

## ■健診は、健康管理の第一歩

皆さんが生きいきと健やかな生活を送るためには、日常生活で生活習慣病を予防していくという心がけが何よりも大切になってきます。

そのためには、毎年の基本健診やがん検診など各種健診を積極的に受診し、自分自身の健康づくりに役立てていきましょう。

### ◆健診を受診して分かること

- ① 自分自身の健康状態を知り、生活習慣の改善に生かす
- ② 将来、病気になるかもしれない注意信号を発見する
- ③ 自覚症状がなく潜んでいる病気（危険因子や早期がんなど）を発見する

健診を受けるだけで満足することなく、健診結果を生活に生かしていきましょう。

健診結果や、食生活・日常生活に関するご相談、また健診の問い合わせは、市役所、各地域局、保健センターの保健師・栄養士までご連絡ください。

### （お問い合わせ） 養父市役所健康課

課（☎6622-3165）、やぶ保健センター（☎664-2061）、大屋地域局市民課（☎669-0120）、関宮地域局市民課（☎667-3502）

## ◆◆◆◆ 平成 17 年度 健診のご案内 ◆◆◆◆

### (1) 総合健診

名称	対象者	内容
基本健診（まちぐるみ）	20歳以上	身長・体重・尿検査・血圧・心電図・眼底カメラ・診察・血液検査（貧血・肝機能・腎機能・血糖・中性脂肪・総コレステロール・HDLコレステロール）
肺がん	40歳以上	胸部レントゲン撮影
胃がん		胃透視間接撮影
大腸がん		便潜血反応検査（2日法）
前立腺がん	50歳以上男性	B型C型肝炎の抗原抗体検査（基本健診で採血）
肝炎ウイルス検査	40歳以上	血清PSAの測定（基本健診で採血）
骨粗しょう症検診	20歳以上	踵骨の超音波検査
歯周疾患検診		歯科医師による検診
萎縮性胃炎検診		養父地域のみで実施（基本健診で採血）

### (2) その他の検診

検診名	対象者	内容	実施場所
子宮がん	20歳以上の女性 ※2年に一度の受診をお勧めします	子宮頸部の細胞診	地区と八鹿病院での実施
乳がん/甲状腺	30歳以上の女性	超音波検診	地区と八鹿病院での実施
骨粗しょう症検診		腰部レントゲン検査	八鹿病院で実施

検診名	対象者	内容
腹部超音波検査	20歳以上	胆のう、肝臓、すい臓、腎臓、ひ臓、卵巣、前立腺等を超音波で検査

### (3) 住民結核検診

対象者	内容	実施時期	料金
65歳以上	胸部レントゲン撮影	4月～6月に地区巡回	無料

※結核の早期発見のため、年に一度は受診しましょう。  
※65歳以上の方全員に後日、受診票と日程を配付します。

### (4) 人間ドック

検診名	対象者	料金	実施時期	内容
公立八鹿病院 人間ドック	40歳以上の方	15,750円	H17年6月 ～ H18年3月	<ul style="list-style-type: none"> <li>■がん検診/胃、肺、大腸、腫瘍マーカー、前立腺、子宮、乳腺、甲状腺</li> <li>■血液検査/貧血、肝機能、総コレステロール、血糖など</li> <li>■その他/身長、体重、尿検査、血圧、心電図、眼底カメラ、体脂肪測定、腹部エコー検診など</li> </ul>
	(国民健康保険被保険者で) ・昭和40年4月1日～ 昭和41年3月31日生まれの方 ・昭和30年4月1日～ 昭和31年3月31日生まれの方 ・昭和20年4月1日～ 昭和21年3月31日生まれの方	10,000円		