

特集

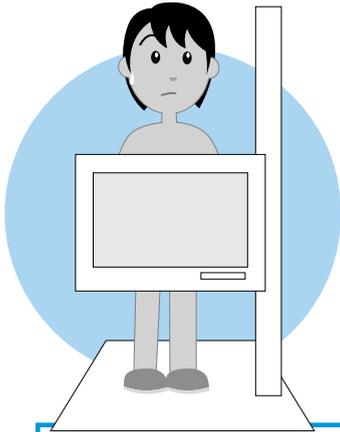
健康診査を

健康管理に役立ててみましょう

生活習慣病検診



暑い日々が続いていますが、皆さんは健康のためにどのようなことを心がけていますか。散歩やジョギング、その他のいろいろなスポーツをして体を動かすこと、食べ過ぎや飲み過ぎなどに気をつけ、野菜を取るなどして、食生活に気をつけること。もう一つ大切なのが「健康診査」です。自分の健康管理の原点として、体の状態を医学的にチェックする健康診査を一年に一度は必ず受診しましょう。今回は、町で行われている「健康診査」を紹介します。



町の健康診査は、

- 生活習慣病検診（基本健康診査、胃がん検診、大腸がん検診、前立腺がん検診）
 - 婦人科検診（子宮がん検診・乳がん検診）※平成17年度より隔年受診（2年に1回）
- です。そのほかにも結核・肺がん検診なども行っています。年間を通じて自分の健康状態をチェックすることが可能です。

基本健康診査

診察・血圧・尿検査・血液検査・心電図検査などを行います。

診察等

保健師等が、受診者の健康状態を知るために、いろいろな質問をして、医師が診察します。

質問される内容については、事前

血圧検査

最高血圧と最低血圧を測ります。高血圧をそのまま長期間放っておくと、動脈硬化が加速され、脳卒中や心筋梗塞などの心臓病、あるいは腎臓病などを起こす引き金となります。

対象年齢	40～69歳	70歳以上
検診の種類	集団検診	個別検診 (自己負担額1,000円) (希望者は集団検診也可)
基本健康診査	○	○
胃がん検診	○	○
大腸がん検診	○	○
前立腺がん検診 (50歳以上)	○	○

※集団検診は指定の日時に保健センター等の会場で受けられます。※個別検診は指定の医療機関で受けられます。かかりつけの医療機関で安心して受けたという人や、集団検診の日程が合わないという人は、ご利用ください。

に送付される問診票に記入していただきます。

●尿検査

尿に含まれているさまざまな成分や物質を調べる検査です。成分が変化したり、異常物質が現れ出たりすることで、体の異常を知ることができます。

●眼底検査

眼底の網膜を走っている血管を撮影して、動脈の状態を調べます。高血圧や動脈硬化、糖尿病などで起こる血管の変化を見ることができま

●心電図検査

心臓が縮んだり、元に戻るときの電流を読み取って、心機能の状態を調べます。狭心症、心筋梗塞、不整脈、心肥大などを発見することができます。

●血液検査

血液中の成分から、体の中の状態を調べます。血液はいろいろな成分からできているために、貧血、感染症、肝臓・心臓・腎臓の病気、糖尿病など、たくさんの方がこの検査でわかります。



■胃がん検診

バリウムと発泡剤を飲み、胃のエックス線撮影をします。検査した写真を専門の医師が見て、異常の有無を調べます。

この検査はふるい分けとして行われるもので、異常が疑われる人は精密検査で病気がどうかを調べることになります。紹介状を渡された人は、必ず医療機関で検査を受けてください。

■大腸がん検診

便の中の血液の有無を調べます。

検査容器に便を2日分取ります。大腸がんの場合、がん組織から出血しやすいので、便に血が混じることが多いのです。痔などの症状がある場合は、正確な検査ができない場合もあります。治ってから受けるようにしましょう。

■前立腺がん検診

採血で調べます。前立腺がんは、文字通り前立腺にできるがんで、高齢の男性に多い病気です。社会全体の高齢化、食生活の欧米化などから、増加傾向にあります。初期には無症状のこともありますが、症状が現れてから医療機関を受診するのはなく、検診で早期発見が重要です。

婦人科検診

婦人科検診は隔年受診（2年に1回）になります。18年度は昭和奇数年生まれの人が対象です。（昨年度、検診を受けていない人は偶数年生まれの人でも受けられます）

対象年齢	20歳から29歳(昭和奇数年生まれ)	30歳以上(昭和奇数年生まれ)
検診の種類	集団検診	個別検診
子宮がん検診	○	○
乳がん検診	○	○

※子宮がん個別検診は指定の医療機関で受診できます。受診する際は、「受診券」が必要になりますので、保険課 高齢者支援係（☎9129）までお申込みください。

●子宮がん検診

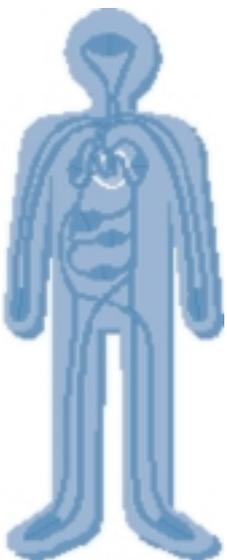
がんが発生しやすい部分を綿棒などで軽くこすって細胞を採取します。検査そのものは一瞬で終わり、痛みも不快感もありません。早期に発見することが大切です。検診は必ず受けましょう。

