

2019年度 総合健(検)診のお知らせ

1. 健(検)診の日程

- ◆自分の行政区等の健(検)診日に受診できない方は、都合のよい日に受診してください。(連絡不要)
- ◆大腸がん検診のみを受診される方は、午前10時30分～11時頃が比較的スムーズに受診できます。

● 受付時間 午前8時～11時(午前のみ)

総合健(検)診日程				
月	日	曜日	行政区等	会場
6月	21	金	(鹿島区) 上栢窪、栢窪、御山、白坂、 角川原、山下	鹿島保健センター
	22	土	車川、浮田、岡和田、牛河内、 小山田、小池、榑原	
	24	月	上寺内、大内、烏崎、小島田	
	25	火	寺内、三里、西川原、大谷地、 塩崎、川子	
	26	水	八沢地区	
	27	木	一区、二区、三区、四区、 台田中	
	28	金	新町、北右田、西町、江垂、 横手	
7月	1	月	(原町区) 本陣前	原町保健センター
	2	火	大町、押釜	
	3	水	雲雀ヶ原	
	4	木	大木戸	
	5	金	上渋佐、高見町、本町	
	6	土	橋本町、北泉	
	8	月	大甕上、大甕下、小浜、小沢、 堤谷、雫	
	9	火	南町、泉	
	10	水	上北高平、上高平、下高平、 下北高平	
	11	木	日の出町、桜井町	

総合健(検)診日程				
月	日	曜日	行政区等	会場
7月	12	金	国見町	原町保健センター
	15	月	北萱浜、萱浜、北原、江井、 下江井	
	16	火	旭町、栄町、下太田、金沢	
	17	水	北町	
	18	木	(小高区) 中部：一区、二区、三区、 四区、五区、小高	小高保健福祉センター
	19	金	西部、東部	
	20	土	中部：片草、吉名、岡田、 川原田、大井、塚原	
8月	30	火	(原町区) 仲町	原町保健センター
	31	水	西町、上太田、陣ヶ崎	
	1	木	二見町、錦町、青葉町	
	2	金	小川町、大原、深野	
	4	日	小高区	
	5	月	馬場	
	6	火	三島町、長野、北長野、北新田	
	7	水	高倉、石神、大谷、牛越、 信田沢	
	8	木	東町、片倉、矢川原、小木迫、 高、鶴谷、中太田	
	9	金	上町、牛来、益田	

2. 健(検)診の種類・個人負担金

健(検)診の種類と個人負担金

	健(検)診名	対象	個人負担金
1	国保特定健康診査	40～74歳(国民健康保険加入者)	無料
2	後期高齢者医療健康診査	75歳以上	
3	結核・肺がん検診	40歳以上(結核:65歳以上)	
4	肺がん(喀痰)検診	40歳以上の希望者 (当日に容器を渡します)	500円 (容器回収時)
5	胃がん検診	40歳以上	800円
6	大腸がん検診	40歳以上	400円
7	前立腺がん検診	50歳以上の男性	500円
8	肝炎ウイルス検診	<ul style="list-style-type: none"> ・40歳以上で5歳刻みの年齢の方 ・過去に肝炎ウイルス検診に相当する検診を受けたことがない方 ※受診録の肝炎に「済」が印字されていない方	無料

お得に健(検)診が受けられます!




※次の方は個人負担金が無料です。

- ①70歳以上の方
- ②生活保護世帯の方：社会福祉課への申請が必要です。
- ③市民税非課税世帯の方（世帯全員が非課税）：健康づくり課への申請が必要です。
(受診日の14日前までに申請してください。)

3. 健(検)診を受けるときの注意事項

国保特定健康診査・後期高齢者医療健康診査

国保特定健診はメタボリックシンドロームに着目した健診です。高血圧、糖尿病などの生活習慣病を早期に発見し、生活習慣を見直すきっかけや、改善するために実施しています。

検査内容	注意事項など
問診、身体計測、尿検査、 血圧測定、血液検査、 心電図検査、眼底検査 	<ul style="list-style-type: none"> ・朝食は食べないでください。(血糖値の検査項目があります) お茶、水は可。 血圧等の薬は服薬可。 <u>インスリン注射や血糖降下剤は服用しないでください。</u> ・胃がん検診を併せて受ける方は<u>飲食しないでください。</u> ・尿は、健診当日の朝、スポイトに取ってお持ちください。

《社会保険等の被扶養者の方も、特定健診を受けることができます》

一部の被用者保険で受診できない場合がありますので、医療保険者（保険証に記載されている団体・組織）に確認してください。


受診する場合は、「特定健診受診券」「健康保険証」「自己負担金」を忘れずにご持参ください。(忘れた場合は、特定健診を受けることができません。)

