

健康診査を受けた後は、この説明書を
南部町健康管理ファイルにつづりましょう！

健診って何の
ためにするの？

がん検診って
どんなことするの？

南部町の健康診査 がん検診説明書

健(検)診は自己管理の第一歩！



《問い合わせ先》
南部町役場 健康対策課
電話：66-5524

健康診査・がん検診の目的

✿健康診査(基本健診・特定健診・高齢者健診)

「薬を飲むほどではないが検査値が高め」、このような項目が増えるほど将来脳梗塞などの重篤な疾患にかかる可能性が高くなると言われています。症状がないうちから「ちょっと高め」を改善して、健康な生活を長く続けていけるよう、年に1回の健康診査をうけることが大切です。

✿がん検診

何か症状があって外来を受診された場合、すでに進行したがんが多く見つかります。一方、がん検診は無症状の人を対象にしているため、早期がんが多く発見され、そのほとんどが治り、金銭的にも身体的にも軽い治療で済みます。

がんを早期に発見し、適切な治療をおこなうことにより、がんによる死亡を減少させることを目的としています。

基本・特定・高齢者健康診査

生活習慣病は発症してしまうと完治しにくく、通院費や入院費が多くかかります。いつまでも健康を保つために、毎年継続して受診することが大切です！

生活習慣病を見つける検査です。
39歳以下は基本健診、40～74歳は特定健診、75歳以上は高齢者健診と、呼び方は異なりますが健診内容はほぼ一緒です。

❖20～39歳の方は … 「基本健診」

対 象:20歳以上39歳以下の方(年齢は当該年度の3月31日を基準)で、町内に住所がある方。
*職場や学校で健康診査がある方は、そちらで受診してください。

受診券は健康管理センターすこやか窓口にお越しいただくか、郵送で発行できます。

❖40～74歳までの方は … 「特定健診」

対 象:40～74歳までの方(年齢は当該年度の3月31日を基準)で、その方が属している医療保険者が実施。
*医療保険者に実施義務があります。自分がどこの健康保険証資格があるかを確認して、それぞれの会社や役場等へ健康診査についてお問い合わせください。
*町の集団健診の会場では、国民健康保険以外の医療保険にご加入の方でも受けられる場合があります。

❖75歳以上の方は … 「高齢者健診」

対 象:75歳以上の方(年齢は当該年度の3月31日を基準)で、町内に住所がある方。

健診内容 ⇒ 身体計測(身長・体重・特定健診のみ腹囲)
 血压測定
 検尿(糖・たんぱく)
 血液検査(脂質・糖尿病・腎臓機能・肝臓機能・貧血)



南部町の死因をみると、脳血管疾患と心疾患が3～4割を占めています。これらは長年の生活習慣の乱れが積み重なり、高血糖・高血圧・脂質異常を起こすことで、動脈硬化が進んだ結果と言えます。

健診の目的は、動脈硬化の引き金となる状態をみつけて、生活習慣を変えることで健康寿命を延ばすことです。

「お医者さんに行ったら異常がないと言われた」、「心配することはないですよと言われた」などの言葉を聞きますが、病院で治療(薬を飲む)が必要とされる前の段階を基準値としていますので、毎年健診を受け結果に変化がないかをみていくことが大切です。健康診査やがん検診を受けた後は、検査結果を南部町健康ファイルに綴じて、自分で管理しましょう。

職場や学校で行っていないがん検診は、町のがん検診受診券を利用できます。

胃がん検診について

検診で見つかる胃がんの70%は早期がんです！

対 象：40歳以上の方（年齢は当該年度の3月31日を基準）

検診の方法：以下の①もしくは②の検査を選択して受診することができます。

①胃X線検査

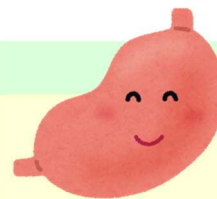
この検査は、バリウム（造影剤）と発泡剤（胃を膨らませる薬）を飲み、胃の中の粘膜を観察する検査です。検査は絶食（胃に物が無い状態。12時間飲食しない）でおこなうことが条件です。副作用としては、検査後の便秘やバリウムの誤飲などがあります。

