

# 住民健診のご案内 ～年に1度は定期健診を～

- 各健（検）診の内容を該当するページで確認してください。
- 各受診票の問診欄と個人情報取り扱いについての同意欄にはわかる範囲でけっこうですので事前に記入をして当日持参してください。
- 対象地区で日程を分けていますが、ご都合がつかない場合には他の日程で受けていただくことも可能です。

## 1) 特定健診・後期高齢者健診等日程

【注意】休日健診のみ  
受付終了時間が早まります

【会 場】活性化センター

【受付時間】4/24～4/28 8:30～11:00 9/3 8:30～10:00

| 種 類         | 日 程         | 対象地区          |
|-------------|-------------|---------------|
| 特 定 健 康 診 査 | 4 月 24 日（月） | 小沢、大塩沢 1      |
| 後期高齢者健康診査   | 4 月 25 日（火） | 大塩沢 2、磐戸      |
| 結 核 健 診     | 4 月 26 日（水） | 千原、桧沢、大日向、雨沢  |
| 肺 が ん 検 診   | 4 月 27 日（木） | 六車、住吉、大仁田     |
| 大 腸 が ん 検 診 | 4 月 28 日（金） | 砥沢、星尾、羽沢、熊倉   |
| 胃 が ん 検 診   | 9 月 3 日（日）  | 未受診の方         |
| 前立腺がん検診     | ※休日健診       | ※胃がん検診は実施しません |
| 肝炎ウイルス検診    | 受付 10:00 まで |               |

