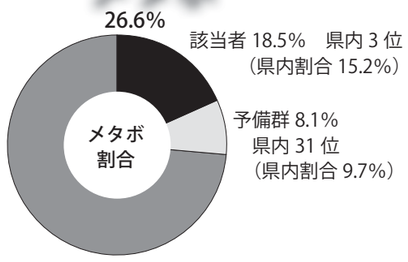
特定健診（メタボ健診）

健康に自信のある人も不安のある人も、今のからだの状態をチェックするチャンスです。

4人に1人がメタボ



（平成23年度伊豆の国市国保受診結果より）

日本人の約３分の２の人が、生活習慣病で亡くなっています。特定健診は、その生活習慣病の早期発見を目的に実施しています。皆さん、積極的に受診してください。

無料 国保

【対象者】
昭和48年3月31日以前に生まれた、伊豆の国市の国民健康保険に加入している人。または、伊豆の国市に住んでいる静岡県後期高齢者医療制度に加入している人。

※社会保険の人は、医療保険者から対象者に受診券や受診案内が届きます。詳しくは保険者にお問い合わせください。

【期間】６月１日（金）～８月31日（金）

【受診方法】５月末までに、対象者に受診券が届きます。指定医療機関、または集団健診で受診してください。

※指定医療機関一覧は、受診券に同封します。

検査内容
腹囲測定・身体計測（身長、体重、ＢＭＩ）・検尿（尿糖・尿蛋白・尿潜血）・採血（HbA1c、中性脂肪、HDLコレステロール、LDLコレステロール、GOT、GPT、γ-GTP、血清クレアチニン、赤血球数、血色素、ヘマトクリット）・血圧測定・問診

※その他、医師が必要と認めた場合、心電図検査・眼底検査を実施

問 国保年金課　☎055-948-2905

自己負担有り 協会けんぽ

協会けんぽ（全国健康保険協会）では、加入者の健康保持増進のために、年度内１回に限り、健康診断（被保険者（本人）には生活習慣病予防健診、被扶養者（家族）には特定健康診査）の費用補助を行っています。それぞれの健診は、検査項目対象年齢・補助額、申請方法などが異なります。本人用のご案内は３月下旬に、ご家族用のご案内は４月中旬に、事業所宛てに送付してあります。受診希望者はお勤めの事業所にご確認ください。

【期間】平成25年３月31日まで

○被扶養者（家族）の特定健康診査

基本的な健診（40歳～75歳未満の人）	
検査内容	問診、身体計測、血圧測定、尿検査、血液脂質検査、血糖検査、肝機能検査
受診者の費用負担額	受診者に一律5,400円の補助

※医師の判断により、詳細な健診（貧血検査・眼底検査・心電図検査）を行う場合があります。

○被保険者（本人）の生活習慣病予防健診

一般健診（35歳～75歳未満の人）	
検査内容	問診、身体計測、視力・聴力測定、血圧測定、尿検査、便潜血反応検査、血液一般検査、血液脂質検査、血糖検査、尿酸検査、肝機能検査、胸部Ｘ線検査、胃部Ｘ線検査、心電図検査など
受診者の費用負担額	健診費用総額上限18,007円 受診者費用額は最高6,843円

※一般健診のほかに、付加健診、乳がん検診、子宮頸がん検診があります。

問 協会けんぽ静岡支部　保健グループ
☎054-275-6605

転ばぬ先の健（検）診

なんで健（検）診を受けなきゃならないの？
仕事も忙しいし…、健（検）診に行く時間が無いよ

私たちのからだは、若くて元気なうちは多少無理をしても一晩眠ると回復します。しかし、運動不足や食べすぎ、飲みすぎ、睡眠不足を続けていると、その代償は中高年世代になってから、からだに正直にあらわれてきます。

その代償が訪れる時期はいつ？

人により大きく差があります。そのためにも常に自分の健康状態を知り、からだの状態の変化に注意しながら、健康でいられるよう、今から努力していくことが大切です。

『転ばぬ先の杖』ではありませんが、病気になる前に発見、また、病気が発見されたとしても早期改善で、自分のからだが転ばないよう、自分に合った健（検）診を受診しましょう。ここでは、さまざまな種類の健（検）診を紹介します。

