

受けて安心  
気軽に健診  
いつまでも共に笑顔で。



広報とべ

平成29年文月

7

2017 No.151

# 受けて安心、気軽に検診

## 秋からでも特定健診を受けられます!!

生活習慣病とは？

「適切でない食生活」「運動不足」「喫煙」などの不健康な生活習慣は、知らないうちに身体に悪影響を与えます。この生活習慣から起こる病気を「生活習慣病」といい、日本の死亡原因割合の約60%を占めています。

メタボを重症化させない。

メタボリックシンドローム(通称:メタボ)を解消しなければ、動脈硬化が急速に進みます。動脈硬化は、心疾患や脳血管疾患など、日本人の死因の多くを占める生活習慣病を引き起こします。「健康で若々しい血管」を保つためには、メタボを予防・改善することが大切です。

動脈硬化の原因となる「高血糖」「高血圧」「脂質異常」などは、特定健診を受ければ気づくことができます。後悔しないためにも、必ず年に1度、特定健診を受診しましょう。



生活習慣病を改善しよう。

特定健診の結果がわかったら、悪化している検査項目に合わせて生活習慣を改善しましょう。町では、特定保健指導、重症化予防訪問(※1)、健康相談などを行っています。

また、特定健診受診者と特定健診未受診者の医療費を比較すると、未受診者の1人当たり医療費は、受診者より21,752円も高く、健診受診者の約4倍です。特定健診を受診することは、医療費適正化においても効果的です。

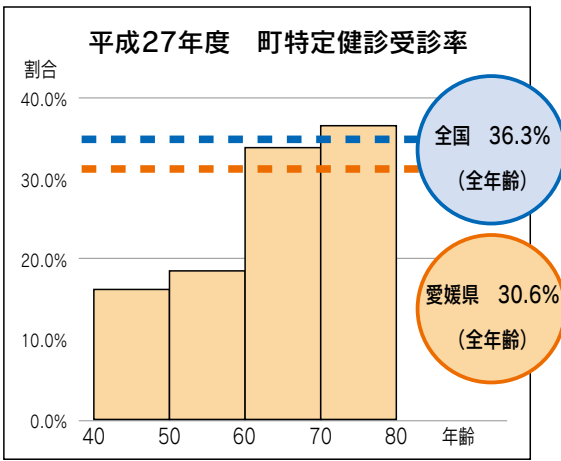
※1 重症化予防訪問とは、特定健診を受けたときの血糖・血圧・脂質などの数値が高い人に対し、町の保健師・栄養士が家庭訪問し、生活改善のアドバイスを行うことです。

## 特定健診の検査項目は？

国民健康保険に加入している40歳から74歳までの町民は、年に1回無料で特定健診を受けることができます。検査項目は、尿検査、身体計測、問診、血圧、診察、血液検査です。なお、75歳以上の人は「後期高齢者健診」として同じ内容の項目を無料で受診できます。

## 特定健診の受診率は？

町の40・50代の特定健診受診率は、グラフの通り、全年齢の全国平均や愛媛県平均より低くなっています。



## 特定健診を受けて

月に1回はサークルで山登りをしています。また、年に1回は北アルプスや北海道の山を登ります。ずっと続けるために、毎年、特定健診を受けています。

今日の受診で、野菜、ごはんの順に食事をすると良いと聞いたので、今後は、気を付けたいと思います。



明神重一郎さん

特定健診が無料なので、健康管理のために毎年受診しています。

今回は、完全予約制のおかげで、スムーズに受診ができました。

結果は、1カ月後に郵送されてきます。悪いところが見つければ、すぐに病院で診てもらいます。早めの対応が健康の秘訣ですね。



明神 紀美さん



集団検診が、さらに受けやすくなりました。

- ① 特定健診とがん検診を同時に受診できます。
- ② 完全予約制を始めました。申込時に受診したい日・検診項目を決めることができます。
- ③ 待ち時間を短くするため、受付時間を30分おきに区切ってご案内しています。(写真⑤)

検診日程は5ページに掲載しています。





# 乳がん検診 受けていますか？

まだまだ低い検診率  
早期発見のために受診しよう。

乳がん検診と診断される女性は、年間約72,000人で、死亡は約13,000人です。  
町の平成27年度の乳がん検診受診率は、23.8%で、国が目標とする50%には届かない状況です。  
働き盛りの女性、お母さん、乳がん検診を定期的に受診し、自分の体を見つめ直す機会をもちましょう。

託児サービスをご利用ください。

保健センターが検診会場のは、午後の検診時に託児サービスを行っています。お子さんと一緒でも安心して受診できます。利用される場合は、日程表の託児欄をご確認のうえ保健センター☎(062)6888へお申し込みください。

