

健診を受けよう！

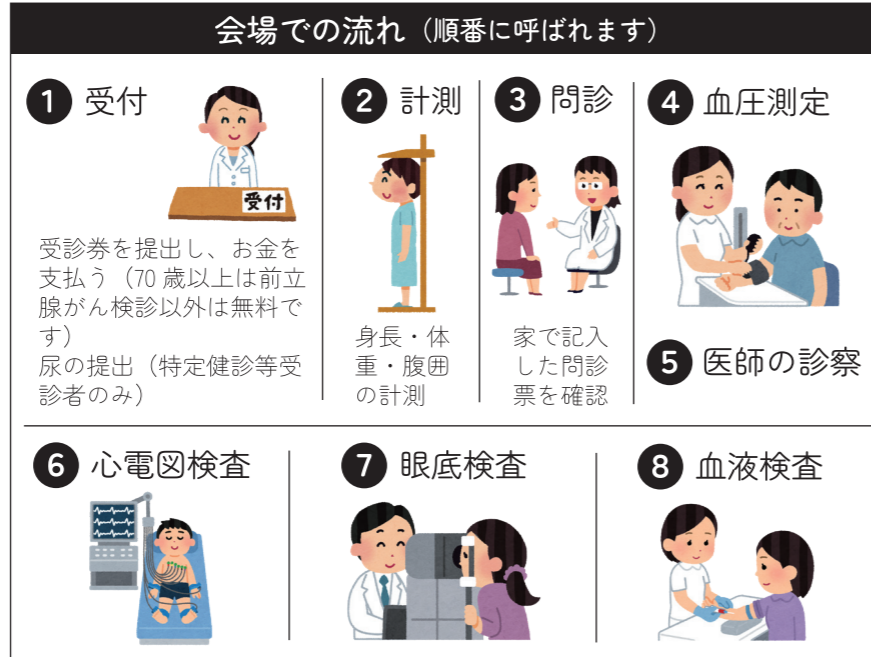
5月末から集団の特定健診、後期高齢者健診、若年健診、そしてがん検診が始まっています。
 (日程や時間については、5月号広報の折り込みチラシを参照してください)
 「健診ってどんなことをするの?」「何をするか分からないから不安で行けない」と思っている人もいないのでしょうか?
 そこで、今月は特定健診やがん検診の検査の流れについてお知らせします。



◆健診の申し込みから当日までの流れをチェック！

申し込みから受診まで

- 1 申込**
 健診を受ける日を決め、健診日の2週間前までに、Web、電話等で申し込みをする。
- 2 書類が届く**
 健診の7日くらい前までに、問診票や検査キット等が自宅に郵送で届く。内容を確認し、必要事項を記入する。
- 3 持ち物を準備**
 「受診券」「問診票」「尿等の検査キット」「マイナンバーカード」「検査料(必要な人のみ)」を持って、記載してある時間に合わせて会場に行く。(予約時間より早く来ると、待ち時間が長くなります)



※一部順番が変わる場合もあります

◆がん検診について(特定健診とは別の順番で呼ばれます)

1 胃がん検診 バリウム検査 約150mlのバリウムを飲み干し、技師の指示でさまざまな体位を取り撮影します。検査後は下剤と十分な水分摂取でバリウムを体外へ排出します。希望者はピロリ菌検査(便検査)も一緒に受けられます。	2 肺がん検診 レントゲン検査 	3 大腸がん検診 事前に2日分の便を採取して専用キットに入れて当日提出 	4 前立腺がん検診 血液検査
--	-------------------------------	---	------------------------------

保健センター等、町内で受ける場合は①胃がん検診と②肺がん検診の検査は検診バスの中での実施となります。

❗ 特定健診等と胃がん検診を受ける人は、朝食は食べないで会場にきてください。
 健診とがん検診全てを受診した場合、**約90分**で終了します。

健診の結果は、おおよそ5週間後に届きます。結果により、保健師や管理栄養士による説明(訪問・来所等希望に応じます)、電話、郵送(検査結果で特に心配な事がない人)でお返しします。個別で受診された方も、役場から結果をお返しします。

◆健診の検査でわかること

	検査項目	検査でわかること	発症しやすい代表的な病気・症状
体格	BMI(kg/m ²)	身長と体重から肥満度を確認	肥満 体内に脂肪が増えすぎた状態のこと。特に内臓脂肪型肥満はメタボとの関連が高く、さまざまな生活習慣病の原因になります
	腹囲(cm)	内臓脂肪の蓄積状況を確認	
血圧	収縮期(最高)血圧(mmHg)	血管にかかる圧力の強さを確認	高血圧 血管に負担がかかっている状態。動脈硬化を引き起こし、脳卒中や心臓病、慢性腎臓病などの原因になります
	拡張期(最低)血圧(mmHg)		
脂質	空腹時(または随時)中性脂肪(mg/dl)	血液中の中性脂肪やコレステロールの量から動脈硬化の危険度などを確認	脂質異常 血液中の脂質(中性脂肪やコレステロール)のバランスが崩れた状態。血液がドロドロになり、動脈硬化を進行させます
	HDLコレステロール(mg/dl)		
	LDLコレステロール(mg/dl)		
血糖	空腹時(または随時)血糖(mg/dl)	血液中のブドウ糖の濃度から糖尿病の危険度を確認	高血糖 血液中にブドウ糖があふれている状態。放置すると糖尿病やさまざまな合併症、動脈硬化を引き起こします
	HbA1c(%)		
	尿糖		
腎機能	クレアチニン	血液を採取し腎臓の機能を確認	腎機能異常 腎臓の機能が低下して、体内の老廃物を排出しにくくなった状態。慢性腎臓病へと進行すると、透析等の治療が必要になることもあります
	eGFR		
	尿たんぱく		
肝機能	AST(U/L)	血液を採取し肝臓の機能を確認	肝機能異常 生活習慣やアルコールが主な原因。肝機能が低下するとやがて肝炎や肝硬変、肝がんへと進行することもあります
	ALT(U/L)		
	γ-GT(U/L)		

健診を受けた人の声です /

健診の申込、忘れていませんか?

受付締切の近い健診のご案内です

日程	会場	受付時間	受付締切
7月8日(水)	庶路町民センター	6:30~9:00	6月24日(水)
7月26日(日)	保健センター	6:30~10:00	7月12日(日)

申込

釧路がん検診センター
 (0154-37-3370)
 役場健康子ども課健康推進係
 (2-2171 内線555)

Web申込もできます!

受けられる内容

- 特定・後期・若年健診
- がん検診(胃・肺・大腸・前立腺)