体験談

検診でがんがみつかりました。
大腸がん検診　40歳代男性市民

健康だと思っていましたが、健康面に不安が出てきたので受診しました。検査をしたらがんだということがわかりました。お医者さんには「早く見つかってラッキーだ」と言われ、手術をして２週間ほどで退院しました。今は抗がん剤治療の最中で、いつもとかわらない生活をしています。

検診を受けたからこそ見つかったし、検診を受けることの必要性をしみじみ感じました。

初めて検診を受けました。
子宮頸がん検診　20歳代女性市民

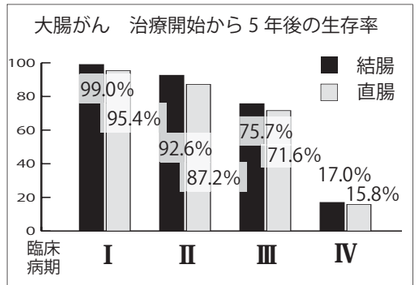
成人したということもあり、母に勧められて受けました。特に何もなくてよかったです。怖かったですが、健康に気をつけるためにこれからも受けようと思っています。

毎年、受けてます。
がん検診　60歳代男性市民

退職後も検診を受けています。十二指腸潰瘍や大腸ポリープなど病気が見つかり治療ができました。これからも健康のため、検診を受けようと思います。

がんは早期発見がカギ

早く見つかれば、治る確率も高くなります。



【臨床病期】
Ⅰ→Ⅳに進むにつれ、がんは深く広範囲になり、転移している状態です。

がんが発見できても、臨床病期（進展度）が進んでいる状態で見つかった場合は、それだけ５年生存率が下がってしまします。

無料 がん検診

■市の検診に申し込みをしている人

５月中旬に受診票と案内文を送付します。また、昨年大腸がん検診を受けた人には、便の容器を同封します。容器には使用期限があるので、昨年の容器を使用する人は容器に記載された使用期限をご確認ください。

■申し込みをしていない人、昨年大腸がん検診を受けていない人など

受診票や便の容器は、健康づくり課に電話で申し込みいただくか、市民課（伊豆長岡庁舎・大仁庁舎）に直接お越しください。

	対象者	内容	検診期間
肺がん検診	40歳以上	問診、胸部レントゲン撮影（希望者は喀痰検査）	■集団検診 6月～7月 ■個別検診 6月～12月
結核検診（肺がん検診と同時実施）	65歳以上		
胃がん検診	35歳以上	問診、胃部レントゲン撮影または問診、内視鏡検査（条件該当者のみ）	
大腸がん検診	35歳以上	問診、便潜血反応検査（2日法）	
子宮頸がん検診	20歳以上の女性	問診、細胞診、内診	■集団検診 9月～10月、12月 ■個別検診 6月～12月
乳がん検診	35歳以上の女性	問診、視触診、乳房エックス線撮影検査（マンモグラフィ）または超音波検査（エコー） ＊35歳～39歳：問診、視触診、超音波検査（エコー）	
骨粗しょう症検診	40・45・50・55・60歳の女性	問診、骨密度測定（エックス線検査）	
歯周疾患検診	20歳以上	問診、むし歯、歯周疾患等の検査	■個別検診 6月～1月

※集団検診の詳しい日程や検診実施医療機関については、直接お問い合わせください。
※胃内視鏡検査（条件該当者のみ）の予約は５月21日（月）から開始になります。

問 健康づくり課　☎055-949-6820

クーポン券と検診手帳を送ります

検診の受診促進、がんの早期発見などのため、国が指定した対象年齢の全員に『**クーポン券**』と『**検診手帳**』を送ります。

【検診内容】
※その他の追加検査は実費となります。
●**子宮頸がん検診**　問診、内診、細胞診
●**乳がん検診**　問診、視触診、マンモグラフィ
●**大腸がん検診**　問診、便潜血反応検査（２日法）

