

健診（検診）を受けましょう



↑ 1日 350 g の野菜の例について説明する保健師（右）

● 問合先 健康づくり課健康推進係 (☎️📞3916)

新型コロナウイルス感染症の感染拡大により、3密（密閉・密集・密接）を避けることや外出の自粛、感染するかもしれないという不安から、運動の機会が減ったり、飲食など日常生活においてさまざまな変化が生じたりしていませんか。

そのような中でも、厚生労働省は『新・健康生活』として、自宅に居る時間が長くなったことを『プラス』に捉え、バランスのよい食事作りに取り組むことなど、『できることから始めましょう』と発信しています。

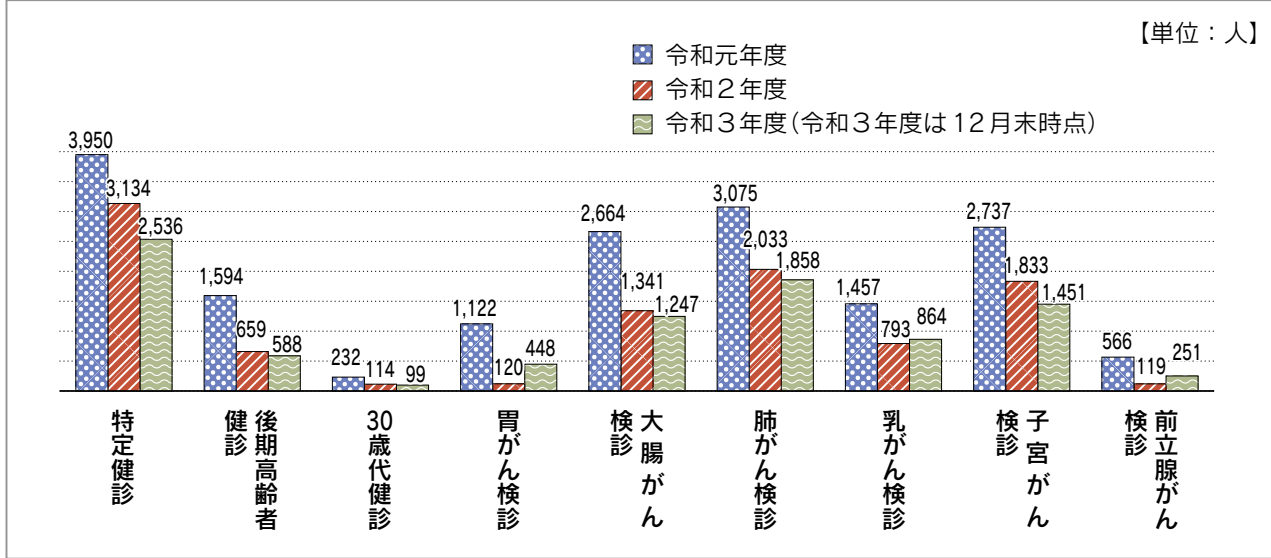
健診については、「受診を迷っている間も生活習慣病やがんは進行しています。定期的に体の状態を知り、病気につながるリスクを早期発見しましょう」と、受診を勧めています。

市で行っている各種健診（検診）の受診者は、新型コロナウイルス感染症の感染拡大前の令和元年より減っています【4割グラーフ】。

市民の皆さん、健康づくりのため、健診を受けましょう。

【グラフ1】健康診査・がん検診受診者数

定期的な受診が大切です



健診（検診）の受診者が減っています！



健診は案内が届くの？

4月に、黄色の『健康診断受診券』を個人に郵送します。届いていない人も対象であれば受診できますので、連絡してください。がん検診の受診間隔は、検診の種類と結果によって異なります。『健康診断受診券』で対象の検診が確認できます。



若いうちから健診を



佐賀県は、国保特定健診で糖尿病予備軍（HbA1c6.5%以上）の割合が平成30・令和元年度連続で、全国ワースト1位です。

最近では、やせ型や普通体型の人でも、食生活の乱れや運動不足などが原因で、糖尿病になることがわかってきました。市では、30歳代を対象とした健康診査を行っています。若いうちから健診を受けて、糖尿病・腎臓病・心臓病などを早めに見つけ予防しましょう。

市特定健診での糖尿病予備軍は、約8人に1人です！

約8,000円かかる健康診査が無料

健診の結果を健康づくりに役立てていくためには、10月までの受診がお勧めです。未受診の人には再度通知をして、アンケート調査を11～12月に行っています。



特定健康診査は、国民健康保険に加入の40～74歳の人を対象です



特定健康診査は『メタボ健診』とも呼ばれ、早期にメタボリックシンドロームを発見し、糖尿病、高血圧症、脂質異常症を予防することで、脳出血や脳梗塞、心臓病、糖尿病の合併症などを起こすことを防ぐためのものです。

