



今こそ自身の健康管理を 年に1回の**健康診断**を習慣に

新型コロナウイルス感染症は、糖尿病や心不全、呼吸器疾患などの基礎疾患がある人や透析を受けている人は重症化しやすいと言われています。今こそ、健（検）診を受けて、自身の健康について振り返ってみましょう。

問い合わせ 健康推進課 渡邊 ☎0024

市では、1年に1回の健（検）診受診を勧められています（婦人科検診は2年に1回）。生活習慣病やがんは、進行するまで自覚症状がないことが多く、気付かないうちに病気が進行している恐れがあります。症状が出てから対処すると、治療に時間もお金もかかります。早期発見し、治療や生活習慣の改善をすることが、健康寿命の延伸につながります。そのためには、健（検）診を毎年受けることが必要です。

男性の死亡原因では、40歳以上で胃・肺・肝臓がんの割合が多く占めます。70歳以上は、肺がんと前立腺がんの割合が増加します。女性の死亡原因では、40歳代は、乳がん・子宮がん・卵巣がんの割合が多く占めます。高齢になると、胃・大腸・肝臓・肺がんの割合が増加します。生涯、がんで死亡する確率は、男性24%（約4人に1人）、女性15%（約7人に1人）です。早期発見・治療により治る確率が高まります。

とができます。受診券に同封されている医療機関一覧を確認してください。生活習慣病で治療中の人も、特定健診の対象となります。治療中の検査だけでは不十分な場合もありますので、かかりつけ医に相談しましょう。

▼女性の総合がん検診
婦人科検診（子宮頸がん・乳がん・骨粗しょう症検診）とがん検診（肺・胃・大腸がん検診）を一度に受けることができます。

▼詳細は、広報まきのほら7月号を確認してください。

健（検）診でわかること

■特定健診

メタボリックシンドローム（内臓脂肪型肥満）を判定します。内臓脂肪が多いと、高血圧や高血糖などの生活習慣病を引き起こします。進行すると、血管の異常から動脈硬化を引き起こし、心筋梗塞や脳卒中などの重篤な疾病になるリスクがあります。

早期の治療や生活習慣の見直しにより、動脈硬化の進行を遅らせることができます。

■がん検診

がんの早期発見を行います。日本では2人に1人が、がんになると言われています。

健（検）診を受けやすい体制ができています

■セット健診

がん検診と特定健診を一緒に受けることができます。

また、本年度から、**胃がん検診が予約制になりました**。より短い待ち時間で受けることができます。

「セット検診日程」

- ▼さざんか
9月5日・10月15日 木
- ▼相良保健センター
10月17日 土
- ▼受付時間
午前8時30分～午前11時
- ▼特定健診
市内医療機関でも受けること

問い合わせ先

- ▼各種がん検診（女性の総合がん検診、セット検診含む）
健康推進課 ☎(23)0024
- ▼市国民健康保険の特定健診
国保年金課 ☎(23)0023

健（検）診内容

詳細については、各健（検）診受診券をご覧ください。カッコ内の所要時間は目安です。

- ▼特定健診（約1時間）
身体計測、血圧測定、血液検査、尿検査、眼底検査、心電図検査、診察・問診
- ▼肺がん検診（約5分）
問診、胸部レントゲン検査
- ▼胃がん検診（約10分）
問診、胃バリウム検査
- ▼大腸がん検診（提出のみ）
問診、便潜血検査
- ▼歯周病検診（約1時間）
口腔内検査、ブラッシング指導など
- ▼乳がん検診（約10分）
問診、マンモグラフィ検査
- ▼子宮頸がん検診（約10分）
問診、細胞診
- ▼骨粗しょう症検診（約5分）
問診、前腕レントゲン検査

■広報7月号13ページの「骨粗しょう症検診の自己負担金」の内容に誤りがありました。訂正してお詫びします。

【誤】 *40、50、55、60、65、70歳の方は、1,300円で受診可能です。それ以外の方は、2,750円です。

【正】 *40、45、50、55、60、65、70歳の方は、1,300円で受診可能です。それ以外の方は、2,750円です。

健（検）診の流れ

*社会保険加入者とその扶養者が特定健診を受診する場合は、会社の健康管理部門にお問い合わせください。

特定健診（国民健康保険）

がん検診（胃・肺・大腸）

婦人科検診（乳・子宮）

①申し込む

「令和2年度がん検診等申込書」を未提出の人や希望しなかった人は、健康推進課へ電話で申し込んでください。

②受診券が自宅に届く

40～74歳の国保加入者に、受診券が届きます。

「令和2年度がん検診等申込書」で申し込みをした人と、電話で健康推進課に申し込んだ人に、受診券が届きます。

③予約する

集団検診と個別検診を選んで予約します。
[集団] 聖隷予防検診センター
[個別] 榛原総合病院
あかほりクリニック(*)

*あかほりクリニックのみ
予約不要。

④受診する

集団健診と個別健診を選び、都合の良い日程で受診します。

都合の良い日程の会場で受診します。

予約した日時に受診します。

⑤結果を確認する

B判定（経過観察）があれば生活習慣を見直しましょう。
C判定（要精密検査）があれば医療機関を受診しましょう。特定保健指導に該当した人は、保健師や管理栄養士などによるメタボ改善のサポートを受けることができます。

要精密検査項目があったら、必ず医療機関を受診しましょう。



⑥翌年度も健（検）診を受診する（婦人科検診は2年後）

