

令和4年度中の年齢が19歳から39歳の方で、血液検査などを受ける機会がない方を対象に、「若年健診」を始めました。また、新たに30歳代から「がん検診」も受けられるようになりました。ぜひこの機会に受診してください。

**新たに若年健診と30歳代のがん検診を始めました**

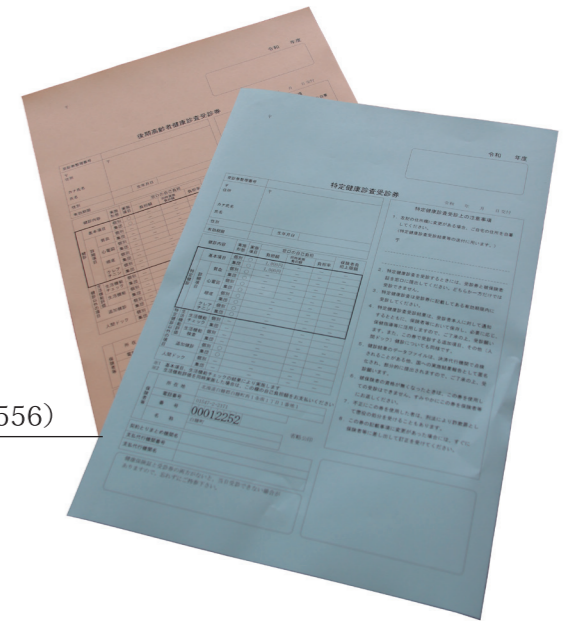
令和4年度中の年齢が19歳から39歳の方で、血液検査などを受ける機会がない方を対象に、「若年健診」を始めました。また、新たに30歳代から「がん検診」も受けられるようになりました。ぜひこの機会に受診してください。

**集団健診と個別健診**

集団健診とは、社会福祉センターや保健センターなどの公共施設を会場として、集団で行う健診です。  
個別健診とは、セセツカ診療所などの医療機関で、自身の都合に合わせて受けることができる健診です。

# 自分と大切な人のために 特定健診・特定保健指導

自身の健康状態を毎年確認し、健康づくりにつなげていくことが重要です。1年に一度、特定健康診査を受診し、生活習慣の改善が必要な方は特定保健指導を受けましょう。



■ 問合先／健康こども課健康推進係 ☎ 2-2171 内線 (555・556)

■ 主な健診一覧

健診内容	通常料金	自己負担額	健診内容	通常料金	自己負担額
特定健診・若年健診	7,458円	1,000円	後期高齢者健診	7,183円	0円
胃がん	5,808円	1,000円	大腸がん	2,772円	500円
肺がん	2,343円	300円	肺(喀痰)	3,040円	500円
乳がん	6,512円	500円	※30歳以上の女性で令和5年3月31日までに偶数年齢になる方		
子宮がん	7,205円	500円	※20歳以上の女性で令和5年3月31日までに偶数年齢になる方		
骨粗しょう症	1,050円	500円	※令和5年3月31日までに次の年齢になる女性【40歳、45歳、50歳、55歳、60歳、65歳、70歳】		
骨粗しょう症	1,050円	0円	※令和5年3月31日までに次の年齢になる女性【40歳、45歳、50歳、55歳、60歳、65歳、70歳】		
※乳がん、子宮がん、骨粗しょう症の検診は、釧路がん検診センターのみでの受診となります。					
ピロリ菌	3,520円	500円	※ピロリ菌(便検査)は40歳以上で胃がん検診を受診する方が対象となります。		
前立腺がん	2,310円	1,000円	※40歳以上の方が対象です。70歳以上の方も自己負担があります。		
<p>※青字の「特定健診・若年健診」と「胃がん」「肺がん」「大腸がん」を一緒に受けるとお得な「セット割引」があります。また、3つのがん検診を一緒に受ける「セット割引」もあります。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・「特定健診・若年健診」と「胃がん」「肺がん」「大腸がん」2,800円→1,900円</li> <li>・「胃がん」「肺がん」「大腸がん」1,800円→1,200円</li> </ul> <p>※受診日現在で70歳以上の方および生活保護世帯の方は無料です。                  ※生活保護世帯の方で各種健診を希望される方は「自己負担額免除申請」が必要となりますので、必ず役場健康こども課健康推進係 ☎ 2-2171 内線 (555・556) までご連絡ください。</p>					

## 特 定 健 診

定健康診査(以下、「特定健診」という。)とは、生活習慣病の予防のために40歳〜74歳の方を対象に、メタボリックシンドロームに着目した健康診査(以下、「健診」という。)を行うものです。現在、日本で死亡原因の多くを占めている糖尿病や心臓病、脳卒中などの生活習慣病のもとになっているのが、メタボリックシンドロームです。メタボリックシンドロームの発症を防ぐためには、日頃の生活習慣が大切になってきます。健康で過ごすためにも、この「特定健診・特定保健指導」を積極的にご利用ください。

**特定健診・特定保健指導って何？**

一般に生活習慣病は、本人の自覚がないうちに進行するため、気がついたときには、重大な病気が発症している恐れがあります。「特定健診・特定保健指導」は生活習慣病の予防が目的です。また、必要な人には保健指導の

実施が義務づけられており、健診は保健指導の必要な人を抽出するための手段となっています。健診を受けた結果、生活習慣病の改善が必要と判断された方は、医師や保健師、栄養士などと面接を行い、専門職からの支援を受けながら、目標が達成できるまで、自ら行動することになります。

**町の特定健診受診率**

特定健診は各保険者によって実施され、多くの方は職場にて特定健診を受けています。白糠町の特定健診受診率とは、40歳〜74歳の国民健康保険被保険者のことをいいます。なお、後期高齢者健診とは、75歳以上の方と65歳以上の後期高齢者医療被保険者のことをいいます。特定健診受診率は、令和2年度で22・9%と低く、特に若い世代の受診率はとても低い現状にあります。「まだ若いから大丈夫」「自覚症状がないから大丈夫」と思われかもしれませんが、動脈硬化は「サイレントキラー(静かなる殺し屋)」とも呼ば