

医学・医療の進歩で、健康寿命が延伸していますが、健診・検診受診率は先進国に比べると極めて悪く、令和4年国民生活基礎調査によれば、山口県では胃がん28.8%(全国36.5%)、子宮頸がん34.9%(全国43.6%)、乳がん34.8%(全国47.4%)と低い状況です。定期的に健康診断を受ける機会がありますが、健診を受けに来られる人の中には「受けたくもない健診を会社の命令で受けてます」と言われる方もおられます。異常の場合には精密検査を勧めますが、馬耳東風の方も多く、仕事と思いながら、出来るだけ簡略に分かり易く説明するように努めていますが、もっと楽しく健診できるよう、制度の紹介や意見を申し上げます。

1) 健診・検診を受けると得をする制度設定を

健診・検診受診率を高めるために、ある行動を促進するための誘因や動機付けとなるインセンティブを活用した健康づくりの取組みが各県・市町村で行われています。山口県では「やまぐち健康マイレージ事業」が取り組まれています。

2) 「やまぐち健康マイレージ事業」の仕組み

県民の健康づくりを応援する取組です。健康づくりをした人にはポイントを与え、貯まったらなんらかの特典(サービス)を付与する制度です。その手順は、

- ①参加者は市町等でチャレンジシートを入手
- ②健診・検診の受診や健康づくり教室に参加したり・ウォーキング等を実践するとポイントが付与される
- ③ポイントを貯める
- ④合計35ポイントに達すると市町等から特典カードの交付(一人1年度1枚)を受ける
- ⑤カードを協力店に提示
- ⑥割引などのサービスを受ける

特典カードの有効期限は交付日から3ヶ月後の月末までです。

(出典: kenko.pref.yamaguchi.lg.jp/mileage/index.html)

3) 健診(検診)は健康寿命を延ばすか?

現在はわからないということです。同じような生活環境で、全く症状のない人達を対象に、毎年健診を受けた群と受けていない群に分け、健康寿命を長期間調査する研究は非常に難しく明確なエビデンスはありません。

図に示すように、ガンの早期群(第I期)は、晩期群(第IV期)より生存率が高めに高いです。健診・検診を定期的に受けていない人達の健診・検診費用はほとんどゼロでしょうが、定期的を受けている人達のそれは高額です。このように考えると健診・検診が経費削減に繋がることは断定できません。しかし、健診・検診を受けると、①早期に異常が見つかることで、重症化を防ぎ、健康寿命が延び、②健康状態が把握でき、生活習慣を見直すことが出来ます。経済効果だけで健診・検診の利得を論ずることは意味のないことです。

4) 健診・検診を受けないと損をする時代が来るか?

低所得者へ配慮をし、自分の体を守る人には有益な「インセンティブ」を与え、守らない人には保険料を多く課すという「損をするような制度」を設定すべきという意見もあります。医学・医療が進歩した現在、早期診断・早期治療が可能であるので、「健康は自己責任」であることを周知徹底することが急務の課題であります。

付図 大腸がん・胃がんの10年生存率



出典: 国立がん研究センターがん情報サービス
院内がん登録2012年10年生存率集計

