

# 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診し、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。この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

## 身体の変化に早く気付こう

健診には血液検査や尿検査などの項目があり、病気のサインや生活習慣病などの兆候を見つけることができます。



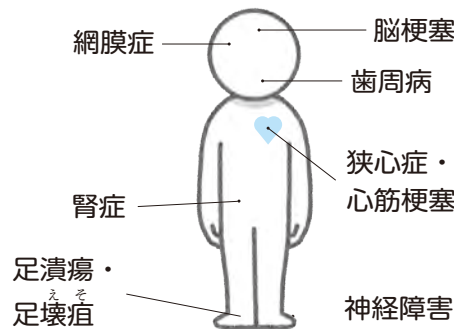
病気が進行した状態から治療を受けるより、早い段階から生活習慣

## 糖尿病性腎症の重症化を 予防するプログラムを始めます

慣を改善したり、治療したりするほうが、お金や時間、手間がかかりません。特に生活習慣病は自覚症状が現れにくく、痛みなどを感じたときにはすでに症状が進行していることが多いため、治療も困難です。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。

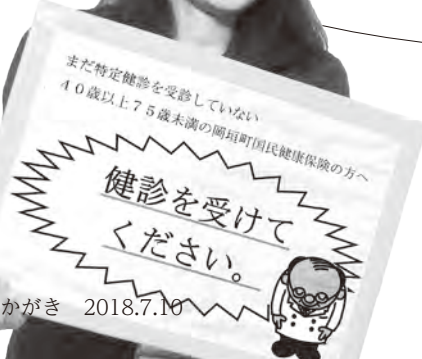
生活習慣病の代表格である糖尿病は、重症化すると深刻な合併症を引き起こします。その中でも糖尿病性腎症は、症状が進行すると腎機能が低下し、人工透析による治療が必要になります。糖尿病の重症化を防ぐには薬を使った治療のほか、食事制限や定期的な運動などの健康管理が必要です。また、個人の生活環境や年齢などに応じた予防方法が重要になります。

## ■糖尿病の主な合併症



そこで、平成30年度から町と遠賀中間医師会が協力して糖尿病の重症化を防ぐ「糖尿病性腎症重症化予防プログラム」を始めました。これは、医療機関と町が健診結果や栄養指導結果を共有することで、皆さんの健康づくりを支えるものです。なお、プログラムの対象者は健診の結果をもとに決定し、町から連絡します。

健康な体で、毎日を気持ちよく  
過ごしましょう。  
健診会場でお待ちしています！



保健師 林久美子

保健師 井上久美子

特定健診  
(基本健診)  
がん検診

# 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。自らがどの健診を受けられるか確認しましょう。※年齢は平成31年3月31日時点の満年齢

## ■予約を忘れずに！集団健診

### 19歳～39歳の人

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20日(木)・21日(金)

申し込み 8月3日(金)までに健康づくり課に電話

### 40歳～74歳の人

「国民健康保険に加入している」

今年度既に行っている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20日(木)・21日(金)

持ってくるもの 健康保険証  
申し込み 8月3日(金)までに健康づくり課に電話

「国民健康保険に加入していない」  
勤務先や社会保険者が行う健診



を受けてください。ただし、被扶養者の人で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9日(日)・13日(木)

持ってくるもの 特定健康診査受診券

申し込み 8月3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

問い合わせ 扶養者の勤務先または健康保険証に記載された保険者

### 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20日(木)・21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3日(金)までに健康づくり課に電話

## 集団健診と個別健診の違いって？

### ■集団健診

いこいの里や町立公民館などに健診車を配置し、一度に多くの人々の健診を行います。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。詳しくはこのページで説明します。

### ■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。日程が合わないなどの理由で集団健診を受けていない人は、個別健診を受けてください。詳しくは9ページを見てください。

## ■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  |  | 500 円     | 実施なし    |
| 特定健診       | 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)) | 500 円     | 1,000 円 |
| 社会保険被扶養者健診 | ※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。            | 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。集団健診を受けられない人は、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。このほかの医療機関での受診を希望する人は、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(水)～平成31年3月31日(日)

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 | 加藤医院        | 282-0003 |
| いわくまハートクリニック   | 701-6037 | こんどう胃腸科外科医院 | 283-0101 |
| 占部胃腸科内科医院      | 282-0127 | 柴山クリニック     | 282-0091 |
| 岡垣腎クリニック       | 982-5645 | 田中ひろし小児内科医院 | 283-1640 |
| 遠賀中間医師会おかがき病院  | 282-0181 | 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3日(金)**

|                   |  |                                   |
|-------------------|--|-----------------------------------|
| 健診日 ○をつける         | 9月9日(日) ・ 9月13日(木)                     |                                   |
| 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<br>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<br>平成 31 年 3 月 末 年 齡 歳   |
| 住所                | 〒 811-42<br>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に郵送または窓口を持って来てください。

※がん検診のみを受診する人は、申込書の提出は不要です。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   | 個別検診   | 集団健診   | 個別健診                  |
| 肺がん検診<br>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9日(日)<br>13日(木)<br>20日(木)<br>21日(金)<br><br>いこいの里 | 広報おかがき9月25日までお知らせします。 |
|                   | かくだん<br>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、平成29年度に胃内視鏡検査を受けていない人      | 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<br>※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<br>※2年に1回   | マンモグラフィー(2方向)    | 40～49歳の女性で昭和の奇数年生まれの人                          | 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・昭和の奇数年生まれの人                        | 1,000円 | 1,500円 |  |                       |
| 肝炎ウイルス検診          | 血液検査             | 40～65歳の人<br>※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   |  |                       |

※年齢は平成31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。

**申し込み・問い合わせ** 8月3日(金)までに健康づくり課

## 個別検診で2年に1回受診できます

# 胃内視鏡での胃がん検診を受診しましょう

**対象** 平成31年3月31日時点で50歳以上の大正、昭和の奇数年生まれの人※胃の病気で治療中の人や消化器の自覚症状がある人、平成30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31年2月28日(木)まで

**検診期間** 平成31年2月28日(木)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 |
| 占部胃腸科内科医院      | 282-0127 |
| 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** 健康づくり課