超音波検査も行い、これらの結果から病気を調べます。

乳がんは自分で発見できる唯一のがんです。毎月1回はしこりや分泌物がないかどうかなど、自分の乳房の自己検診を実施し、習慣づけましょう。

●乳がん検診

専門の医師が乳房の形を見たり、触ったりしてしこりがあるかどうか調べます。また、



検診を受けるには…



● 集団検診

また空きのある検診日がありますので、受診希望の人は、保険課高齢者支援係（☎9129）まで申込みください。

検診予定日	会場	検診内容
平成18年10月20日(金)	農村環境改善センター	生活習慣病検診 ・婦人科検診
平成18年11月25日(土)		
平成18年11月30日(木)	保健センター	生活習慣病検診 ・婦人科検診
平成18年12月13日(水)		
平成19年1月14日(日)		

● 個別健康診査

左記の医療機関で受診できます。受診時間・休診日を確認の上、受診してください。

医療機関名	電話番号	40歳～69歳 (12月まで)	70歳以上 (11月まで)
山中医院	562251	○	○
竹澤内科医院	567007	○	○
小口内科小児科医院	562109	○	○
上三川病院	567111	○	○
藤沼医院	537105	○	○
やの小児科医院	560280	○	○
山崎医院	560211	○	○
石川医院	520100	○	○
せんば医院	551500	○	○
本郷台医院	571623	○	○
やまだ脳神経外科クリニック	551340	○	○

● 成人栄養相談

町では、月に1度成人栄養相談を保健センターで実施しています。

高脂血症、高血圧、肥満、糖尿病の食事など、生活習慣病改善に向けての食事について、専門の栄養士が相談に応じています。ぜひ、ご利用してみてください。



● 保健師による健康相談

生活習慣病予防や高齢者に関する相談など保健師による面接や訪問で健康相談を行っています。

ご希望の人は保険課高齢者支援係（☎9129）までご連絡ください。



● 検診が終わったら

精密検査が必要になった人は、できるだけ早く、医療機関で検査を受けましょう。



● 自分の体のチエック機関として

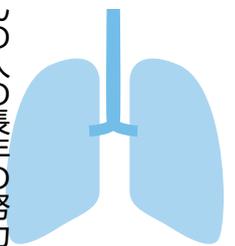
自覚症状がなくても、自分自身の体は日々変化しています。健康診断を受け、自分の体を普段からチェックすることにより、より快適な生活が送れることでしょう。もしも、病気が発見されたとしても早期発見であれば、進行する病気を予防することが出来ます。

町で行う健康診査は、職場等で健康診査を受ける機会のない人が、受けることができる制度です。壮年期からの健康を意識して、快適な生活が送れるよう、ぜひこの制度を利用しましょう。

▼ 問い合わせ先

保険課 高齢者支援係
☎9129

結核・肺がん検診の お知らせ



かつて「死の病」と恐れられた結核は、たくさんの方の長年の努力と生活水準の向上で「過去の病気」と考えられるほど減りましたが、今再び結核の猛威が私たちのそばに忍び寄ってきています。結核が猛威をふるうかどうかは、これからの結核予防対策にかかっています。結核のない明るい社会のために、検診を受けましょう。

こんな症状がでたら要注意

- 2週間以上のせき
- 疲労感や倦怠感
- 微熱や寝汗
- たんが多くなった
- 胸の痛み
- 血たんや咯血



町では、9月から11月に各自治会ごとに、検診車による肺レントゲン検診を実施します。対象の人は忘れずに受けてください。

▼対象者

- ・ 40歳～64歳の人：肺がん検診
 - ・ 65歳以上の人：結核・肺がん検診
- ※結核予防法により、結核検診の対象は65歳以上になります。

※年齢は、平成19年4月1日を基準日としていますので、現在39歳の人でも平成19年4月1日までに40歳になる人は対象になります。

- ① 勤務先等で実施済の人や妊婦等で受けられない人は、お手数ですが保険課までご連絡ください。
- ② ハガキは問診票を兼ねていますので、必要事項を記入し当日持参してください。
- ③ 通知が届かない場合でも、対象年齢の人は受けることができますので、当日会場へお越しください。

