

# 健診で確認

# 自分の健康

**皆**さんは定期的に健康診査(健診)を受診していますか。

若いうちから定期的に受け、自分の身体の状態を知っておくこと、そして自分の生活を振り返り、改善していくことが大切です。町が9月に行う集団健診の内容などを紹介します。これを機会に健診を受けてみませんか。

問い合わせ 健康づくり課へ

## 身体の変化に早く気付く

**健**診は、血液検査や尿検査などさまざまな項目があり、病気の兆候や生活習慣病などを知ることができます。



病気は進行した状態から治療を受けるよりも、早い段階から生活習慣を改善したり、治療したりするほうが、お金も時間も手間もかかりません。そのためには定期的に健診を受け、身体の変化に早く気付くことが大切です。身体の違いのサインに早く気付く、生活習慣を改善することで病気を予防することができます。

## 症状がなくても油断は禁物

**若**いころからの積み重ねで発症する生活習慣病は、自覚症状がほとんどないため、知らないうちにじわじわと進行していきます。

自覚症状が出たときには、生活習慣病が進行してしまっているケースが多くみられます。「若いから大丈夫」「ただの中年太り」「持病で病院に行っているから健診は必要ない」と思う人もいるかもしれませんが、油断しないようにしま

しょう。

## あなたと周りの人のために 年に1回の健診で安心を

**定**期的に健診を受け、自分の身体の科学的データを知らず、や自分自身の生活習慣を振り返り、悪い部分を改善することが生活習慣病の予防に最も効果的です。

あなた自身が健康であることは、周りの人たちの安心につながります。あなたが病気に罹ったときは、あなただけでなく家族など周りの人にも負担がかかることがあります。

自分自身や周りの人たちのために「必ず年に1回の健診を受診する」「結果をもとに日ごろの生活を振り返り、改善すべき点を見つける」「改善目標を立てる」などを心掛けましょう。

そして毎日の笑顔と安心につなげていきましょう。

自分の身体をチェックしましょう! 健診会場でお待ちしています!

健診を  
受けてください!

保健師  
加藤理恵

特定健診  
(基本健診)  
がん検診

保健師  
山本実子

# 今年度の健診を紹介します

健診には、集団特定健康診査(集団健診)と個別特定健康診査(個別健診)があります。年齢や加入している医療保険の種類によって、受けられる健診や申し込み方法が異なります。自分がどの健診を受けられるか確認しましょう。※年齢は平成30年3月31日時点の満年齢

## 予約を忘れずに！集団健診

### ■集団健診と個別健診

#### ■集団健診

いこいの里や町立公民館などに検診車を配置し、一度に多くの人の健診を行います。町が指定した日時や場所を確認し、予約することで、希望する健診を受けられます。

9月の集団健診の申し込みをはじめます。

#### ■個別健診

町が指定する医療機関で個別に予約し、受診する健診です。詳しくは9ページを見てください。

集団健診を日程が合わないなどの理由で受けていない人は、個別健診を受けてください。

#### 19～39歳の人の

学校や職場で健診を受ける機会がない人は「生活習慣病予防健診」が受けられます。

とき 9月14日(木)・22日(金)

申し込み 8月4日(金)までに健康づくり課へ電話

#### 40～74歳の人の

##### 〔国民健康保険加入者〕

今年度健診を受けていない人は「特定健診」が受けられます。

とき 9月14日(木)・22日(金)

持ってくるもの 健康保険証、後期高齢者健康診査受診票

申し込み 8月4日(金)までに健康づくり課へ電話

##### 〔社会保険被扶養者〕

特定健康診査受診券を持っている人は「社会保険被扶養者健診」が受けられます。

とき 9月6日(水)・10日(日)

持ってくるもの 特定健康診査受診券

申し込み 8月4日(金)までに9ページにある申込書を健康づくり課に提出または郵送

問合わせ 扶養者の勤務先または健康保険証に記載された保険者へ



#### 75歳以上の人または65歳以上の後期高齢者医療保険加入者

「後期高齢者健康診査」が受けられます。※生活習慣病を治療している人を除く

とき 9月14日(木)・22日(金)

持ってくるもの 後期高齢者健康診査受診票

申し込み 8月4日(金)までに健康づくり課へ電話

### ■健診の内容と費用

健診の種類	内 容	費 用	
		集団健診	個別健診
生活習慣病予防健診	身体測定、血圧測定、診察、血液検査(脂質、糖質、肝機能、腎機能(クレアチニン)) ※クレアチニンは町独自の検査項目です ※前年度の健診結果と医師の判断で心電図、貧血、眼底検査を行います	500円	実施なし
特定健診		500円	1,000円
社会保険被扶養者健診		保険者で異なります	
後期高齢者健康診査		500円	