※風しん抗体検査も同時実施します（無料クーポン券をお持ちの方のみ）

## 2) 婦人科検診日程

【会 場】活性化センター

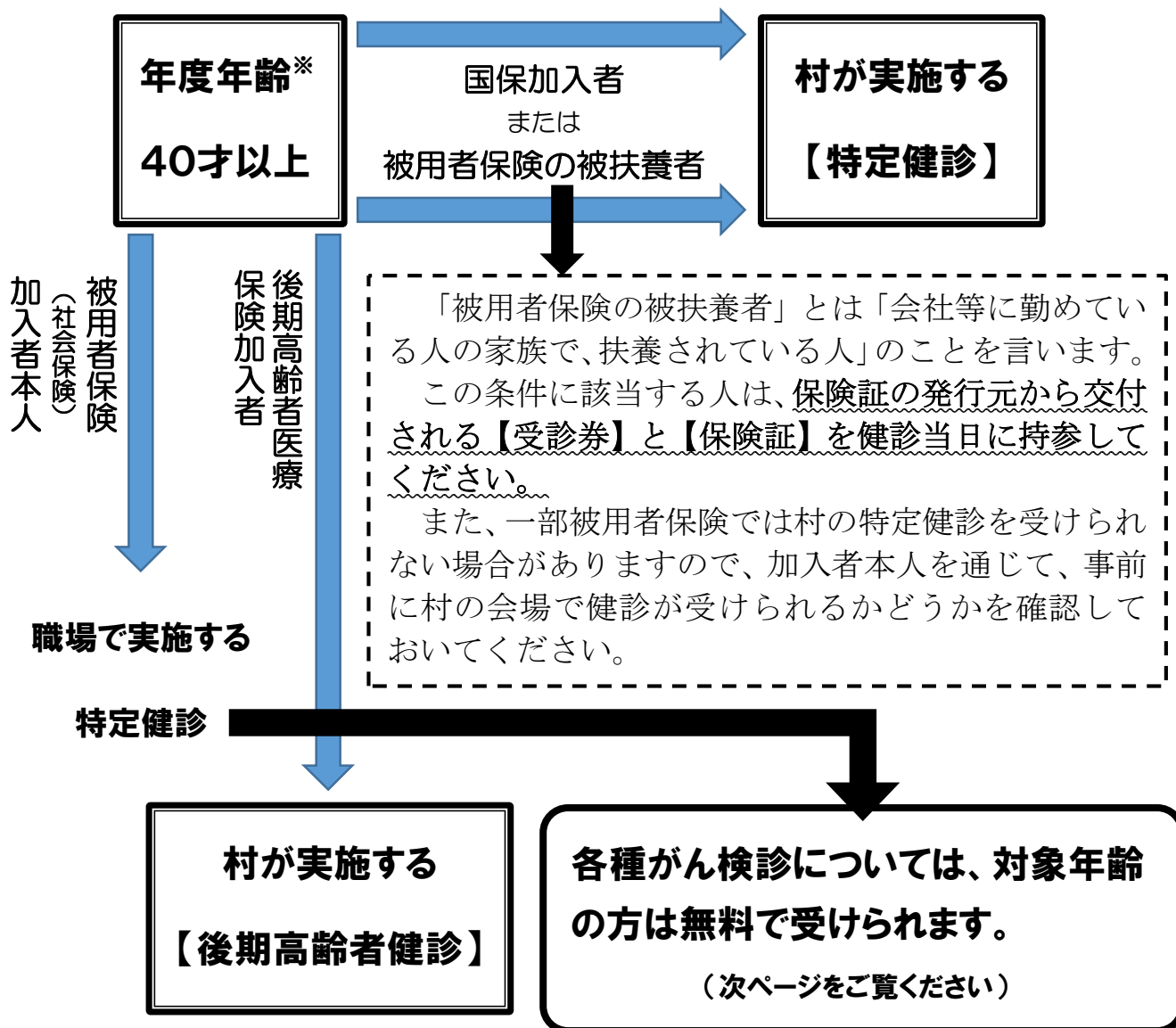
【受付時間】13:00～14:00

| 種 類      | 日 程         | 対象地区      |
|----------|-------------|-----------|
| 乳がん甲状腺検診 | 6 月 5 日（月）  | 磐戸地区      |
| 子宮頸がん検診  | 6 月 14 日（水） | 月形地区、尾沢地区 |

※2年に1度の検診案内のため、年度年齢（来年3月末日までに達する年齢）が偶数の方に対してご案内します。ただし、昨年度検診を受けていない方は、検診間隔が空いてしまうため、今年度実施する検診を受けるようにしてください。年齢が奇数の方で検診を希望する場合は各検診 1,000 円で受診できます。詳しくはお問い合わせください。

## → あなたの年齢とお持ちの保険証は何ですか？ ～特定健診・後期高齢者健診～

※来年3月末日までに達する年齢



特定健診は加入する保険者が実施するよう定められていますので、健診当日にご加入の保険証の提示をお願いしています。特定健診及び後期高齢者健診を受ける方は必ず保険証をご持参ください。

特定健診については、現在内科等に定期通院中の方も受けてください。

尚、村から補助の出る国保及び後期高齢者人間ドックとは重複して受けられませんので、ご自分に合った方をお選びください。

## → あなたの年齢は何才ですか？

### ～がん検診～



※来年3月末日までに達する年齢

年度年齢※

40才以上



子宮頸がん検診の対象者については  
20才以上の女性（2年に1回）です

（男女共通）

- ・結核、肺がん検診
- ・胃がん検診（バリウム）
- ・大腸がん検診

（女性のみ/2年に1回）

- ・婦人科検診  
（乳がん甲状腺/子宮頸がん）



年度年齢※

50才以上



（男女共通）

- ・胃がん検診（胃 カ メ ラ内視鏡）

2年に1回/下仁田厚生病院にて/村へ要申込

（男性のみ）

- ・前立腺がん検診

### 結核健診

65才以上の方については法律で受けるよう定められています。  
年に1回は必ず胸部レントゲンを受けるようにしてください。

村の会場で行う、がん検診等については加入している保険証の種類に関係なく対象年齢であれば無料で受けることが出来ます。

女性のみが対象の、子宮頸がん検診と乳がん甲状腺検診は特定健診・後期高齢者健診とは別日程で行いますが、その他の検診については特定健診・後期高齢者健診と同日実施なので、1日で様々な検査を受けることが出来ます。  
（胃がん検診の内視鏡検査については下仁田厚生病院にて個別検診となります）