基本的な健診項目以外も無料で受けられます

- ▷ 1次健診時に必要な人 心電図検査、眼底検査、たん白尿定量検査
- ▷ 2次検査（1次健診の結果による）頸部動脈エコー検査、75g経口ブドウ糖負荷試験、微量アルブミン尿検査

健診で腹囲を測るのは？



内臓周囲の脂肪量が予測できます。内臓脂肪が多いと、高血圧・高脂血症、糖尿病につながっていきます。→動脈硬化を進め、脳卒中や心臓疾患の発症につながります。



腹囲の目標値 男性 85 cm未満 女性 90 cm未満

メタボの人が増えています（国保特定健診の受診者）。

| | 男性 | 女性 |
|--------|-------|-------|
| 令和元年度 | 29.6% | 11.7% |
| 平成27年度 | 19.0% | 9.3% |

もっと気軽に受診を

自身の健康状態を確認し、健康づくりにつなげるため、特定健康診査やがん検診を実施しています。

令和4年度から、次の点を変更しました。

▽集団健診予約専用電話番号を新設【詳しくは6ページに掲載】

▽大腸がん検診が医療機関でも受けられます。

▽胃がん検診（内視鏡）は広域化により、県内の医療機関で受けられます。対象年齢も拡大しました。

▽総合健診を佐賀県健診・検査センター（佐賀市）でも受けられます。【詳しくは6ページに掲載】。

◆がん検診

現在、2人に1人が生涯において一度はがんにかかると推計されています。

早期にがんを発見するためには、がん検診の受診が必要です。自覚症状がある場合は、検診ではなく医療機関を受診してください。

適度な運動や適切な食事、禁煙などの生活習慣を心がけ、がんを予防しましょう。

◆令和4年度の健康診査・がん検診

| 健診名 | 対象年齢 (令和5年3月31日時点の年齢) ※受診日時時点で伊万里市に住所のある人が対象 | 健診内容 | 料 金 ※市の助成後の金額 | |
|-----------------------|--|--|---------------------|-------------------|
| | | | 個別健診 (医療機関) | 集団健診 (市民センター) |
| 特定健康診査 | 40～74歳の受診日時点で国民健康保険被保険者 ※糖尿病・高血圧・脂質異常症などで治療中の人も対象です。 | ▷血液検査 ▷尿検査 ▷血圧測定 ▷診察 ▷測定（身長・体重・腹囲） | 無 料 (県内で受診可) | 無 料 |
| 後期高齢者健康診査 (フレイル健診) | 75歳以上・65～74歳の後期高齢者医療制度被保険者 ※今年度中に75歳になる人で、誕生日前に健診を希望する場合は、連絡してください。 | | 無 料 (県内で受診可) | 無 料 |
| 健康診査 | 30～39歳、生活保護受給者（40歳以上） ※社会保険被保険者で受診を希望する場合は、連絡してください。 | | 無 料 | 無 料 |
| 大腸がん検診 | 40歳以上 | 便潜血検査2日法 | 500円 | 500円 |
| 結核・肺がん検診 | ▷40歳以上（65歳以上は結核検診も実施） ▷50歳以上で喫煙係数（1日の本数×年数）600以上の人は喀痰（かくたん）検査対象 | 胸部エックス線検査 | 1,000円 喀痰検査 500円 | 500円 喀痰検査 500円 |
| 胃がん検診（バリウム） | 40歳以上（2年に1回） | 胃部エックス線検査 | — | 500円 |
| 胃がん検診（内視鏡） | 50・52・54・56・58・60・62・64・66・68歳 | 胃内視鏡検査 | 4,000円 (県内で受診可) | — |
| 乳がん検診 | 40歳以上の女性（2年に1回） | 乳房エックス線検査 (マンモグラフィ) | 1,000円 | 500円 |
| 子宮頸がん検診 | 20歳以上の女性 ※昨年以前に検診を受けた人は、最終の結果を持参してください。 | 子宮頸部細胞診、内診 | 1,000円 (県内で受診可) | 500円 |
| HPV検査（子宮頸がん検診併用） | 30～44歳の女性(県子宮頸がん撲滅事業の補助) ※HPV・細胞診ともに陰性の人は、2年間は検査対象外 | ヒトパピローマウイルス（HPV）検査 | 無 料 (県内で受診可) | 無 料 |
| 前立腺がん検診 | 50歳以上の男性（原則として2年に1回） | 血液検査（PSA） | 1,980円 | 1,980円 |
| 肝炎ウイルス検査 | 30～74歳で検査したことがない人 | 血液検査（B型、C型） | — | 無 料 |
| 骨粗しょう症検診 | 40・45・50・55・60・65・70歳女性 | 腕のエックス線検査 | — | 500円 |
| 歯周疾患検診 | 40・50・60・70歳 | 歯周組織検査 | 500円 | — |



