

平成31年度(2019年度) 保存版

上天草市住民健診のお知らせ

上天草市が実施する住民健診には、2種類の受け方があります。どちらかで受けることができます。

種類	実施方法	実施している健診・検診	申込方法・受診方法など
集団健診	検診車が、保健センターや各地区の施設などを巡回して、特定健診やがん検診などを実施する健診です。日曜日に実施する「休日健診」や、39歳以下の人を対象にした「ヤング健診」も実施します。	2ページをご覧ください。	①別紙の住民健診意向調査票の番号記入欄に該当する数字を記入し、返信用封筒にて健康づくり推進課へ送付します。 ②健診日の3週間程前に申し込んだ健診の間診票が自宅に届きます。 ③案内される会場にて受診します。
個別健診	上天草市が指定する医療機関で、健診・検診が受けられます。詳細は、5ページをご覧ください。 	上天草市国保特定健診 後期高齢者医療健診 子宮頸がん検診 乳がん(マンモグラフィ)検診	①別紙の住民健診意向調査票の番号記入欄に「12」と記入し、返信用封筒にて健康づくり推進課へ送付します。 ②指定医療機関一覧から医療機関を選び、電話にて予約します。 ③指定された日に医療機関で健診・検診を受けます。

同封している意向調査票は、受診を希望されない人も受けない理由を記入のうえ、返信用封筒にてご返送ください。**【締め切り：平成31年(2019年)3月22日】**

がんの予防は早期発見・早期治療！

日本人の2人に1人がかかるといわれる「がん」。かつては不治の病と恐れられていましたが、医療技術の発展により、治る確率も高くなっています。がんを克服する最大のポイントは、なんといっても「早期発見・早期治療」です。20歳になったら女性は子宮頸がん検診を、40歳になったら男女とも肺がん検診、大腸がん検診、乳がん検診、胃がん検診を年に1回受けましょう。

★がん死亡者の部位別割合



出典：人口動態統計によるがん死亡データ 1995年からの累計（国立がん研究センターがん対策情報センター）

このお知らせに記載している年齢は、年度末到達年齢(2020年3月31日現在)になります。

お問い合わせ先

上天草市役所 健康づくり推進課 健康増進係（上天草市保健センター）

上天草市松島町合津7915-1 ☎0969-28-3356（直通番号）

集団健診で実施している健診・検診項目



居住地に近い会場に集団健診のご案内をしますが、日時などの都合がつかない場合は別日への変更も可能です。集団健診日程については、詳細が決まり次第、広報や市ホームページでお知らせします。

健診・検診項目		対象者	個人負担金	検査内容	時期(予定)
生活習慣病健診		19歳～39歳	1,000円	血液検査、尿検査、医師の診察、計測(身長・体重・血圧など)、心電図検査(後期高齢者医療健診は医師が必要と判断した場合のみ)など	7月～9月、12月
上天草市国保特定健診		40～74歳の 上天草市国保加入者 *通院中の方も対象	1,000円 ※40・45・50・55歳は無料		
後期高齢者医療健診		後期高齢者医療保険加入者 *通院中の方も対象	800円		
結核・肺がん検診		30歳以上	500円	胸部のレントゲン検査です。必要な人には、検診会場で喀痰検査をお勧めします。(検査料金1,000円)	6月、11月 ※休日健診、ヤグ健診、湯島地区住民健診日でも実施
胃がん検診		30歳以上	1,400円	バリウムによるレントゲン検査	7月～9月、12月
大腸がん検診		30歳以上	500円	2日分の検便による便潜血検査	
子宮頸がん検診		20歳以上の女性	1,200円 ※21歳は無料	子宮頸部の視診・内診・細胞診(粘膜を少量採取する検査)	
乳がん検診	乳房超音波検診	30～39歳および40歳以上の奇数年齢の女性	1,000円	超音波による乳房の検査	
	マンモグラフィ検診	40歳以上の偶数年齢の女性	1,400円 ※41歳は無料	乳房をはさんで撮影するレントゲン検査	
腹部超音波検診		30歳以上	1,600円	超音波で肝臓・胆のう・腎臓などを検査	
骨粗鬆症検診		30歳以上	2,000円	かかと部分の骨密度を超音波で測定	
		40・45・50・55・60・65・70歳の女性	600円		
前立腺がん検診		50歳以上の男性	1,600円	採血によるPSA検査	
肝炎ウイルス検診		40歳以上で過去に同検査歴のない人	800円	採血によるB型肝炎抗原・C型肝炎抗体検査	
		41・46・51・56・61・66・71歳で過去に同検査歴のない人	無料		