＜がん検診を受ける方＞

現在自覚症状がある方や、通院・治療中の方はがん検診ではなく、医療機関での受診をおすすめします。

胃がん検診

バリウム検査での検診です。(バリウムの中に排泄を補助する薬が含まれています。)

検査の流れ	注意事項など
検査前日	<ul style="list-style-type: none"> 前日の夕食は、消化のよいものを、夜9時までにすませてください。 水分は、寝る前までとっていただいて大丈夫です。
検査当日	<ul style="list-style-type: none"> 検査当日の朝は、飲食しないでください（喫煙・あめ・ガムも禁止です）。 インスリン注射や血糖降下剤は服用しないでください。 血圧、心臓病などの薬は、起床後すぐに100cc（コップ半分）以下の水で飲んでください。 ボタンや金具のない動きやすい服装で受診してください。 当日、体調がすぐれないときは、受診を控えてください。 
検査後	<ul style="list-style-type: none"> 検査後すぐに、下剤をコップ2杯以上の、多めの水で飲んでください。 便がでない場合や、嘔吐・腹痛・腹部膨満感、またバリウムによるアレルギー症状（じんましん、気分が悪い、息苦しいなど）があらわれた場合は、すぐに医療機関を受診してください。

バリウムによる胃がん検診を受けられない方

- 手術で胃をすべて摘出されている方、**1か月以内にポリープ（食道・胃・大腸など）を切除された方、また1年以内に腹部の開腹切除術をされた方**
- 消化器系疾患（穿孔・急性出血・閉塞、またはその疑い）がある方
- 炎症性腸疾患で治療中の方、人工肛門の方
- 腎臓や心臓の疾患等で、水分制限または運動制限のある方
- 自立歩行が困難またはその介助が必要な方、体位変換が困難な方
- 体重が130kg以上の方（安全確保のため）
- 検査当日の朝、インスリン注射や血糖降下剤を服用した方
- 検査当日、体調不良の方や血圧が180/110mmHg以上の方
- 過去に、バリウムや発泡剤を飲んで、体調が悪くなったことのある方



下記の方は、医療機関での受診をおすすめします

- 食道や胃、大腸の開腹切除術をされたことがある方**
- 過去に、バリウムを誤飲したことがある方（バリウムが気管に入ったことがある方）
- 脳梗塞の既往歴がある方
- 便秘が3日以上続いている方
- 手足の力が弱く、手すりを握ることが難しい方

大腸がん検診

2日分の便を採る、便潜血反応検査（2日法）での検診です。

注意事項など

- 便の採取方法は、採便容器に同封の「正しい大便のとり方」を確認してください。
 - 採便容器に1日1本、2日間の便を採取します。（採便から検診日までは3日以内が望ましいが、難しい場合は、**2週間以内**に採便をしてください。）
（提出の際、採便から**2週間以上経過**していると検査が出来ませんのでご注意ください。）
 - 採取後の容器は、**冷暗所（冷蔵庫）**で保存してください。
- * 1日（1回）分でも検査は可能ですが、採便回数を増やすと大腸がんが発見されやすくなります。
- * **検診を受けない場合**：検査容器は開封せずにお近くの保健（福祉）センターに返却ください。（容器代は216円です。回収にご協力をお願いいたします。）



南相馬市 がん部位別死亡数

	1位	2位	3位
全体	大腸	肺	胃
男性	肺	大腸	胃
女性	大腸	肺	胃・乳

出典：福島県保健統計の概況 平成28年データ

当日は、採便容器を提出するだけ！
時間も体の負担もかからず、
検診受けることができます！



南相馬市においてがんの死亡数で一番多いのが**大腸がん**です。

また、全国的な傾向として男女ともに働き盛りの**40歳**から大腸がん罹患する人が増えています。
容器をお持ちでない方で、大腸がん検診を希望される方は問い合わせ先（P.1）へご連絡ください。

4. 当日必要なもの：封筒表に記載のとおりです。

5. その他（風しん抗体検査）

風しんの抗体検査を総合健（検）診会場で受けることができます。

対象者 昭和47年4月2日～昭和54年4月1日生まれの男性

★抗体検査を希望される方は、別途お送りしている**クーポン券**を必ずお持ちください。

【注意】

総合健（検）診では風しんの抗体検査のみ実施します。検査結果により、風しんの定期接種の対象となった場合は、医療機関で、予防接種を受けてください。