- ▷ 21歳女性 子宮頸がん検診
※無料クーポン券が必要です。
- ▷ 41歳女性 乳がん検診
※無料クーポン券が必要です。
- ▷ 生活保護受給者 すべてのがん検診、歯周疾患検診
※福祉課からの証明書が必要です。
- ▷ 国保健康マイレージ事業のボーナス特典該当者
※市民課の無料クーポン券が必要です。



集団（市民センター）で受けられる健診（予約制・定員があります）

◆集団健診の受けかた

予約専用電話番号を新設しました。

予約開始
4月18日(月)

☎ ㊦2110（平日の午前8時30分～午後5時15分）

①予約専用番号に電話して予約。『健康診断受診券』で、受診できる健診を確認してください。

※受付時間を分けて案内します。

②『予約決定通知書』と大腸がん容器・採尿容器が1週間前までに自宅に届きます。

③大腸がんは2日分・尿は当日の朝に採ってください。

④『予約決定通知書』に記載している物を持参し、予約時間に会場に来てください。

※すべて受診する場合は、2時間程度かかります。

▷健診当日は、検温とマスクの着用をお願いします。

▷熱が37.5度以上あるときや体調がすぐれないときは、別の日の受診を検討してください。また、予約をキャンセルする場合は、連絡してください。



↑屋外の検診車で実施

| 実施日 | 料金 | 受付時間 | 無料 | 無料 | 500円 | 500円 | 500円 | 500円 | 500円 | 1,980円 | 500円 |
|-----|--------|----------------|--------------|------------|------------------|------------|---------------|------|-----------|-----------|----------------|
| | | | 健康 診査 | 肝炎 ウイルス | 大腸 がん (回収) | 結核・ 肺がん | 胃がん (バリウム) | 乳がん | 子宮頸 がん | 前立腺 がん | 骨粗 しょう 症 |
| 6月 | 27日(月) | 午前8時30分～11時15分 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | |
| | 28日(火) | 午前8時30分～11時15分 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | |
| | 29日(水) | 午前8時30分～11時15分 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | |
| | 30日(木) | 午前8時30分～11時15分 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | |
| 7月 | 5日(火) | 午前10時～11時30分 | | | ○ | | | | | | |
| | 6日(水) | 午前10時～11時30分 | | | ○ | | | | | | |
| | 20日(水) | 午前8時30分～11時15分 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | |
| | 21日(木) | 午前8時30分～11時15分 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| | 22日(金) | 午前8時30分～11時15分 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| | 25日(月) | 午前8時30分～11時15分 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | |
| | 28日(木) | 午前8時30分～11時15分 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 8月 | 2日(火) | 午前10時～11時30分 | | | ○ | | | | | | |
| | 7日(金) | 午後5時～7時 | | | ○ | | | ○ | ○ | | |
| 10月 | 9日(日) | 午前8時30分～11時15分 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | |
| | 27日(木) | 午前8時30分～11時15分 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | |
| | 28日(金) | 午前8時30分～11時15分 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | |
| | 11月 | 1日(火) | 午前10時～11時30分 | | | ○ | | | | | |