各健診・検診を受診する際のお願い

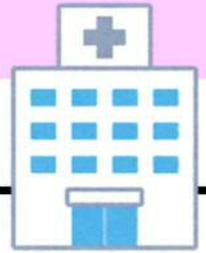
- 健診・検診および精密検査の結果は、市役所および検診機関、精密検査機関にて把握しています。なお、個人情報につきましては適正に利用・管理しますので、ご理解のほどお願いします。
- 健診・検診は、がんのガイドラインや指針等にて有効性の高いとされている検査方法で行っています。しかし、その精度は100%ではありません。そのため、適切な間隔で受け続けることと、症状があれば医療機関を受診することが必要です。
- 健診・検診の結果は受診後約5～6週間でお渡しします。健診・検診において精密検査が必要となった人には、検査結果とともに精密検査依頼書をお渡しします。精密検査依頼書をお持ちになり、早めに医療機関を受診してください。

《5がん検診の主な精密検査の方法》

胃がん	胃内視鏡検査 など
肺がん	胸部CT など
大腸がん	大腸内視鏡検査、注腸エックス線検査 など
乳がん	マンモグラフィ、超音波検査 など
子宮頸がん	コルポスコピー(拡大鏡検査)、細胞診 など



個別健診で実施している健診・検診項目



健診・検診の結果は医療機関から市へ報告されます。後日、健康づくり推進課から、その結果について連絡することがありますので、あらかじめご了承ください。

上天草市国保特定健診・後期高齢者医療健診

【受診期間】2019年6月1日～2020年3月31日
 【指定医療機関】4ページをご覧ください。

子宮頸がん検診・乳がん（マンモグラフィ）検診

検診項目	対象者	個人負担金	検査内容
子宮頸がん検診	20歳以上の女性	1,900円 ※21歳は無料	子宮頸部の視診・内診・細胞診（粘膜を少量採取する検査）
乳がん（マンモグラフィ）検診	40歳以上で偶数年齢の女性	1,600円 ※41歳は無料	乳房をはさんで撮影するレントゲン検査

指定医療機関一覧（予定）

検診項目		受診期間	医療機関名	予約電話番号	住所
子宮頸がん	マンモグラフィ				
	○	6月～ 翌年2月	宮崎外科胃腸科医院	0964(56)0600	上天草市大矢野町上 1519
○	○		上天草総合病院	0969(62)0983	上天草市龍ヶ岳町高戸 1419-19
○			田山産科婦人科医院	0964(22)5522	宇土市入地町 161-2
	○		済生会みすみ病院	0964(53)1611	宇城市三角町波多 775-1
○		8月～ 翌年1月	鬼塚クリニック	0969(24)3636	天草市亀場町食場 984-1
○			本原クリニック	0969(24)1175	天草市古川町 10-25
	○		天草地域健診センター	0969(24)4166	天草市亀場町食場 1181-1
○			天草中央総合病院	0969(22)0011	天草市東町 101
	○			0969(22)0077	
○			わせだ直子レディースクリニック	0969(24)8711	天草市港町 16-31

※指定医療機関に追加・変更がある場合は、広報・市ホームページで随時お知らせします。

1 がん検診の目的

がん検診の目的は、多くのがんを見つけることではなく、がんを早期に発見し、適切な治療を行うことで、がんにより死亡率を減少させることです。早期に発見できれば、治療の選択肢も多く、治療後における予後も良好で、QOL（生活の質）の維持も図りやすいといわれています。無症状のうちのがんを早期に発見するために、がん検診に関する正しい知識を持ち、がん検診を受診しましょう。職場などで受診する機会がない人は、住民健診で受診ください。