②胃内視鏡検査

胃の中を内視鏡（カメラ）で直接観察する検査です。内視鏡を口から挿入するため、検査の準備として胃の動きを抑える注射をしたり、のどの麻酔が必要です。検査は胃X線検査と同様に絶食が必要です。

検査を受ける前には、担当医から検査の準備と内容について説明を受けてください。

*がん発見率が異なるため、できるだけ胃内視鏡検査を受けるようにお願いします。



大腸がん検診について

大腸がんは早期発見・早期治療で95%の人が治ることがわかっています。

対 象：40歳以上の方（年齢は当該年度の3月31日を基準）

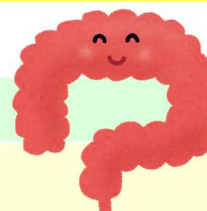
検診の方法

■便潜血検査

がんやポリープなどの大腸疾患があると、大腸内に出血することがあります。この検査は、その血液を検出する検査です。検診会場で問診後に容器をお渡ししますので、家で2日間検査（便を取ることを）をしていただいたあと、指定日に提出していただきます。

※検査で陽性が出た場合・・・

原因を明らかにするために、精密検査を受けることが大切です。精密検査は、全大腸内視鏡検査です。腸にカメラを入れて検査をしますので、準備や内容など医師に説明を受けてください。



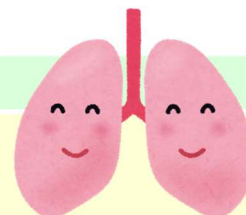
肺がん検診について

風邪に似た症状が多く見過ごされがちです。年に1回、検診を受けましょう！

対 象：40歳以上の方（年齢は当該年度の3月31日を基準）

検診の方法

■胸部X線検査：胸のレントゲン写真を撮ります。



子宮がん検診について

早期に発見すれば比較的治療しやすく、予後のよいがんです。一方、進行すると治療が難しいことから、早期発見が大切です！

対象：20歳以上の女性(年齢は当該年度の3月31日を基準)

注①：HPV(ヒトパピローマウイルス)検査の対象は20～49歳です。

検査の方法

■細胞診

婦人科の専門医によって、子宮頸部の粘膜を採取し、がん細胞の有無やがん細胞の種類(組織型)を知ることができます。ただし、生理中の場合十分な検査ができない可能性があります。

また、ブラシで粘膜を採取するため、多少の出血を伴うことがあります。

■HPV(ヒトパピローマウイルス)検査

子宮がんの原因となるヒトパピローマウイルスの感染の有無を判定する検査です。細胞診と同様ブラシで採取して検査をします。

1回の細胞採取で、細胞診とHPV検査が同時に行えます。

乳がん検診について

2年に1回の検査です。

月1回、自己触診をしましょう！

しこりを感じたら、まずは受診を！

※詳しい触診の方法は、健康管理ファイルをご覧ください。



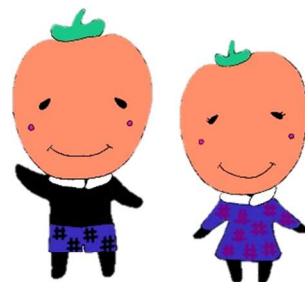
対象：40歳以上の女性(年齢は当該年度の3月31日を基準)

注②：2年に1回の検査です。

検査の方法

■マンモグラフィ

マンモグラフィとは、乳房X線撮影のことです。視触診ではわかりにくい小さな、特に石灰化のある乳がんの発見に適しています。検査時にできるだけ乳房を平たくして撮影するため、多少の痛みがあります。



今年も みんなで

行かいいや！けんしん！

