

# 目 次

《提言要旨》 40代の健康意識改革 ～自ら変える未来～	1
はじめに	2
<b>1 現状分析</b>	<b>2</b>
(1) 日本国民の医療費と所得比率の推移	2
(2) 医療費の公費負担の現状と今後の推計	3
(3) 国民医療費の状況（内訳）	4
(4) 生活習慣病予防	5
(5) メタボリックシンドロームと病気との因果関係	5
<b>2 研究課題</b>	<b>6</b>
(1) 国民健康保険加入者における特定健診の受診状況	6
(2) 特定健診と医療費の相関関係	7
(3) 生活習慣病に対しての意識	8
(4) 生活習慣病の抑制に向けてどのような対策をとっていくか	9
(5) 生活習慣病のリスクについて考える	10
<b>3 政策提言</b>	<b>12</b>
(1) 目指せ！国民健康保険受診率60% ～特定健診受診率向上対策～	12
(2) 40代健康づくり推進大会（2回目の成人式）	12
(3) これから始める生活習慣病予防対策	13
おわりに	14

# 提言要旨

## 40代の健康意識改革 ～自ら変える未来～

### 【現状分析】

- (1) 日本国民の医療費と所得比率の推移
- (2) 医療費の公費負担の現状と今後の推計
- (3) 国民医療費の状況（内訳）
- (4) 生活習慣病予防
- (5) メタボリックシンドロームと病気との因果関係



### 【研究課題】

- (1) 国民健康保険加入者における特定健診の受診状況
- (2) 特定健診と医療費の相関関係
- (3) 生活習慣病に対する意識
- (4) 生活習慣病の抑制に向けてどのような対策をとっていくか
- (5) 生活習慣病のリスクについて考える



### 【政策提言】

#### 《健康意識の向上を図る取り組み》

#### (1) 目指せ！国民健康保険受診率 60% ～特定健診受診率向上対策～

- ① 出張健康診査の実施
- ② 特定健診受診者に「健康アップお得カード」の配布

#### (2) 40代健康づくり推進大会（2回目の成人式）

- ① 40歳健康タイムカプセル
- ② 健康講演会
- ③ 有名人による講演会
- ④ 健康相談会
- ⑤ 各種PRブース
- ⑥ 各種測定

#### (3) これから始める生活習慣病予防対策

- ① 耕せ！健康食コンテスト「お父さんのための健康食」
- ② 市役所のHPを使った健康チェック  
～皆さんの健康状況を管理します！～
- ③ メタボ改造 ビフォーアフター



健康で充実したシニアライフの実現と医療費の低減化