

お元気ですか
保健師です

血管の状態や変化を確認するため 健（検）診を受けましょう

生活習慣病の多くは予防することができ、ほとんどの症状が出ずにゆとりと進行するため、症状が現れた時にはすでに進行し、発症していることも少なくありません。生活習慣病の早期発見・予防には、日常生活に気を付けることはもちろん、定期的に健診を受け、自分の身体の状態や変化を知ることが大切です。

健診で何が分かるの？

メタボリックシンドロームや高血圧、糖尿病、脂質異常症などの生活習慣病は、血管へ影響を及ぼして血管を変化させ、脳血管疾患や心疾患、糖尿病合併症（糖尿病性腎症など）を発症したり重症化を引き起こし、健康寿命を縮めるリスクとなります。健診はこれらのリスクがどうか、

表1で示す検査項目でみていくことができます。自身の血管への影響や変化を知り、日常生活でどうリスクを減らしていくことができるかを定期的に確認しましょう。

集団健診には「眼底検査」「尿中アルブミン検査」も含まれお得！

集団健診で受けると、高血圧や糖尿病などでおこる脳の血管変化を推測できる「眼底検査」、早期の腎機能障害の発見につながる「尿中アルブミン検査」も追加されているため、よりお得に詳細な項目を受けることができます。毎年のように健診を受けている人はもちろん、しばらく健診を受けていない人もぜひ受診していただければと思います。



これだけの内容の健診を個人で受けると合計約11,000円。健診費用を町が補助するため、500円で受けられます。



表1：健診検査項目より分かる血管への影響や血管変化

身体 の何を見 ているか	身体 の大きさ				血管への影響(動脈硬化の危険因子)								その他の 動脈硬化 因子	血管変化					血管の 易血栓 化						
					内臓脂肪の蓄積				内皮障害		インスリン抵抗性			腎臓			心臓	脳							
検査項目	身長	体重	BMI	腹囲	中性脂肪	HDLコレステロール	AST	ALT	γ・GT	血圧		尿酸	血糖	HbA1c	尿糖	LDLコレステロール	血清クレアチニン	尿蛋白	尿潜血	糸球体ろ過量 (eGFR)	尿中アルブミン	心電図	眼底検査	ヘマトクリット	血色素
										拡張期	収縮期														

（下川町健康診査結果一覧より一部改変）

【集団健（検）診のご案内】

■日時・場所

月日	場所	受付時間
11月2日（土） 11月3日（日）	総合福祉センター 「ハピネス」	午前6時～11時 *混雑防止のため15分ごとに区切ってご案内します。

*昨年度の健（検）診時にお申込みいただいている人は、再度お申込みする必要はありません。
*受付時間にご希望のある人は、申し込み時にお知らせください。
*都合がつかない場合は、個別健（検）診もあります。

■各種健診の対象者・内容

ハピネス健診	国保特定健診	後期高齢者健診
・18歳～39歳以下の人 ・生活保護を受給されている人	40歳以上74歳以下の人 （下川町国保加入者のみ）	後期高齢者医療被保険者
【内容】①尿検査 ②身体測定 ③問診・血圧測定 ④診察 ⑤血液検査 ⑥心電図検査 ⑦眼底検査 ※集団健診では、眼底検査や尿中アルブミン検査も含まれるためお得です。		
【健診料金】 500円 ※通常11,000円かかる検査を500円で受けられます。		

国保以外の特定健診

国保以外の保険（社保等）の被保険者は、ご加入の医療保険からの受診券を持参することで受けることができます。申し込みの際に国保ではないことをお申し出ください。健診項目・料金は加入されている保険により異なります。

■同日に受けられるがん検診の内容・自己負担額

《対象者》 40歳以上の町民（職場健診のある人、病院で治療中の人は除きます。）

項目	胃がん検診	肺がん検診	大腸がん検診
内容	胃バリウムレントゲン検査	胸部レントゲン検査	検便検査（2日分）
料金	【一般】1,700円 【国保】800円 【後期高齢者医療】600円	【一般】700円 【国保】300円 【後期高齢者医療】200円	【一般】800円 【国保】400円 【後期高齢者医療】300円

★生活保護を受けている人は、無料です。

★50歳以上の男性は、「前立腺がん検診（PSA 血液検査）」も2,310円（全額自己負担）で受けられますので、お申込みください。

■お得な無料券の対象となる人

*今年度、40歳になる人（昭和59年4月1日～昭和60年3月31日生まれ）は、胃がん・肺がん・大腸がん検診が無料です。

*令和6年4月2日～令和7年4月1日の間に41歳、46歳、51歳、56歳、61歳になる人は、大腸がん検診が無料です。

子宮頸がん（HPV）ワクチンの接種を検討されている人へ

「高校1年相当（平成20年度生まれ）の女子」、また「キャッチアップ接種対象（平成9～19年度生まれ）の女性」は、公費によるHPVワクチンの接種が2025年3月までとなっています。接種は合計3回で、完了するまでに約6か月かかるため、接種を希望する人は、**今年の9月までに接種を開始**することをご検討ください。

【健（検）診やHPVワクチン接種の申込み・問い合わせ】

保健福祉課 保健係（総合福祉センター「ハピネス」内）

☎・☆4-3356

健（検）診に関する
申込みメール送信



HPV ワクチン接種の
申込みメール送信

