

からだ、大事にしていますか？

健診・がん検診が重要なワケ

毛呂山町民の死因のうち、55%が、がん・心臓病・脳卒中などの生活習慣病です。

生活習慣病は、「健康診査」や「がん検診」によって早期発見できれば、重症化を防ぐことができます。毛呂山町の皆さんが健康で長生きできるよう、「健康診査」や「がん検診」を積極的に活用してください。

問合せ 保健センター ☎(294) 5511

「健康診査」で生活習慣病のリスクを知ることが、将来の介護予防にもつながる

町では、40歳以上を対象に、「健康診査」（健診）を実施しています。

加入している保険によって受診時の名称は異なりますが、どの健診も、生活習慣病の早期発見が目的です。健診を受けることは、要介護状態の予防につながります。

要介護状態は、身体が不自由になり、介助なしに生活が送れなくなることで、その原因の多くは、脳卒中・糖尿病・心臓病・腎不全などの生活習慣病です。

健診の検査結果からは、「血糖・血圧・脂質が高い」ことや、「腎臓の機能が低下している」となど、病気のリスクを知ることができます。これらは自覚症状がないので、治療せず放置してしまうと10年、20年後に重症化し、高齢になってから、寝たきりや認知症が起こりやすくなります。

こんな人は生活習慣病リスク高

- 健診やがん検診を、定期的に受けていない
- 健診を受けているが、結果が悪くても気にしない
- 治療を自己判断で中止した
- 薬は飲んでいるが、生活習慣は改善していない

健診受診&生活習慣改善に取り組みましょう！

病気は辛くてお金がかかる

病気になる苦痛が伴い、治療に費用や時間がかかります。

健診で生活習慣病を早期に見・治療、または健診結果を活用して病気を予防することで、身体への不必要な負担や、入院・通院などにかかる費用を軽減できます。

町では生活習慣改善のための講座も開催しています。安価な町の健診を利用して、結果を受け止め、生活習慣を改善し、健康な身体をつくりましょう。

町の健診&がん検診は、実はとってもお得！

町の健診・がん検診は、費用の一部を町で負担しています（右表参照）。

特に毛呂山町では、多くの人に受診して頂くため、がん検診の自己負担金を県内でも安く設定しています。

※個人で受診する場合、検診機関ごとに、費用に差があります。

※より多くの人に検診を受診してもらうため、職場などでがん検診を受診できる場合は、そちらをご利用ください。

	健診の総額	内訳	
		自己負担額	町負担額
特定健診または後期高齢者健診	6,900円	500円	6,400円
胃がん・肺がん・大腸がん検診を同時に受診した場合	7,928円	1,300円	6,628円
乳がん・子宮頸がん検診を同時に受診した場合	12,422円	1,100円	11,322円

**がんは、「がん検診」での
早期発見&治療が重要
ぜひ毎年継続した受診を！**

日本人の2人に1人ががんになり、そのうち3人に1人が死亡していますが、がんは早期発見・早期治療ができれば、不治の病ではありません。

しかし、早期のがんは自覚症状が少なく、多くの人が病気が進行してから症状に気づきます。そのため「がん検診」はとても重要です。

現在、毛呂山町では、5つのがん（胃がん・肺がん・大腸がん・乳がん・子宮頸がん）検診を実施しています。

町で行うがん検診は、自覚症状がない人が対象で、前がん状態（ポリープなど）を発見し、がんになる前に治療を始めることが目的です。この検査の精度は100%ではなく、1回の検診でがんと診断されない場合もありますが、受診を続けることで、がんの早期発見・早期治療の確率が高まります。

毛呂山町では、近年、乳がん

毛呂山町のがん検診（平成28年度）

検診	料金	対象	実施月	受診回数
胃がん	600円	40歳以上	6・9・11月	1年に1回
肺がん	200円		5～6・11・1～2月	
大腸がん	500円			
乳がん	600円	20歳以上	7～3月	2年に1回
子宮頸がん	500円			

場所・申込み・問合せ 保健センター ☎(294)5511

※詳しい内容や申込み期間は、毎号の広報もろやま（内インフォメーション）や、町ホームページでご案内しています。

や子宮頸がんを診断される人が増えていきます。これらは女性特有のがんですが、子育てや仕事で忙しい、比較的若い世代で特に増加しています。

保健センターでは、乳・子宮頸がん検診時にお子さんの保育を行うほか、土曜日・日曜日にも検診を実施しています。

ぜひ、身近な場所で行う町のがん検診をご利用ください。

**要精密検査＝病気
ではありません**

町で行うがん検診は、症状のない初期のがんを発見するのに有効な検診です。そのため、別の疾病で似た症状がある場合でも「要精密検査（再検査）」と判定されることがあります。

結果に驚く人も多いですが、がんに限らず、何らかの身体の異変をキャッチした可能性があります。もちろん、高度な検査の結果、異常がないとわかる場合や、検診とは異なる部位のがんや他の疾患が見つかり、結果として早期治療に繋がることもあります。

要精密検査イコール病気で、ではありませんが、毛呂山町では、県内の他市町村と比較しても、精密検査の受診率が非常に低く、がん検診の効果が薄れてしまっています。

もし、皆さんが検診で「要精密検査」となったときは、ぜひ積極的に精密検査を受診し、自分の身体の状態をよく知ってください。



「毛呂山町健康マイレージ」がスタート

平成28年6月から始まる「毛呂山町健康マイレージ

事業」は、町が行う健康事業に参加して健康マイレージ（ポイント）を貯めることで、商品券と交換できるお得な制度です。

もちろん「健診」や「がん検診」も対象です。町は、みなさんの健康を応援しています。

- 対象 ▶ 町内在住の20歳以上
- 申込み ▶ 保健センターまたは役場住民課
- 問合せ ▶ 保健センター ☎(294)5511

※ポイントを貯めるには、申込み（ポイントカードの発行）が必要です。詳しくは、上記に問合せまたは、今月号の広報もろやまに折り込みの事業案内をご覧ください。