

受けてあんしん！ 健康診査

～1年に1回、必ず健診を受けて生活習慣病を予防しましょう！～



Ⅰ 特定健康診査・特定保健指導

～特定健診を受けて、生活習慣病の早期発見・早期治療～

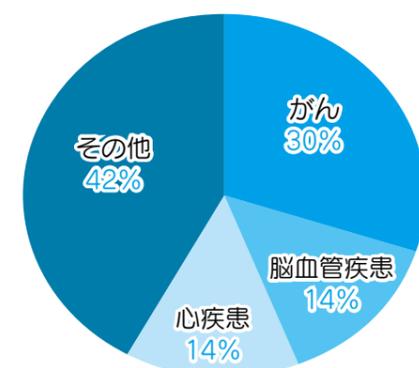
脳梗塞や脳出血などの脳血管疾患と心筋梗塞などの心疾患は、滑川市の死亡原因の第2位と第3位です。(図1)そして、ねたきり原因の第1位も脳血管疾患です。(図2)

動脈硬化に起因する脳血管疾患や心疾患の早期発見・早期治療を目的に、平成20年度より「特定健康診査・特定保健指導」が開始されました。

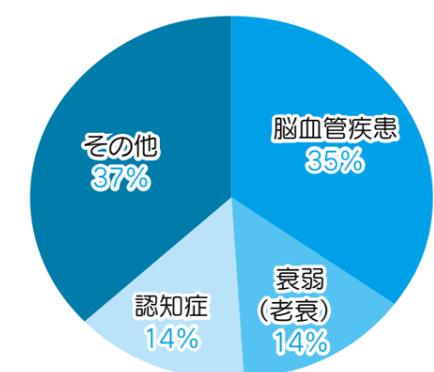
【特定健診・特定保健指導のポイント】

- 特定健診でメタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）のリスクがある方を早期に発見します。
- 特定健診の結果、保健指導対象者には、個人に応じた生活習慣改善のための保健指導を行います。

<図1>平成19年 滑川市の3大生活習慣病死因状況 (全死亡数 345人)



<図2>平成16年 ねたきりとなった原因(国民生活基礎調査)



特定健診・特定保健指導について

◆特定健診の対象となる人

40歳以上74歳以下で、国民健康保険や被用者保険（健康保険組合や共済組合などの医療保険）の被保険者と被扶養者の全員が対象です。

◆特定健診の内容

メタボリックシンドロームおよび予備群の発見に着目した検査内容となっています。内臓脂肪の蓄積を調べるための「腹囲」や「身体計測」のほか、「血圧」「血糖」「脂質」「肝機能」の項目に加え「問診」で生活習慣に関する質問を行います。

◆特定保健指導の内容

メタボリックシンドロームおよびその予備群の人を発見し、生活習慣改善の必要度に応じた保健指導が行われます。

◆特定健診の受け方

実施主体である国民健康保険や健康保険組合などの医療保険者から、受診機関などについての案内や受診券などが送られてきますので、受診券と保険証を持って受診してください。

～平成20年度の結果～

●平成20年度の特定健診受診率は、**37.3%**です。(平成20年度の目標数値は40%)
特に、40歳代の受診率は、**11.8%**と低い状況です。

●メタボリックシンドロームの該当者・予備群の割合
男性 **43.6%** (5人に2人)
女性 **20.0%** (5人に1人)

★活動できる85歳を目指し、生活習慣の見直しの機会として、40歳になったら、ぜひ受診しましょう！



<一コマ>

生活習慣病とは……

生活習慣病とは、「高血圧」「脂質異常」「糖尿病」「心臓病」「脳卒中」などの病気です。これらの病気は、不適切な食生活、運動不足、喫煙などの生活習慣が原因で起こります。

Ⅱ 子宮頸がん・乳がん無料検診対象者へのお知らせ

日本のがん検診受診率を50%にあげることを目標に、女性特有のがん対策が講じられることになりました。具体的には、7月下旬に対象者へ送付しました「がん検診無料クーポン券」を窓口を持参すると、負担金が無料になります。

