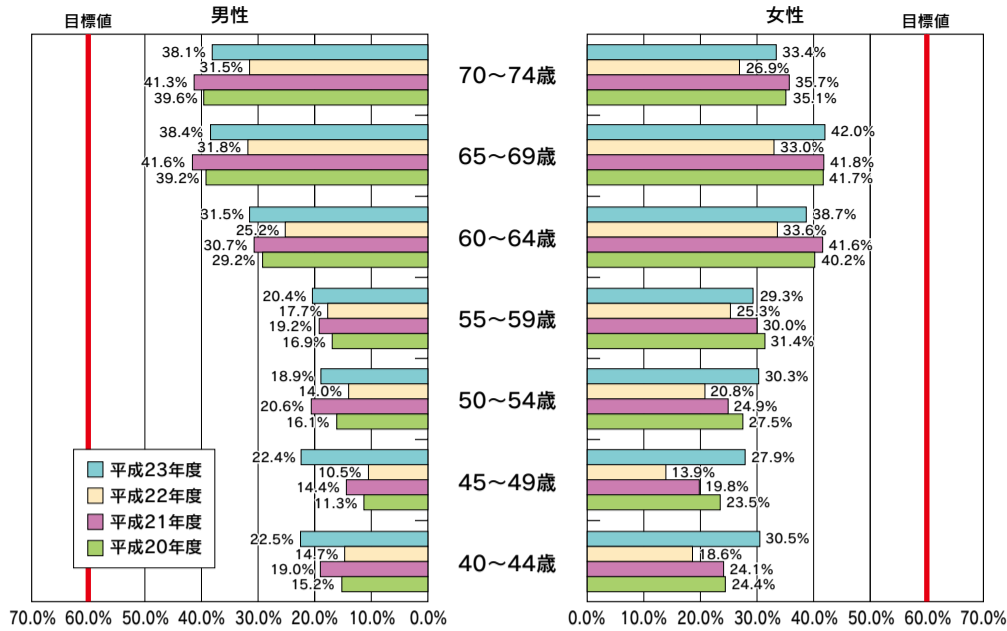
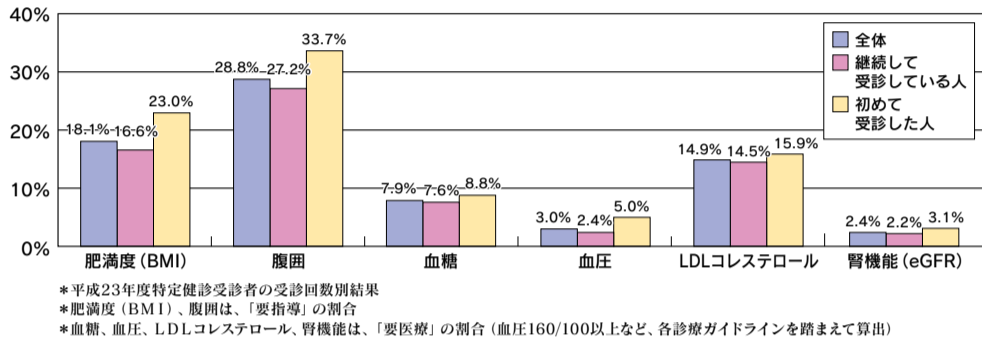


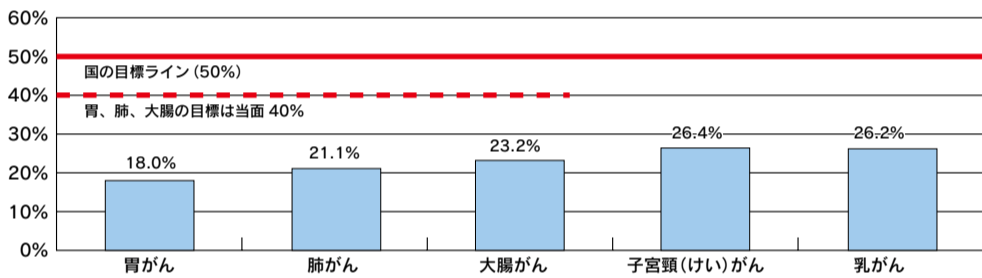
グラフ1 平成20年度からの特定健診受診率の推移



グラフ2 「要医療（要指導）」の割合



グラフ3 平成24年度がん検診受診率



市が実施している健(検)診

- 【特定(基本)健診】** 30~74歳の市国保加入者のみが対象
 - *市国保以外の人の特健診については、それぞれ加入している医療保険に確認を
- 【がん検診】** それぞれの検診で受診できる年齢が異なります
 - 肺がん・結核、胃がん、胃がん(リスク検査併用)、大腸がん、子宮頸がん、子宮頸がん(HPV検査併用)、乳がん
- 【節目健診】** 一定年齢の人のみが対象。対象者には、4月初旬に個別に案内を郵送済み
 - 肝炎ウイルス、骨粗しょう症、前立腺がん、腹部エコー
 - 歯科(歯周疾患) / 個別検診のみ