# 国民健康保険加入者は 個別健診も受けられます

40歳から74歳までの国民健康保険加入者は、8月から、医療機関で行う個別健診が受けられます。集団健診を受けない人は、忘れずに個別健診を受けてください。

## 受診に必要なものは？

集団健診を受けていない人に、特定健康診査受診券を8月に送付します。

## どこで受診できるの？

受診できる医療機関は下の表のとおりです。この表以外の受診できる医療機関は、健康づくり課に問い合わせてください。

## 受診期間や費用などは？

受診期間 8月1日(火)～平成30年3月31日(土)  
費用 千円  
持ってくるもの

- 国民健康保険証
- 特定健康診査受診券
- 昨年度に特定健診を受けた人はその結果

申し込み・問い合わせ 下の表にある医療機関に直接連絡※検査結果に影響があるため、受診する前日の午後9時以降は、水やお茶以外の飲食を控えてください

### ■個別健診が受診できる町内の医療機関

医療機関名	電話番号	医療機関名	電話番号
いまづ内科消化器科クリニック	283-0099	遠賀中間医師会おかがき病院	282-0181
占部胃腸科内科医院	282-0127	岡垣腎クリニック	982-5645
いわくまハートクリニック	701-6037	加藤医院	282-0003
高陽診療所	282-0077	こんどう胃腸科外科医院	283-0101
柴山クリニック	282-0091	田中ひろし小児内科医院	283-1640
ふじた医院	283-3211	吉村整形外科クリニック	282-2500

----- 切り取り線 -----

### 社会保険被扶養者の特定健診申込書

申込締切 **8月4日(金)**

健診日 ○をつける	9月6日(水) ・ 9月10日(日)	
希望する他の検診があれば○をつける	肺がん・胃がん・大腸がん・前立腺がん・乳がん 子宮頸がん・肝炎ウイルス	10 ページの各検診の対象欄で、年齢などを再度確認
保険者証	記号	番号
保険者番号	健康保険証と特定健康診査受診券で確認。番号が異なるときは保険者に問い合わせを	
保険者名称		
特定健診受診券整理番号	特定健康診査受診券に記載している11桁の番号	
特定健診受診有効期限	年 月 日	特定健康診査受診券に記載している有効期限。過ぎているときは受診不可
フリガナ	生年月日	
氏名(性別)	(男・女)	昭和 年 月 日 平成30年3月末年齢 歳
住所	〒811-42 岡垣町	
電話番号	自宅	携帯電話

※申込書は切り取って健康づくり課まで郵送か窓口を持って来てください

※がん検診だけ受診する人は、申込書の提出は必要ありません。電話連絡で受け付けます

# がんは早期発見が大切です

岡垣町に住民票がある人は、加入している医療保険にかかわらず、町が行うがん検診を受けられます。がん検診の種類によって対象者が異なるため、下の表で確認してください。

## ■がん検診の検査内容・対象・費用

検診の種類	検査内容	対 象	費 用		とき・ところ (集団検診)
			集団検診	個別検診	
肺がん検診 結核検診	胸部レントゲン検査	40 歳以上の人	無料	500 円	9月6日(水) 10日(日) 14日(木) 22日(金)  いこいの里
	かくたん 喀痰検査	胸部レントゲン検査を受けた人のうち、50 歳以上で「1 日の喫煙本数×喫煙年数」が 600 以上の人	500 円	1,000 円	
胃がん検診	バリウムによる胃部レントゲン検査	40 歳以上で胃内視鏡の検査を受けない人	500 円	実施なし	
大腸がん検診	便潜血反応検査	40 歳以上の人	500 円	1,000 円	
前立腺がん検診	血液検査	50 歳以上の男性	1,000 円		
子宮頸がん検診 ※ 2 年に 1 回	細胞診検査	20 歳以上の女性	500 円	1,000 円	
乳がん検診 ※ 2 年に 1 回	マンモグラフィー (2 方向)	40 ~ 49 歳の女性で昭和の偶数年生まれの人	1,500 円	2,000 円	
	マンモグラフィー (1 方向)	50 歳以上の女性で大正・昭和の偶数年生まれの人	1,000 円	1,500 円	
肝炎ウイルス検診	血液検査	40 ~ 65 歳の人 ※過去に肝炎ウイルス検診を受けた人を除く	500 円	実施なし	
骨粗しょう症検診	かかとの骨密度測定	19 歳 ~ 39 歳の女性で生活習慣病予防健診を受ける人	500 円	実施なし	

※年齢は平成 30 年 3 月 31 日時点の満年齢です

※生活保護世帯の人は、がん検診と肝炎ウイルス検診を無料で受診できます。申し込むときに伝えてください

※がん検診の受診率を向上する取り組みのひとつとして、特定の年齢の人に乳がん検診と子宮頸がん検診の無料クーポン券を送付しています。クーポン券は集団健診でも利用できます

※胃内視鏡での胃がん検診以外の個別がん検診は 10 月以降です。広報おかがき 10 月 10 日号でお知らせします

個別検診で 2 年に 1 回受診できるようになりました

## 胃内視鏡での胃がん検診を受診しましょう

**対 象** 平成 30 年 3 月 31 日時点で 50 歳以上の大正、昭和の偶数年生まれの人※胃の病気で治療中の人や消化器の症状がある人、平成 29 年度に集団検診で胃バリウム検査を受けた人は対象外

**申込期間** 平成 30 年 2 月 28 日(水)まで

**検診期間** 平成 30 年 2 月 28 日(水)まで

**費 用** 3,000 円※生活保護世帯の人は無料

**申し込み** 健康づくり課に電話後、医療機関へ

### ■町内で受診できる医療機関

医療機関名	電話番号
いまづ内科消化器科クリニック	283-0099
こんどう胃腸科外科医院	283-0101
柴山クリニック	282-0091
田中ひろし小児内科医院	283-1640

※町外で受診できる医療機関もあります

**問い合わせ** 同課へ