



こんにちは保健師です

「症状が出る前」の健康診断が、  
あなたの未来と家計を守る！



### 健康診断、受けてる？



皆さんは、1年に1回の健康診断を受けていますか？

「毎年受けている」という方もいれば、「忙しくてつい後回しに…」病院に行っているから大丈夫」という方もいるかもしれません。

天塩町の国保データを分析したところ、健診を受けた人・受けない人では、一人あたりの生活習慣病医療費（推計）に大きな差があることがわかりました。

|             | 健診<br>受診者 | 健診<br>未受診者 |
|-------------|-----------|------------|
| 対象者全体の医療費   | 2,538円    | 13,480円    |
| 患者1人あたりの医療費 | 10,552円   | 56,046円    |

※生活習慣病医療費総額を各対象数で除した数値  
(出典：KDB システム)

健診を受けない方は、受けた方に比べ、一人あたりの医療費が約5倍以上かかっている計算になります。

### 「自分は大丈夫」が 家計の大きな負担に！



皆さんは脳梗塞や心筋梗塞、人工透析が必要になった場合、どれほどの医療費がかかるかご存知でしょうか。

| 疾患名  | 医療費総額<br>(目安)         | 備考               |
|------|-----------------------|------------------|
| 脳梗塞  | 150万円<br>～300万円       | 急な入院・長期リハビリが必要   |
| 心筋梗塞 | 120万円<br>～400万円       | 急な入院・手術の内容で大きく変動 |
| 人工透析 | 40万円<br>～50万円<br>(月額) | 継続的に費用が掛かり続ける    |

大きな病気を発症すると、多額の医療費がかかります。

日本の公的医療保険制度には「高額療養費制度」があり、個人の支払額は所得に応じて上限が設けられているため上記の金額を支払うことはありません。しかし、自己負担以外の医療費は、すべて私たちの「税金」や「保険料」から賄われています。つまり、病気が進行してから治療

するということは、皆さんが納めている保険料の引き上げや、町の財政を圧迫する要因となってしまいうので

症状が出てから病院を受診するのでは、身体的・経済的、そして社会的にも大きなリスクを伴います。

「病気になる前から治す」ではなく「病気になる前に防ぐ」時代です！



健康診断は、病気を「見つける」だけでなく、今の生活習慣を「見直す」大切なきっかけです。

早く見つかる  
と  
安く済む。

多くの病気は早く見つかるほど  
軽い治療や予防で済む。  
お金の心配も少なく済む。  
早期発見できるのは健診だけです。



## 秋の総合健診

令和8年 9/11[金]・12[土] 申込TEL 2-1728 天塩町

## 令和8年度 秋の総合健診

9月11日(金)・12日(土)

基本健診は  
無料で受けられます！



ご自身とご家族の笑顔のために、そして天塩町の未来のために、健診を受けてみませんか？  
※ご都合が合わない場合、町立病院で個別健診も受けられます。