▼検診結果について
（約1か月後）に郵送いたします。

▼問い合わせ先
保険課 高齢者支援係
☎9129

平成18年度結核・肺がん検診日程表

月日	時間	自治会名	会場
9月1日 (金)	午前9:00～9:30	五分一峰町 下梁 上神主	五分一研修センター 峰町公民館 下梁公民館 上神主公民館
	午前9:50～11:30		
	午後1:00～1:40		
	午後2:10～3:00		
9月8日 (金)	午前9:00～9:30	向川原 東汗西・東 西汗下	向川原公民館 東汗公民館 西汗下公民館
	午前9:50～11:30		
	午後1:00～3:00		
9月11日 (月)	午前9:00～9:40	上町 上郷四区 磯岡	役場東側玄関前 上郷四区公民館 磯岡公民館
	午前10:00～11:30		
	午後1:00～3:00		
9月12日 (火)	午前9:00～11:30	中根 上郷一区 愛宕町	中根集会所 上郷一区公民館 保健センター
	午後1:00～1:50		
	午後2:10～3:00		
9月20日 (水)	午前9:00～9:30	三本木 桃畑・睦洲 大町	三本木公民館 桃畑集会所 保健センター
	午前9:50～11:30		
	午後1:00～3:00		
9月21日 (木)	午前9:00～9:30	上蒲生南 下蒲生 上文挾 美里	開沼園芸前 下蒲生公民館 上文挾公民館 美里公民館
	午前9:50～11:30		
	午後1:00～1:30		
	午後1:50～3:00		
9月25日 (月)	午前9:00～10:15	西汗上東 西汗上西 天神町・高の田・泉宮住宅	西汗上公民館 西汗上公民館 泉宮集会所
	午前10:15～11:30		
	午後1:00～3:00		
10月2日 (月)	午前9:00～10:00	西町・西浦・富士見台 鞆堂 上梁 上蒲生北部	西町公民館 鞆堂公民館 阿久津肇氏宅前 上蒲生北部公民館
	午前10:20～11:30		
	午後1:00～1:30		
	午後1:50～3:00		
10月5日 (木)	午前9:00～10:15	大山3・4 大山1・2、薄市 川中子一区 下多功	大山児童館 大山児童館 中落合公民館 下多功公民館
	午前10:15～11:30		
	午後1:00～1:30		
	午後1:50～3:00		
10月6日 (金)	午前9:00～10:15	日産第1、第3 願成寺・上蒲生東	願成寺児童館 願成寺児童館
	午前10:15～11:30		

月日	時間	自治会名	会場
10月6日 (金)	午後1:00～1:30	三ツ家 井戸川	三ツ家公民館 井戸川公民館
	午後1:50～3:00		
10月11日 (水)	午前9:00～10:10	並木、しらさぎ、マロニエ 東館南、泉町、東館北 上郷五区 上郷二区	役場東側玄関前 保健センター 上郷五区公民館 上郷二区公民館
	午前10:30～11:30		
	午後1:00～1:30		
	午後1:50～3:00		
10月17日 (火)	午前9:00～10:20	下町一区 城台 三村 中町・雇用促進住宅	下町公民館 城台公民館 三村公民館 保健センター
	午前10:50～11:30		
	午後1:00～1:40		
	午後2:00～3:00		
10月19日 (木)	午前9:00～9:40	川中子二区 西鬱沼 下町二区、雇用促進南 下町三・四・五区	川中子二区公民館 西鬱沼公民館 中央公民館 中央公民館
	午前10:10～11:30		
	午後1:00～2:00		
	午後2:00～3:00		
10月23日 (月)	午前9:00～10:15	東鬱沼西 東鬱沼東 西田北・南、石田下坪 石田上坪、島崎	鬱沼児童館 鬱沼児童館 石田コミュニティーセンター 石田コミュニティーセンター
	午前10:15～11:30		
	午後1:00～2:00		
	午後2:00～3:00		
10月25日 (水)	午前9:00～9:40	多功下坪 本町 坂上本田、坂上河原、 常光坊	多功下坪公民館 本町公民館 坂上コミュニティーセンター
	午前10:00～11:30 午後1:00～3:00		
10月27日 (金)	午前9:00～10:00	上郷三区 西木代・露無 本郷台第1・第2・ひがしはら	上郷三区公民館 西木代公民館 本郷台集会所
	午前10:00～11:30		
	午後1:00～3:00		
11月2日 (木)	午前9:00～10:15	ゆうきが丘1・2・3 ゆうきが丘4・5 下神主 川中子三区	ゆうきが丘集会所 ゆうきが丘集会所 下神主公民館 川中子三区公民館
	午前10:15～11:30		
	午後1:00～2:00		
	午後2:20～3:00		
11月5日 (日)	午前9:00～11:30	指定の日に受けられなかった人	保健センター