2 がん検診の利益（メリット）と不利益（デメリット）について

がん検診の最大の利益（メリット）は、早期発見によりがんの死亡率が減少することです。また、がん患者のQOL（生活の質）の向上・医療費の軽減や真陰性者（がんがなく、がんではないと診断された方）の安心などが挙げられます。

また、がん検診には不利益（デメリット）もあります。検診や精密検査に伴う合併症の他に、大きく次の3つがあります。

- （1）偽陰性：がんがあるにも関わらず、正しく診断されないことで、いわゆる見逃し例です。がん検診に限らず、検査の精度は100%ではありませんので、適切な間隔で受け続けることが必要です。
- （2）偽陽性：がんがないにも関わらず、がんがあるかもしれないと診断されることです。つまり、最初のがん検診で精密検査が必要と判断されることです。精密検査には、がんの疑いを除外するためと、がんであることを確かめるための2つの意味があります。精密検査の結果、がんではなかったとしても、身体的な負担や精神的な不安を持つことも避けられません。
- （3）過剰診断：がん検診で発見されるがんの中には、そのがんが進展して死亡に至るという経過をとらない、生命を脅かすことのないがんがあります。多くの場合、通常のがんと同様の診断・治療が行われ、身体的・心理的・経済的に大きな負担となります。

住民健診意向調査票の記入方法

平成31年度 住民健診

〒			
行政区名	行政区	様方	様
提出期限	平成31年 3月22日		
提出方法	返信用封筒にて返送		

①電話番号を記入します。

記載内容に不明な点がある場合や、健診を延期する際に、お電話することがありますので、日中連絡がとれる電話番号の記入をお願いします。

この調査は平成31年4月1日から翌年3月31日までに受ける健診・検診についてお尋ねするものです。健診受診希望の有無に関わらず、返信用封筒で提出してください。

※健診の詳細や記入方法については同封している案内を御覧ください。

※追加申し込みやキャンセルはお申し込み後も随時受け付けます。

※記載内容に不明な点がある場合や、健診を延期する際にお電話することがありますので、日中連絡がとれる電話番号の記入をお願いします。

項目	番号記入欄
生活習慣病健診	
結核・肺がん検診	
胃がん検診	
大腸がん検診	
子宮頸がん検診	
乳がん検診	
腹部超音波検診	
骨粗鬆症検診	
前立腺がん検診	
肝炎ウイルス検診	

右記※

※「対象外」と記載されている項目は、受診対象外になりますのでお申し込みできません。

受診する 住民健診を	0	市の集団健診を受診
	10	市の休日健診(日曜日)を受診 ※74歳まで対象
	13	市のヤング健診を受診 ※39歳まで対象
受診しない 住民健診を	1	職場健診で受診
	2	人間ドックで受診
	3	入院・入所中
	4	病院で受診
	5	ねたきり
	6	妊娠中
	7	長期不在
	12	その他



②「番号記入欄」に該当する番号(数字)を記入します。
数字以外は記入しないでください。

【住民健診(集団健診)を**受ける**場合】

- ◆平日(月曜日から土曜日)に受ける場合…「0」を記入
- ◆日曜日に受ける場合…「10」を記入
- ◆ヤング健診(39歳以下)を受ける場合…「13」を記入

【住民健診(集団健診)を**受けない**場合】

- ◆職場で実施する健診・検診を受取る場合…「1」を記入
- ◆人間ドックを受取る場合…「2」を記入
- ◆入院中や入所中のため住民健診を受けない場合…「3」を記入
- ◆病院で健診・検診を受取るため住民健診を受けない場合…「4」を記入
- ◆ねたきりのため住民健診を受けない場合…「5」を記入
- ◆妊娠中のため住民健診を受けない場合…「6」を記入
- ◆仕事や学業等で長期的に不在にするため住民健診を受けない場合…「7」を記入
- ◆その他の理由で住民健診を受けない場合や、個別健診・検診で住民健診を受取る場合…「12」を記入