住民健診についての詳細は「平成25年度住民健診のご案内(市広報紙3月15日号と同時に配布済み)」で確認か、健康づくり課☎(36)1187に問い合わせを。

- *「平成25年度住民健診のご案内」は、健康づくり課(市役所西館1階)、宗像ユリックス、メイトム宗像、各コミセンなどにも設置
- *市HP <http://www.city.munakata.lg.jp/> → 「健康」 → 「健康診査」でも確認可

住民健診(集団健診)の日程は残りわずか

本年度中の受診を希望する人は、「平成25年度住民健診のご案内」にある申し込みはがきで申し込んでください。定員になり次第、受付を締め切ります。節目健診など、本年度しか受診できない健診の対象者は、特に早めの申し込みを。

場所	日程(平成26年)			
	宗像医師会病院健診センター(田熊)	3月10日(月)	3月12日(水)	3月14日(金)
	3月19日(水)	3月24日(月)	3月26日(水)	
メイトム宗像	2月8日(土)	2月9日(日)	2月23日(日)	2月24日(月)
市役所(大腸がん検診のみ)	3月6日(木)	3月18日(火)		

*途中で追加した日程も含まます

市の特定健診の状況
平成20年度にスタートした特定健診。高血糖、高血圧、脂質異常などを、早期に発見し、適切に対処することで、心臓病、



健診を受けていますか?



健康 やってみよう!
むなかた
21

第82回

市の「住民健診」の状況から見えた、いくつかの特徴をお知らせします。
問い合わせ先
健康づくり課 ☎(36)1187

脳卒中などの重篤な生活習慣病の発症や重症化を防ぐことを目的に、身体計測、血圧測定、尿検査、血液検査などを実施しています。市では、平成29年度までに、特定健診の受診率を60%にすることを目標としています。同23年度(県平均27.9%)の受診率は33.3%でした(県平均27.9%)。グラフ1は、年齢別の特定健診受診率を示して

います。50歳代以下の若い世代の受診率は低いことが分かります。グラフ2は、特定健診の受診回数別に「要医療(要指導)」判定の人の割合を示しています。「継続して受診している人」に比べ「初めて受診した人」の方が、全ての項目で「要医療(要指導)」の割合が高いことが分かります。健診を受けていない人の中には、自覚症状がないうちに重症化している人が多く含まれていると推測できます。

市のがん検診の状況
「がん」は、日本人が亡くなる原因の約3割を占めています。その一方で、市のがん検診受診率は国が目標とする50%を

健診を受け、数値の経年変化を見て早期に対処すれば、病気の発症や重症化を防ぐことができ、若い世代でも、数値に異常が開始していることがあり、毎年、特定健診を受け、自分の健康状態を確認しましょう。

はるかに下回る20%程度です(グラフ3参照)。「がん」は、早期発見、早期治療ができれば、治療率が高まり、体の負担や経済的な負担を軽減できます。市では、胃・肺・大腸・子宮頸(けい)部・乳がん検診を実施しています。定期的に検診を受け、もし異常が見つければ、早めに精密検査を受け、適切な治療を受けましょう。

保健師からの一言

自分の健康を守るため 健(検)診結果を生かそう!

～保健師・管理栄養士の活用を～



大森保健師

特定健診・がん検診を受けて、異常が見つかったとしても、自覚症状がないからといって放置している人も少なくありません。放っておけばいつか重大な病気を招いてしまうことがありますので、受けた後は、結果をもとに生活習慣を見直し、早めに医療機関を受診して適切な検査や治療を受けることが大切です。

健康づくり課には保健師や管理栄養士がいて、結果をもとに健康状態を説明し、食事や運動などを一緒に考え、健康管理のサポートをしています。「生活習慣は変えられない」と初めから諦めてしまうことのないように、「それならできる!」と感じられる、負担の少ない方法を見つけるように心がけています。保健師、管理栄養士をぜひ活用してください。