

## 健康であるために

中津市長 奥塚 正典

健康は万民の願いです。どうしたら健康でいられるかは市民の皆様にとって大きな関心事ですし、市政にとっても大事な課題です。健康で元気に活躍いただくことは安心づくりの基本です。

「特定健診」という健康診断があります。驚いたことに、国民健康保険対象者でこれを受診する率、中津市が大分県で最下位というのです。県平均が約 41%、全国平均が約 37%、中津市はそれらを下回り 35%以下なのです。受診は無料なのに、どうしてか、なかなか受診していただけません。

受診しない方にアンケートを取ると、「既に治療中」、「忙しい」、「自分は健康で大丈夫」が主な理由です。治療中以外の理由で受診しない方の心理を皆で考えてみました。第 1 のタイプは、常日頃から運動にいそしみ自分の健康に自信があるため健診の必要性を感じない「健康創造重視型」。第 2 のタイプは、健康かどうか少しは不安を感じながらも健診を面倒くさいと思う「好きなこと優先型」。第 3 のタイプは、健診に行ってもほんの少しでも数値が悪いところが発見されることの方が気になる「結果心配避難型」。いずれの気持ちも確かに理解はできます。

心筋梗塞や脳梗塞で亡くなる方の多い中津、自分の健康度を知り生活に生かすことは元気の保持に必要なことです。それに病気の早期発見は何より快復を早めます。病気が進行し重症になってからでは手遅れということにもなりかねず、自分の医療費の負担も大きくなります。

市も健康づくり運動とともに健診を勧めています。受診すると定期預金金利を高くする金融機関もあり、一石二鳥という考え方も。いや、何より病気を予防することは幸せな人生につながります。中津の皆様には、福澤先生からも「特定健診のすすめ」の PR。どうぞよろしく。