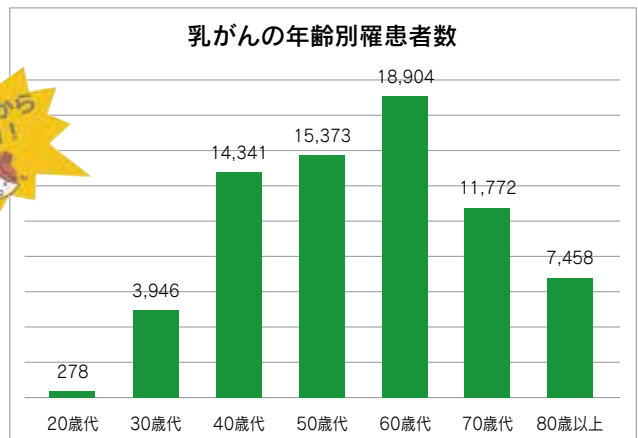
## 乳がん検診を受けて



村上 明子さん

私は、乳がんと肝炎のクーポンが届いたことがきっかけで、今回初めて受診しました。  
いろいろな検診を、一度に受けられるのがよかったです。  
友達や夫婦と一緒にいくとか誕生日に行くなど、きっかけをつくって、来年からも無料の特定健診は受けていきます。  
託児サービスがあるので、子どもと一緒に来られるのもいいですね。

乳がんの年齢別罹患患者数



国立がん研究センター・がん対策情報センター調べ

## ～検診日程～

電話予約は、愛媛県厚生連健診センター ☎0120-352-080まで。  
受診したい日の2週間前までに予約をお申し込みください。

会場：①保健センター ②えひめ中央農協麻生支所 ③ひろた交流センター ④砥部商工会館  
受付時間：①9時～11時30分 ②9時～10時 ③13時～13時30分 ④13時30分～14時

日程	会場	受付時間	検診項目						託児
			胃・肺CR・肺CT・腹部・骨・肝炎・特定・後期	大腸	前立腺	乳がん		子宮	
						エコー	マンモ		
8月19日 日 レディースステイ	①	①	○	○	/	○	○	○	★
9月9日 日	①	①	○	○	○	○	/	/	/
		④	/	○	/	○	○	○	★
9月27日 日	①	①	○	○	○	○	/	/	/
		④	/	○	/	○	○	○	★
9月29日 日	②	①	○	○	/	○	/	/	/
		④	/	○	/	○	○	○	/
10月4日 日	③	②	○	○	/	○	/	/	/
		③	/	○	/	○	○	○	/
10月16日 日	④	①	○	○	/	○	/	/	/
		④	/	○	/	○	○	○	/
10月17日 日	①	①	○	○	○	○	/	/	/
		④	/	○	/	○	○	○	★
10月21日 日 レディースステイ	①	①	○	○	/	○	○	○	★
11月2日 日	②	①	○	○	/	○	/	/	/
		④	/	○	/	○	○	○	/
11月10日 日	①	①	○	○	○	○	/	/	/
		④	/	○	/	○	○	○	★
11月20日 日	①	①	○	○	○	○	/	/	/
		④	/	○	/	○	○	○	★
11月26日 日	①	①	○	○	○	○	○	○	/

## ～検診内容・料金・対象年齢～

検診名	対象年齢	本人負担額	
胃がん検診(バリウム検査)	40歳以上	900円	
肺がん検診(胸部CR検査)		800円	
肺がん検診(胸部CT検査)		4,000円	
肺がん検診(痰の検査)		400円	
大腸がん検診(便潜血検査)		500円	
腹部超音波検診		1,500円	
前立腺がん検診	50歳以上の男性	1,000円	
乳がん検診(乳房エコー検査)	30歳代の女性	2,000円	
乳がん検診(マンモグラフィ)	40歳以上の女性	2,000円	
子宮頸がん検診	20歳以上の女性	1,200円	
骨粗しょう症検診	40歳以上の女性	600円	
B・C型肝炎ウイルス検査	40歳以上で過去に一度も検査を受けたことがない人	B型	100円
		C型	600円

### 無料で受診できる人

- 70歳以上の人
  - 65～69歳で、後期高齢者医療被保険者証を提示した人
  - 生活保護法による被保護世帯の証明書を提示した人(県中予地方局地域福祉課で発行)
  - 平成29年度町民税非課税世帯証明書を提示した人(戸籍税務課で発行)
- ※ただし、肺がん検診(CT)・腹部超音波検診・乳がん検診(無料クーポン券の対象者以外)は全員有料です。