《国が指定したクーポン券対象者》
（平成24年４月１日現在）

子宮頸がん検診（女性のみ）
【20歳】平成３年４月２日～平成４年４月１日
【25歳】昭和61年４月２日～昭和62年４月１日
【30歳】昭和56年４月２日～昭和57年４月１日
【35歳】昭和51年４月２日～昭和52年４月１日
【40歳】昭和46年４月２日～昭和47年４月１日

乳がん検診（女性のみ）・大腸がん検診
【40歳】昭和46年４月２日～昭和47年４月１日
【45歳】昭和41年４月２日～昭和42年４月１日
【50歳】昭和36年４月２日～昭和37年４月１日
【55歳】昭和31年４月２日～昭和32年４月１日
【60歳】昭和26年４月２日～昭和27年４月１日

がんに関する正しい知識を身につけ、理解を深めることが大切です。クーポン券付き受診票と同封の『検診手帳』を読んで検診を受けて、早期発見・早期治療しましょう。

【注意事項】
・伊豆の国市から転出した人は受診できません。転出先市町村にお問い合わせください。
・クーポン券を紛失した人は再発行します。健康づくり課までご連絡ください。

無料 肝炎ウィルス検査

【対象者・受診方法】

対象者	受診方法
●40歳の人 昭和47年４月１日～昭和48年３月31日に生まれた人 ●特定年齢・条件の人	個別に通知します。質問票に必要事項を記入のうえ、指定の医療機関で検査を受けてください。
●41歳以上の人（昭和47年３月31日以前に生まれた人）で過去に検査を受けたことのない人	必ず健康づくり課へお申し込みください。受診履歴を確認し、対象になる場合は質問票を送付します（早めにお申し込みください）。

※市が実施する特定健診・一般健診を受ける人は、同時に検査ができます。
【期間】６月１日（金）～８月31日（金）
【内容】血液検査
（Ｂ型・Ｃ型肝炎ウィルス検査）
問 健康づくり課　☎055-949-6820

私たち、健康づくり課です！

『がん検診』をより多くの人に知ってもらうため、蛍光オレンジ色の『**検診受けましょうジャンパー**』を作成しました。健康づくり課職員はこのジャンパーを着て訪問や事業を行っていますので、見かけた人はぜひ声をかけてくださいね。

無料 前立腺がん検査

【対象者】
50歳以上の男性
（昭和38年３月31日以前に生まれた人）
【期間】６月１日（金）～８月31日（金）
【受診方法】市への申し込みは不要です。保険証などの身分証明証を持って、指定の医療機関（特定健診の実施医療機関）で受診してください。
【内容】血液検査（ＰＳＡ検査）
※市が実施する特定健診・一般健診を受ける人は、同時に検査ができます。
問 健康づくり課
☎055-949-6820

いろんな種類の健（検）診があるんだね。自分に合った健（検）診をしっかり受けようね。

来月号から、健康に関する情報を、新コーナー

健康がイイね♡

で掲載します。

無料 介護予防検診

生活機能評価

いつまでも元気で健やかな生活を送るためには、今ある心身の働きをできる限り低下させないことが重要です。生活機能評価は、生活機能（心や身体の働きのほか、日常生活を送るために必要な機能全体をいいます。）の低下が心配される人に介護予防事業をお勧めするための検査です。

【対象者】
平成24年４月１日現在、満65歳以上の奇数の年齢の人で、介護保険要支援・要介護認定を受けていない人が対象です（認定を受けている人は、生活機能評価を受ける必要はありません）。
基本チェックリストを高齢者支援課から郵送します。チェックリストを回答し、同封の封筒で返送してください。

生活機能評価の流れ
１．送付された基本チェックリストを回答する。
２．回答した基本チェックリストを同封の返信用封筒（ピンク色、切手不要）に入れて返送する。
３．チェックリストの結果によって、生活機能の低下が心配される人には、市から介護予防事業などの案内をします。低下が見られない人には連絡はいきませんのでご了承ください。

問 高齢者支援課　☎0558-76-8010