毎日健診が佐賀県健診・検査センターで受けられます（予約制）

●実施場所 佐賀県健康づくり財団 佐賀県健診・検査センター
佐賀市水ヶ江1丁目12-10 佐賀メディカルセンタービル内

●予約先 ☎0952㉞3315（平日の午前8時30分～午後5時30分）

●健診内容 特定健診、胃がん（バリウム）、大腸がん、肺がん、子宮頸がん、乳がん、前立腺がん

●日程

▷月～金曜日 5月～翌年3月の毎日（祝日・年末年始・お盆を除く）

▷土曜日 5月14日、6月25日、8月6・27日、9月3日、10月29日、11月19日、12月17日、1月21日、2月4・25日、3月11日

▷日曜日 5月29日、7月31日、9月25日、10月2日、11月27日、12月4日、2月5・26日、3月5・19日

●料金 集団健診（上の表）と同額



医療機関で受けられる検診

▷◎は申し込みが必要な検診

▷受診期間は5月～令和5年3月です。

大腸がん検診は5月～12月、子宮頸がん検診は4月～令和5年3月（無料クーポン券の利用は2月末まで）

| 医療機関名 (50音順) | 電話番号 | 健康 診査 | がん検診 | | | | | | 医療機関名 (50音順) | 電話番号 | 健康 診査 | がん検診 | | | | | |
|-----------------|--------|----------|------|---|---|----|------------|-----|--------------------|-----------------|----------|------|---|---|----|------------|-----|
| | | | 大腸 | 肺 | 乳 | 子宮 | 胃(内 視鏡) | 前立腺 | | | | 大腸 | 肺 | 乳 | 子宮 | 胃(内 視鏡) | 前立腺 |
| いび整形外科 | 201265 | ◎ | | | | | | | 日高医院 | 235263 | ● | | | | | | |
| 伊万里整形 外科病院 | 232504 | ● | | ◎ | | | | | 古川内科クリ ニック | 210730 | ● | ● | ● | | | | |
| 内山産婦人科医院 | 233241 | | | | | ● | | | 堀田病院 | 233224 | ◎ | | | | | | |
| 大川野クリニック | 208060 | ● | ● | | | | ● | | 前田病院 | 235101 | ● | | ● | | | | |
| 岡村医院 | 222304 | ● | | ◎ | | | ◎ | ◎ | 産婦人科南ヶ 丘クリニック | 221135 | | | | | ● | | |
| おぜきホーム クリニック | 258030 | ◎ | | | | | | | 水上医院 | 283714 | ● | | | | | | |
| 小副川医院 | 224114 | ● | ● | ● | | ◎ | ● | | 山口病院 | 235255 | ● | | ● | | | | ● |
| 加茂医院 | 232014 | ◎ | ◎ | | | | | | 山元記念病院 | 232166 | ◎ | | ● | ● | | ◎ | |
| きたじま整形外科 | 259977 | ● | | | | | | | 有田医院 (有田町) | 422052 | ◎ | | | | | | |
| 小島医院 | 250038 | ● | ● | ● | | | ● | | 石井内科 (有田町) | 462077 | ◎ | | | | | ◎ | |
| 小島病院 | 272121 | ◎ | | ◎ | | | | | 伊万里有田共立 病院(有田町) | 462121 | ● | | ● | ◎ | ◎ | ◎ | ● |
| 助廣医院 | 242023 | ● | | | | | | | 蒲地医院 (有田町) | 425151 | ● | | | | | | |
| 鈴山内科小児科医院 | 227366 | ◎ | | | | | | | 岸クリニック (有田町) | 422833 | | | | | ● | | |
| 隅田医院 | 233167 | ◎ | ◎ | ◎ | | | | ◎ | 小嶋内科 (有田町) | 412288 | ◎ | | ◎ | | | | ◎ |
| 立石医院 | 280007 | ● | ● | ● | | | ● | | 田口医院 (有田町) | 464603 | ◎ | | | | | | |
| たなか内科 クリニック | 225800 | ● | ● | | | ◎ | | | 松尾内科 (有田町) | 423873 | ◎ | | | | | | |
| 夏秋医院 | 232032 | ◎ | | | | | | | 馬渡クリニック (有田町) | 410007 | ● | | ● | | | | |
| 西田病院 | 281111 | ◎ | ◎ | ◎ | ◎ | ◎ | ◎ | ◎ | 松浦中央病院 (松浦市) | 0956 72 5700 | ◎ | | ◎ | ◎ | | | ◎ |

※松浦中央病院の後期高齢者健康診査はありません。

医療機関での大腸がん検診の受けかた

- ① 実施医療機関から、採便の容器を受け取ってください。
- ② 自宅で2日間検査します。容器袋に採取日を記入してください。
- ③ 午前中に医療機関に提出し、問診を受けます。料金は500円です。
- ④ 約1か月後に、『佐賀県健康づくり財団』から検査結果が郵送されます。
- ⑤ 要精密であった場合は、すぐに医療機関を受診してください。



歯周疾患検診は、市内の歯科医院で実施します

詳しくは、広報伊万里5月号に掲載予定です。



妊娠・出産・子育てに関して、また、生活習慣病の予防など健康づくりについて、保健師や管理栄養士が、皆さんの健康づくりを応援しますので、気軽に利用してください。

定期的健康診査や相談は、市民センターで行っていますが、市役所の健康づくり課内には専用の相談室もあり、母子健康手帳の交付をはじめ、健康に関する相談や健診後の保健指導など個別の相談に応じています。

健康づくり課・子育て世代包括支援センターは、令和4年1月に市民センターから市役所別館に移転しました。



健康づくり課
課長 岩崎 克信