

# 今年度 健康診査を受けましたか？

1年に1回健康診査を受けましょう。

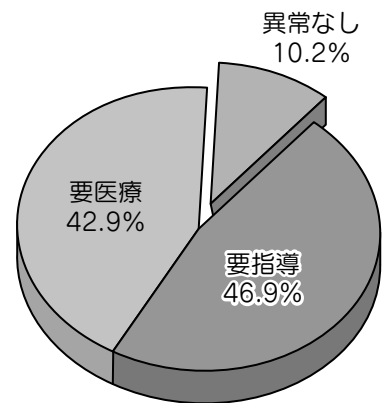
生活習慣の変化などにより、高血圧や糖尿病などの生活習慣病が増えています。初期の自覚症状がほとんど無いため、じわじわと病気が進行している場合があります。

平成15年度に健康福祉課で行った40歳以上の基本健康診査の結果では、「異常なし」の人は全体の10.2%で、ほとんどの人は何かしらの指導を必要としています。

健康診査は、自覚症状が現れにくい生活習慣病の早期発見や、生活習慣改善の良いチャンスです。早期に発見すれば、きちんとした治療を受け、生活習慣を改めるだけで重症にならずにすみます。「結果が怖い」、「時間がない」など理由はあると思いますが、自覚症状が出てからでは遅く、重くなれば医療費もかかります。1年に1回は健康診査を受けるようにしましょう。

また、町では基本健康診査の他に、胃がん・肺がん・大腸がん・乳がん・子宮がんの検診も実施しています。町で近年実施された実績を紹介しますので、健康診査の重要性を認識し、平成16年度はぜひ受診するようにしてください。

平成15年度  
40歳以上基本健康診査判定



## ◆ 基本健康診査 ◆

(人)

| 年 度  | 受診者数 | 受診率   | 要医療者 | 要指導者 | 異常なし |
|------|------|-------|------|------|------|
| 11年度 | 3210 | 45.3% | 1577 | 1345 | 288  |
| 12年度 | 3474 | 48.2% | 1935 | 1249 | 290  |
| 13年度 | 3544 | 47.9% | 1940 | 1306 | 298  |
| 14年度 | 3757 | 49.6% | 2181 | 1294 | 282  |
| 15年度 | 3941 | 50.9% | 2215 | 1416 | 317  |

上の表を見てみると、受診率が約50%で受診者と同じくらいの人たちが1年に1回も健康診査を受けていないことがわかります。また、「異常なし」の数字が非常に少なく、多くの人が体のどこかに負担がかかり数値に異常が現れているようです。

### \* 用語説明 \*

受診率＝会社などで健康診査を受ける機会のない町民が、町の健康診査を受診した率

要医療者＝数値が正常範囲になく、医師の治療が必要とされる人

要指導者＝治療は必要ないが、生活習慣の見直しが必要とされる人

要精検者＝検診の結果、さらに詳しく調べる必要がある人



## ◆胃・肺・大腸・乳・子宮がん検診◆

| 年 度  | 胃 がん  |       | 肺 がん  |       | 大腸がん  |       | 乳 がん  |       | 子宮がん  |       |
|------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
|      | 受診率   | 要精検者数 | 受診率   | 要精検者数 | 受診率   | 要精検者数 | 受診率   | 要精検者数 | 受診率   | 要精検者数 |
| 11年度 | 24.0% | 191   | 55.3% | 108   | 17.4% | 66    | 16.7% | 32    | 15.6% | 2     |
| 12年度 | 27.2% | 168   | 55.7% | 87    | 20.0% | 81    | 18.7% | 35    | 17.7% | 1     |
| 13年度 | 26.5% | 174   | 52.4% | 99    | 20.1% | 74    | 19.6% | 37    | 18.6% | 5     |
| 14年度 | 25.6% | 151   | 49.3% | 141   | 19.1% | 51    | 19.0% | 21    | 18.1% | 6     |
| 15年度 | 26.3% | 151   | 51.3% | 57    | 20.4% | 93    | 22.4% | 67    | 21.3% | 12    |

肺がん検診を除くがん検診は、基本健康診査よりもさらに受診率が低くなっています。

がんは、我が国の死亡原因の第1位を占め、3人に1人はがんで亡くなっている状況です。高齢化社会を迎え、がんになる人はこれからも増え続けると考えられます。

しかし、最近では検査や治療の技術が進歩し、早期に発見して治療を行えば、完治することが困難ではない病気となりました。早期発見のために定期的に検診を受けることをお勧めします。

| 検診月日      | 検診会場         | 基本健診<br>・胃・大腸 | 子宮・乳 |
|-----------|--------------|---------------|------|
| 5月7日(金)   | 保健センター       | ○             | ○    |
| 5月12日(水)  | 坂上コミュニティセンター | ○             |      |
| 5月31日(月)  | 大山児童館        |               | ○    |
| 6月14日(月)  | 保健センター       | ○             | ○    |
| 6月28日(月)  | 蓼沼児童館        |               | ○    |
| 7月11日(日)  | 保健センター       | ○女性のみ         | ○    |
| 7月12日(月)  | 蓼沼児童館        | ○             |      |
| 7月28日(水)  | 保健センター       | ○             | ○    |
| 8月19日(木)  | 保健センター       | ○             | ○    |
| 9月14日(火)  | 保健センター       |               | ○    |
| 9月25日(土)  | 保健センター       | ○             | ○    |
| 9月27日(月)  | 大山児童館        | ○             |      |
| 10月22日(金) | 保健センター       | ○女性のみ         | ○    |
| 11月20日(土) | 保健センター       | ○             | ○    |
| 12月2日(木)  | 保健センター       | ○             | ○    |
| 12月17日(金) | 保健センター       | ○             | ○    |
| 1月16日(日)  | 保健センター       | ○             | ○    |

## ◆平成16年度の検診◆

集団検診は、3月下旬に申込書を対象者のいる全世帯に送付しますので、同封の返信用封筒で返送してください。

※集団検診の日程は左の表をご覧ください。

個別検診は、基本健診を町内の医療機関で受診できますので、直接医療機関に申し込んでください。

また、婦人科検診は町内又は宇都宮市内等の医療機関で受診できますので、健康福祉課に申し込んでください。

受診できる医療機関は、広報と一緒に配布された健康カレンダーで確認してください。

※各検診とも年に1回しか受診できません。同じ検診を2回以上受診した場合は、全額支払って頂く場合がありますので注意してください。

## 検診結果を活用しましょう

せっかく健康診査を受けても、検診結果に一喜一憂するだけで、その結果を日常の生活改善に生かしている人はまだまだ少ないようです。過去の検診結果と比べて、どこがどのように変わったかを知ることで、早めに自分の体の異常に気付く事ができます。

受けるだけで安心するのではなく、受けた後の結果説明会や栄養相談なども上手に利用し、快適な毎日が過ごせるよう健康診査の結果を十分に活用しましょう。

▼問い合わせ先＝健康福祉課 保健衛生係 ☎9132