



健診に行こう ~コロナ禍の今こそ、健診を受けましょう~

がん検診はなぜ大事?

早期発見・早期治療で治療できるガンが増えています

2人に1人はがんの時代

「家族にがんになった人はいない」と気につけない方もいますが、**遺伝性のがんは稀なケース**です。昨今は食生活や飲酒、受動を含めた喫煙、睡眠といった生活習慣ががんの発症に影響すると言われています。

医療の進歩によって、一部のがんでは早期発見・早期治療が可能になってきました。症状がでる前にがんを見つけることができるがん検診は死亡率を減少させる確実な方法です。検診によって早くがんが見つければ、生存率に差が出ることもわかっています。

がんの早期発見・早期治療ができれば、**完治の可能性が高くなるだけでなく、治療に要する費用や時間などの負担も軽減**できるため、**がん検診の定期的な受診が重要**です。

* 政府広報オンライン「生活習慣病予防と早期発見のためにがん検診&特定健診・特定保健指導の受診を」より一部引用

令和3年度 羽村市のがん検診

電子申請(インターネット)または郵送でお申込み下さい。

* 申込期間あり * 大腸がん除く

■40歳以上の方へ

	内容	実施時期	場所	費用
胃がん	腹部レントゲン撮影	年4期	羽村市保健センター	無料
肺がん	胸部レントゲン撮影・喀痰検査*	(5・6月/9月/12月/2月)		
大腸がん	便潜血検査(2日法)	6~10月	市内指定医療機関	

* 喀痰検査は、50歳以上で喫煙指数(1日の喫煙本数×喫煙年数)が600以上の方が対象です。

■40歳以上の女性へ(昨年度未受診の方)

	内容	実施時期	場所	費用
乳がん	視診・触診・マンモグラフィ 一撮影	第1期 6~9月 第2期 10~12月	指定医療機関	1,600円

令和2年度に40歳の年齢に達した女性には、無料で検診が受けられる「女性特有のがん検診」クーポン券を送付しています。

(場所は 公立福生病院・大聖病院・新町クリニック)

■20歳以上の女性へ(昨年度未受診の方)

	内容	実施時期	場所	費用
子宮がん	子宮頸部細胞診 (必要に応じて体部細胞診)	第1期 6~9月 第2期 10~12月	指定医療機関	無料

令和2年度に20歳の年齢に達した女性には、無料で検診が受けられる「女性特有のがん検診」クーポン券を送付しています。

(場所は よりみつレディースクリニック・羽村ひまわりクリニック・わかくさ医院・公立福生病院・大聖病院)

40歳以上の方へ

特定健康診査と後期高齢者医療健康診査

症状のない段階で異常を発見し、生活習慣病を予防することを目的とした健診です。

生活習慣病はなぜこわい？

お腹周りの内臓に脂肪が蓄積した「内臓脂肪型肥満」に糖尿病・高血圧・脂質異常症といった生活習慣病と言われる病気が重なると動脈硬化を進行させ、脳卒中や心疾患といった命に関わる病気を急速に招く危険性が高くなるとされています。

初期の生活習慣病は自覚症状がないことが多いため、いつの間にか病気が進行してしまう危険があります。そのため、定期的に健診を受けて自分自身の健康状態を正しく把握することが、生活習慣病の早期の発見・治療に重要です。

時間がない、元気だから大丈夫などと考えずご自身の健康のため、定期的に受診しましょう。

*政府広報オンライン「生活習慣病予防と早期発見のためにがん検診&特定健診・特定保健指導の受診を」より一部引用

特定健康診査 メタボリックシンドロームに着目した健診の実施が医療保険者（国民健康保険・被用者保険）に義務付けられ、実施している健診です。40歳以上75才未満の被保険者が対象です。

後期高齢者医療健康診査 後期高齢者医療制度の被保険者の方に対し、生活習慣病の早期発見などのために実施する健診です。後期高齢者医療広域連合の委託を受けて、区市町村が実施します。



メタボリックシンドロームとは

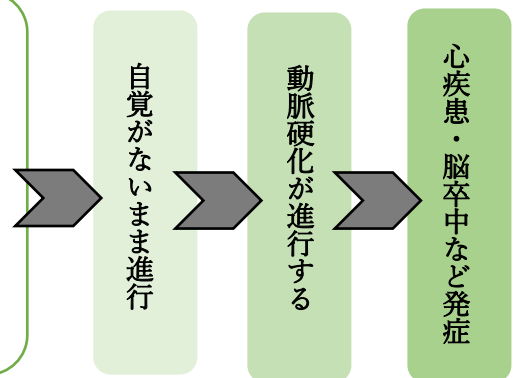
肥満
内臓脂肪蓄積



高血圧 **高血糖**
脂質異常

3つのうち2つ以上当てはまると
メタボリックシンドローム

内臓脂肪のたまりすぎが原因で、高血圧や高血糖などの複数の病気が併発し、動脈硬化が急速に進行しやすくなっている状態



令和3年度 羽村特定健康診査・後期高齢者医療健康診査

国保以外の健康保険組合等に参加している方は、各医療保険者にご確認下さい。

対象	実施時期	場所	費用
羽村市国民健康保険に加入している40～70歳の方 後期高齢者医療制度に加入している75歳以上の方	6月1日(火)～ 10月30日(土)	指定協力医療機関	無料

健康づくり推進員のみなさんに健(検)診に関するアンケートを行い、回答を頂いた80%以上の方が「毎年健(検)診を受けている」と回答がありました。



健康づくり推進員

- 毎年を受けることで、身体の変化を比較できます。
- 年ごとの状態を把握すると、食事や運動の対策がはかれます。
- がん検診は早期発見が期待できる。
- 食事内容の見直しや睡眠時間等、体調管理を意識するようになりました。

- 誕生日に健診を受けるようにして忘れないようにしています
- 健診予定をスマートフォンに入れてアラームを設定しておきます。
- 案内が届いたらすぐに予定表に記入します
- 記念日受診が良いと思います。結婚記念日の近くに夫婦で受診しています。



健康づくり推進員