

健診検査センターニュース

No.566 号

運営委員会より

1月19日（木）平成28年度第10回の運営委員会を開催いたしました。

1. 特定健診12月の実施件数は、下記のとおりでした。

	12月受診数（前年比）	累計（前年比）	函館市国保受診率 12月現在 17.31% / 目標 30.0%
函館市国保	1,081人（239人128.4%）	9,063人（△272人97.1%）	
後期高齢者	336人（9人102.8%）	4,707人（169人103.7%）	
その他	162人（△19人89.5%）	1,727人（△135人92.7%）	
合計	1,579人（229人117.0%）	15,497人（△238人98.5%）	

実施機関：94 / 登録機関 101

- 12月の受診者数は、1,579人と前年に比べ229人の増加となりました。
- 引き続き、各医療機関様におかれましても受診勧奨にご協力戴きますよう、お願い申し上げます。

2. 28年12月の健診検査事業収入は、下記のとおりでした。

	12月（前年同月比）	27年度累計（前年比）
一般検査収入	89.3 %	89.9 %
健診収入	113.3 %	104.8 %
合計	100.1 %	96.7 %

3. 函館市医師会員・家族並びに従業員の定期健康診断（一期目）は、ご利用医療機関63件、受診者数412名との報告がありました。

二期目の予約受付は、1月23日（月）～27日（金）となっております。一期目に受診出来なかった方は、是非この機会をご利用ください。

4. 平成27年度「健康診断事業報告書」の発刊について協議され、3月中に配布することになりました。お届けの際にはご高覧頂きますようお願い申し上げます。

《 ちょっと一言 》

今年のお正月は雪がなく、お天気も良くのどかなお休みでしたね。このまま雪が降らなければ楽でいい、と思っていたら、世の中そんなに甘くなく、やっぱり降りましたね。それでも豪雪地に比べれば、今のところは雪かきをしても運動不足を補うほどの運動量にはならない程度ですね。

運動といえば、私の外来（産婦人科）には不定愁訴の女性が毎日のように来ます。不定愁訴の定義は「訴えが複数～多数あるが検査データにはこれといった異常がない」です。

例 半年前からだるい、めまいがしてやる気が起きない、イライラする等です。問診で疲れや過労ストレスが原因っぽい患者さんもいますが、毎日毎日不定愁訴の女性を診続けていて気付いたことがあります。運動する習慣のない人が非常に多いことです。要するに単純に動かないから体力の低下で「だるい」と言っている可能性はないかと思うようになりました。移動もほぼ車を常用し、この手の患者さんは「運動不足」という概念すらもなさそうで、汗をかくことを嫌がる人が多いです。なので更年期症状でのぼせ火照りなど出ようものなら、「具合が悪い」と言って受診します。受診するのは悪いことではないのですが、人間誰だって身体を動かせば体温が上がり汗が出るのは当たり前なのですが、動かないことが当たり前になっている人は汗が出るだけで「更年期ではないか？」と受診します。なので私の外来に「更年期ではないか？」と受診する患者さんは、急に外気温が上がる初夏に増えます。問題なのは、全く運動する習慣がないまま年齢を重ねると、女性はもともと筋肉が少ないので、どんどん筋肉量は減り、反面、体脂肪は増えるので、サルコペニアやロコモの高危険群になっていきます。当然、生活習慣病も増えます。世界トップクラスの長寿の日本で、将来の要介護の高危険群を放置はできないと、不定愁訴のおばちゃん達に「運動しましょう」と連呼する毎日です。皆さんも雪が降ったら率先して雪かきをすると、いい汗をかいて周りから感謝されますよ。

（文責 小葉松洋子）

公益社団法人函館市医師会 函館市医師会健診検査センター
TEL 0138-57-6571 ・ FAX 0138-57-6580
E-mail : info@hma-labo.jp