なお、対象者は昨年(2019年)の4月2日から今年(2020年)の4月1日までの間に下記の年齢に達した節目年齢の方です。

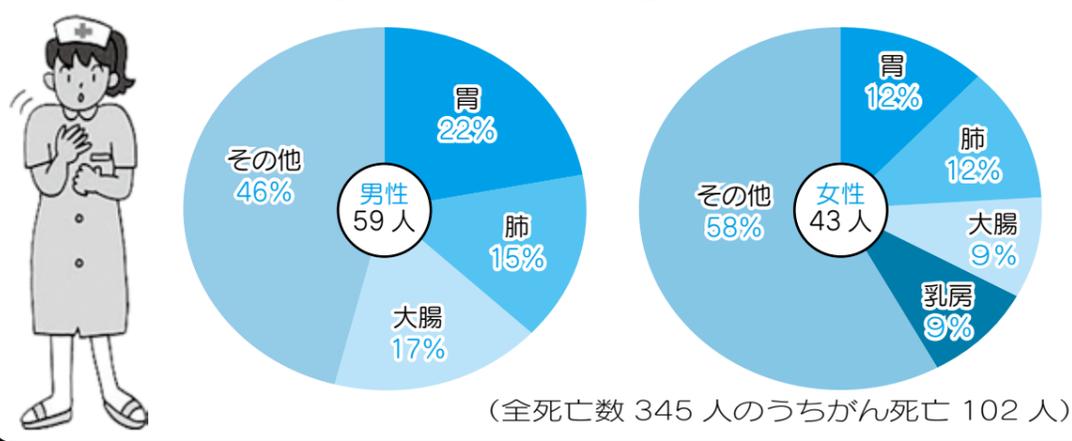
がん検診無料クーポン券(見本)



| 子宮頸がん検診助成の対象者 | |
|---------------|---------------------|
| 年齢 | 生年月日 |
| 20歳 | 昭和63年4月2日～平成元年4月1日 |
| 25歳 | 昭和58年4月2日～昭和59年4月1日 |
| 30歳 | 昭和53年4月2日～昭和54年4月1日 |
| 35歳 | 昭和48年4月2日～昭和49年4月1日 |
| 40歳 | 昭和43年4月2日～昭和44年4月1日 |

| 乳がん検診助成の対象者 | |
|-------------|---------------------|
| 年齢 | 生年月日 |
| 40歳 | 昭和43年4月2日～昭和44年4月1日 |
| 45歳 | 昭和38年4月2日～昭和39年4月1日 |
| 50歳 | 昭和33年4月2日～昭和34年4月1日 |
| 55歳 | 昭和28年4月2日～昭和29年4月1日 |
| 60歳 | 昭和23年4月2日～昭和24年4月1日 |

<図3>平成19年 滑川市のがん死亡部位別割合(人口動態統計)



集団健康診査のお知らせ

| とき | ところ | 受付時間 | | | | |
|----------|----------|--------------|-------------|-------------|-------------|-------|
| | | がん検診 | | | | |
| 8月29日(土) | 市民健康センター | 肺・結核(ヘリカルCT) | 大腸 | 子宮(頸部) | 乳房(マンモグラフィ) | 骨密度検診 |
| 8月30日(日) | | 8:00～10:00 | | | | - |
| 9月9日(水) | | - | 13:00～14:00 | 13:00～14:00 | | |

受診者負担金(負担金は検診会場受付にてお支払いください)

| 検診項目 | 負担金 | |
|--------------|--------|-------|
| | 70歳未満 | 70歳以上 |
| がん検診 | | |
| 肺・結核(ヘリカルCT) | 3,300円 | |
| 大腸 | 200円 | 無料 |
| 子宮(頸部) | 500円 | |
| 乳房(マンモグラフィ) | 500円 | |
| 骨密度検診 | 200円 | |

申込方法

- * 定員になり次第締め切りますので、お早めにお申し込みください。
- * 大腸がん検診を受けられる方は、事前に市民健康センターへ検査セットを取りに来てください。
- * 検診を受けられる際は、必ず受診票をお持ちください。

■ヘリカルCTによる肺がん検診について

ヘリカルCT検診は、胸部の周囲をらせん状に回転し、息を止めて約15秒で撮影が終了します。従来のX線レントゲン撮影に比べ微小な肺がんや見つかりにくい部位の肺がんなども発見されやすい精度の高い検査です。

対象者 滑川市民で40歳以上の方
(職場で検診を受けている方も可能)

負担金 3,300円(70歳以上の方も負担金がかかります)

定員 両日とも60人(要予約)

*ただし、昨年ヘリカルCT検診を受けられた方、または今年すでに市の集団健診や医療機関で肺がん検診を受けられた方はご遠慮ください。

男性は2人に1人、女性は3人に1人が、がんにかかる時代です。滑川市でも3大生活習慣病死因の第1位は、がんです。(図1・図3参照)

がんは、早期発見・早期治療が大切！！

市で行っているがん検診は、胃・大腸・肺・子宮・乳房です。毎年、必ずがん検診を受けましょう！！(ただし、子宮・乳房は隔年受診)

問合せ先

市民健康センター (☎475-8011)