

# 8月19日（日）から始まります 今年も受けよう総合健診



■問い合わせ先：健康保険課 健康長寿班（内線131、132、133、136）

## 【特定健診は、血管を守る健診です】

障害（介護）や死亡の原因として多いのは、心臓病・脳卒中などの病気や糖尿病の合併症（網膜症による失明や腎臓病など）です。鶴田町では、40～64歳における死亡原因の約2割、介護の有病率の約4割を占めています。それらのほとんどは動脈硬化、いわゆる「血管の傷み」が起因しており、気付かないまま傷みが進んでいきます。

特定健診を受けることで、健診結果から目に見えない血管の状態を知り、病気の発症や重症化を防ぐことができます。

## 【がん検診を受けて早期発見・早期治療】

日本人は一生のうちに、2人に1人は何らかのがんになるといわれています（出典：国立がん研究センターがん対策情報センター）。鶴田町においても、がんで亡くなる方が最も多く、がんは全ての人にとって身近な病気になっています。

がんの始まりは多くの場合、無症状・無自覚という落とし穴があります。そのため、がん検診を受けて早期に発見することがとても重要です。早期に発見し、早期に適切な治療を行うことで、がんで死亡するリスクを軽減することができます。



## 【総合健診の健診項目】

### 【特定健診】

対象：30～39歳、40歳以上の国保の方、後期高齢者医療の方、40歳以上の生活保護世帯  
料金：無料

#### ○身体計測・腹囲測定

腹囲は、内臓脂肪の量を反映しています。内臓脂肪の蓄積により、高血糖や高血圧、脂質異常症などのさまざまな生活習慣病が引き起こされます。

#### ○尿検査

尿糖・尿蛋白・尿潜血・尿中塩分を調べます。糖尿病や腎臓病について調べることができます。

#### ○血液検査

肝機能、脂質、血糖、貧血、腎機能、尿酸を調べることができます。

#### ○眼底検査

目の奥の細い血管（網膜の血管）の状態をみます。網膜の病気や動脈硬化などの程度を知ることができます。

#### ○血圧測定 ○心電図検査 ○診察

### 【大腸がん検診（検査キットの提出）】 対象：40歳以上<sup>※</sup> 料金：500円

2日分の便をとってもらい、便に血液が含まれているか検査します。



△大腸がんの検査キット

### 【胃がん検診】 対象：40歳以上<sup>※</sup> 料金：1000円

バリウムと発泡剤を飲んで、胃の様子をエックス線で撮影し、検査します。バリウムの量は、たったの140cc（紙コップ1杯分）です。



※昨年度までは30歳以上の方が対象でしたが、厚生労働省の方針に基づき、町の集団健診では30～39歳の胃がん検診および大腸がん検診を実施しないことになりました。

**【肺がん検診】 対象：40歳以上 料金：無料**

肺全体をエックス線で撮影し、検査します。問診により、喫煙指数（1日に吸うたばこの本数×喫煙年数）が高い方には喀痰検査を併用します。



**【がん検診の料金について】**

鶴田町の死亡原因の第1位は「がん」です。少しでも多くの方にがん検診を受けていただき、早期発見・早期治療することで、がんで亡くなる方を減らすことができます。

そこで、平成30年度から、若い方のがん検診受診のきっかけとなるように、下記のがん検診において、対象年齢に該当する方は無料で検診を受けられるようにしました。

○胃がん検診、大腸がん検診、乳がん検診（40歳の方は無料）

○子宮頸がん検診（20歳の方は無料）

※年齢は、いずれも年度内年齢です。

※各がん検診において、後期高齢者医療の方および生活保護世帯の方は無料です。 △昨年の健診の様子



**【前立腺がん検診について】**

厚生労働省の方針に基づき、前立腺がん検診は町主体では実施しないことになりました。

ただし、受診を希望される方は集団健診受診時に健診センターに申し込むことで、全額自己負担で受診することができます。

○対象：50歳以上の男性

○料金：2160円

○検診内容

採血した血液で、前立腺から分泌されるPSAという物質の濃度を検査します。

○申し込み方法

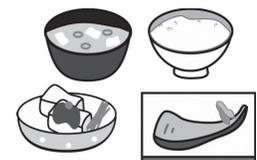
集団健診当日に、受付にて受診希望の有無を確認します。希望者は、会場内で直接健診センターに申し込み、受診料金をお支払いください。

**町食生活改善推進員による“野菜たっぷり減塩”朝食を提供します**

野菜をたくさん使い、だしを上手く活用して塩分控えめでもおいしく食べられる朝ごはんを試食していただきます。普段食べている食事との違いを体験しながら、毎日の食生活に取り入れる工夫を提供していきます。

●日程

8月19日(日)、12月2日(日)、12月3日(月)



**◎女性の健康相談を開催します**

五所川原保健所では生涯を通じた女性の健康の保持増進を図ることを目的に、女性の健康相談を開催します（相談日以外でも随時、来所や電話での相談も行っております）。

●対象者 思春期から更年期に至る女性

●内容 女性の心身の健康に関する相談、不妊に関する相談等

●日時・場所 毎月第4水曜日 午前10時～11時 五所川原保健所

■問い合わせ先 五所川原保健所（五所川原市末広町14） TEL：0173（34）2108

