

## 6・7月に実施されるみらい健診① (予約制・胃がん検診あり)

実施日	申込期間	定員	検診当日受付時間
6月21日(木)	6月4日(月)～8日(金)	各日 200人	①午前7時～7時30分
6月23日(土)			②午前8時～8時30分
7月27日(金)	7月3日(火)～6日(金)		③午前9時～9時30分
7月28日(土)			④午前10時～10時30分

がん検診は、症状のない早期のうちにごんを発見し、治療に結びつけることを目的としています。『健康だから大丈夫』と思っっている方こそ受けていただきたい検診です。

みらい健診①では、胃がん・胃がん・大腸がん・前立腺がんの各がん検診を実施していま

# みらい健診①のお知らせ

## がん検診、早期発見が決め手!

### 《みらい健診①で実施しているがん検診》

項目・年齢	方法	内容
胃がん検診 (18歳以上)	胃部エックス線撮影	バリウム(造影剤)を飲んだ後、レントゲンで胃の形や粘膜を観察します。
大腸がん検診 (18歳以上)	便潜血検査	便中の血液の有無を調べ、大腸内の出血があるかどうか検査します。
肺がん検診 (40歳以上)	胸部間接エックス線撮影	肺全体をレントゲンで撮影し、異常がないか調べます。
前立腺がん検診 (50歳以上男性)	PSA(前立腺特異抗原)検査	血液検査をし、血液内に含まれているPSAの量を調べます。

※がん検診はご加入の健康保険証の種類に関係なく受診できます。

す。また、基本健康診査・特定健康診査・後期高齢者の健康診査・肝炎ウイルス検診なども同時に実施しています。年に1度の健康管理にぜひみらい健診をご利用ください。

▼申し込み方法  
申し込み受け付け専用電話 ☎25・2983(にっこりつくばみらい) または、健康増進課窓口(谷和原保健福祉センター内)  
▼申込受付時間  
午前9時～午後5時

※上記以外による受け付けは行いません。また、同一世帯のご家族以外の申し込み受け付けはできません。  
※申込期間中であっても定員になり次第締め切らせていただきます。  
※受付開始30分は、電話が集中し、大変かかりにくくなります。ご了承ください。  
※各健診の対象者・自己負担額などは、平成24年度健康管理予定表をご確認ください。

**問 健康増進課(がん対策室)**  
☎25・2100

国民健康保険に加入している方へ  
特定健康診査・特定保健指導を受けて「生活習慣病」を防ぎましょう

### ○特定健康診査(特定健診)・特定保健指導とは

糖尿病、高血圧症、脂質異常症などの生活習慣病が増えています。これらは、食生活の見直し、適度な運動などで予防できることが分かっています。このような背景のもと、平成20年4月から、健康保険組合、国民健康保険などに対し、40歳以上の加入者を対象とした、メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)の早期発見と予防に着眼した健康診査(特定健康診査)および診査結果より、必要に応じて生活習慣の改善に向けた保健指導(特定保健指導)の実施が義務付けられることになりました。

### ○特定健診を受けてメタボリックシンドロームを防ぎましょう

メタボリックシンドロームは、内臓脂肪の蓄積が原因で糖尿病や高血圧などの生活習慣病を起しやすいう状態のことで、40歳以上の男性では、2人に1人がメタボリックシンドローム

とその予備軍であるといわれています。

生活習慣病にかかる方の割合は増え、総医療費の生活習慣病に占める割合は、約3割にも上るといわれており、その割合は年々増加しています。

生活習慣病は、進行しても自覚症状に乏しいため、定期的に健康診査を受けることが大切です。健診は、ご自身の生活習慣病の発症リスクや、総合的な健康状態を知る良い機会です。積極的に利用し、健康管理にお役立てください。

### ○特定健診を受けるには

40歳以上の国民健康保険加入者には、特定健康診査受診券(はがき)を送付しています。みらい健診や契約医療機関などを利用し、健診を受けてください。  
※平成24年4月2日以降に市国民健康保険に加入された方で、受診を希望される方は、国保年金課までお問い合わせください。

**問 伊奈庁舎国保年金課** ☎58  
2111(内線1185)