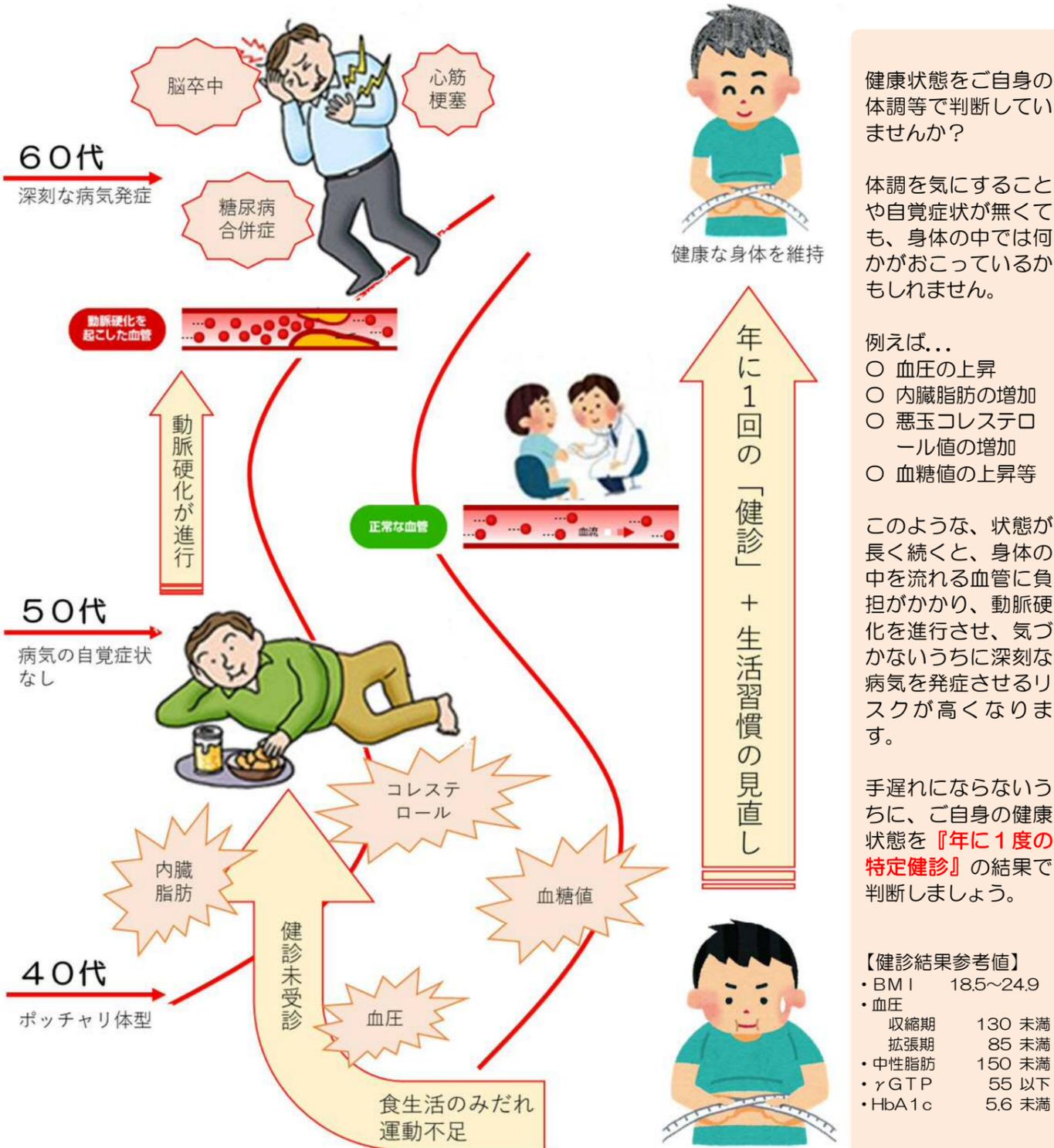
この調査は、
2019年4月1日から
2020年3月31日まで
に行う健診・検診について
お尋ねするものです。検診
受診の有無に関わらず、
返信用封筒にてご返送く
ださい。

40歳以上の国民健康保険加入者の人へ

2019年6月1日
～翌年3月31日まで

年に1回の「特定健診」で健康チェック!

《職場等で定期健診を受診できない国保の人に健康診断を実施します。》



健康状態をご自身の体調等で判断していませんか?

体調を気にすることや自覚症状が無くても、身体の中では何かおこっているかもしれません。

例えば...

- 血圧の上昇
- 内臓脂肪の増加
- 悪玉コレステロール値の増加
- 血糖値の上昇等

このような、状態が長く続くと、身体の中を流れる血管に負担がかかり、動脈硬化を進行させ、気づかないうちに深刻な病気を発症させるリスクが高くなります。

手遅れにならないうちに、ご自身の健康状態を『年に1度の特定健診』の結果で判断しましょう。

【健診結果参考値】

- ・BMI 18.5~24.9
- ・血圧 収縮期 130 未満 拡張期 85 未満
- ・中性脂肪 150 未満
- ・γGTP 55 以下
- ・HbA1c 5.6 未満

上天草市国保以外の健康保険の被扶養者も集団健診で『特定健診』を受けられます。
【申込先 上天草総合病院健康管理センター Tel 0969(62)0983】

特定健診とは・・・

メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)に着目した健康診断で、次の検査項目を実施します。特定健診を受診することで、生活習慣病の重症化を抑え、国民健康保険被保険者の健康維持及び向上を図るとともに、医療費の抑制に繋がります。

《検査項目》

身体測定(身長、体重、BMI、腹囲)、血圧測定、医師の診察、尿検査(尿糖、尿蛋白、尿潜血) 血液検査(脂質検査、血糖検査、肝機能検査、腎機能検査)等

【集団健診】 事前申込があった人を対象に、各地域を健診車が巡回し、集団で健診を実施します。



- 受診期間 一次健診期間：2019年7月～9月 二次健診期間：2019年12月上旬(2日間)
- 平日健診を希望される人は、住民健診意向調査票の「特定健診」項目の番号記入欄に、「0」と記入し、休日健診を希望される人は、「10」と記入してください。

* 詳しくは、「住民健診意向調査の記入方法(6ページ)」をご覧ください。

【個別健診】 指定医療機関一覧表(下)に記載の医療機関へ事前予約を行い、個別に健診を実施します。



- 受診期間 2019年6月1日～2020年3月31日
- 指定医療機関で受診を希望される人は、住民健診意向調査票の「特定健診」項目の番号記入欄に「12」と記入してください。受診期間中に受診を希望する指定医療機関へ電話予約し、予約を行った医療機関で受診してください。

* 詳しくは、「住民健診意向調査の記入方法(6ページ)」をご覧ください。

個人負担金：1,000円(通常9,300円程度の費用が必要です。)

- * 年度末年齢が40歳、45歳、50歳、55歳の人は **無料** で受診できます。
- * 受診時には、必ず健康保険証をご持参ください。
- * 通院中の方も特定健診を受ける必要があります。

上天草市国保特定健診及び後期高齢者医療健診の指定医療機関一覧(予定)

医療機関名	住所	予約電話番号
しまだ小児科医院	上天草市大矢野町登立 191	0964(56)0005
毛利医院	上天草市大矢野町登立 9145-4	0964(56)2111
上天草内科呼吸器科クリニック	上天草市大矢野町登立 9616-8	0964(56)3100
中村医院(上)	上天草市大矢野町上 391-1	0964(56)0003
宮崎外科胃腸科医院	上天草市大矢野町上 1519	0964(56)0600
吉田クリニック	上天草市大矢野町中 8308-1	0964(57)0246
湯島診療所	上天草市大矢野町湯島 655	0964(56)4161
春田医院	上天草市松島町阿村 808-6	0969(56)0052
やまうち医院	上天草市松島町阿村 5072-12	0969(56)0899
姫戸医院	上天草市姫戸町姫浦 2544-6	0969(58)3583
村上医院	上天草市姫戸町姫浦 2528-6	0969(58)3102
竹中医院	上天草市姫戸町二間戸 2279-2	0969(58)2148
上天草総合病院	上天草市龍ヶ岳町高戸 1419-19	0969(62)0983
済生会みすみ病院	宇城市三角町波多 775-1	0964(53)1611

※指定医療機関に追加・変更があった場合は、広報・市ホームページで随時お知らせします。