## 特定健康診査・後期高齢者健康診査について

### 《健診説明》

- ・ 身体計測、尿検査、問診、血圧測定、診察、血液検査、腹囲測定※  
（※後期高齢者の方は実施なし）が必須検査項目です。必要により心電図、眼底検査を追加します。
- ・ 人間ドック（国保、後期高齢者医療）と重複して受けることは出来ません。

### 《健診前日の過ごし方》

- ・ 激しい運動や、暴飲暴食は避けましょう。
- ・ 夜 9 時以降は何も食べないでください。水、白湯等の水分は飲んでかまいません。

### 《健診当日の注意事項》

- ・ 空腹時での血液検査を行うため健診当日の朝は何も食べないでください。
- ・ 高血圧症や心臓病などの普段飲んでいる薬があれば服用してきてください。  
ただし、糖尿病治療中の方は朝食を食べない状態で血糖値を下げる薬を使うと低血糖になる恐れがありますので、事前に主治医に相談し指示に従ってください。
- ・ 白湯や水は飲んでかまいません。

### 《健診当日の持ち物》

1. 保 険 証：受付時に保険証を確認します
2. 検尿容器：当日朝の尿を自宅で採ってきてください
3. 受 診 票：問診はなるべく記入して来てください
4. （受診券※）※被用者保険の被扶養者のみ

## 結核健康診断について

**65 才以上の方は法律で定められているため、  
年に1度は必ず結核健康診断を受けるようにしてください。**

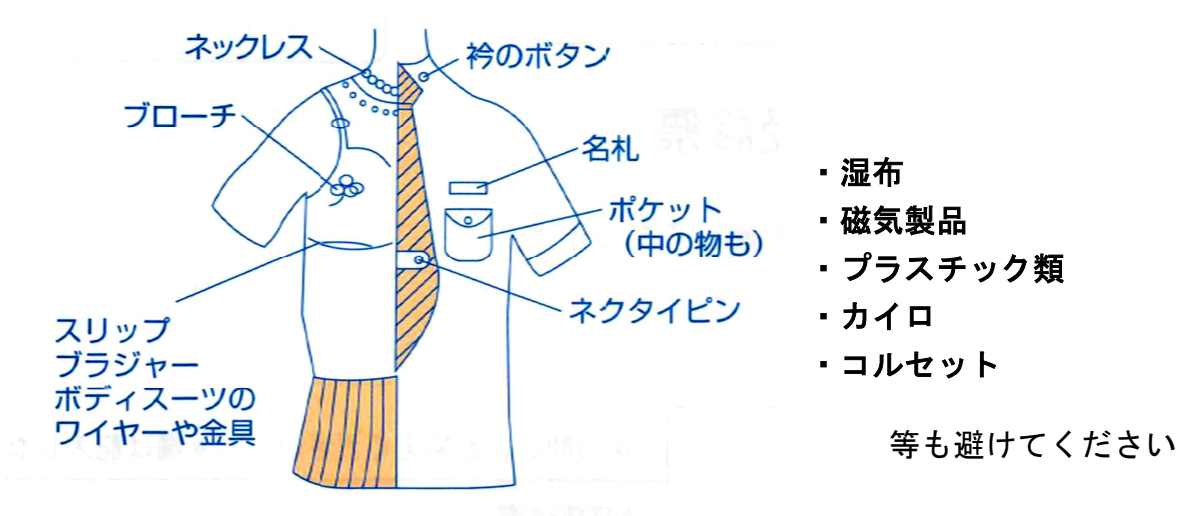
### 《健診説明》

- ・ 肺がん検診と同時に、問診、胸部エックス線検査を行います。

### 《健診当日の注意事項》

検査を受けやすい服装でお出かけください。

- ・ 検査は上半身薄い肌着（T シャツ等）で行います。
- ・ 髪の長い方は頭の上で束ねてください。
- ・ 金具、プラスチック類はレントゲン画像に写るため服装等では以下のものは避けてください



### 【車いすご利用の方へ】 事前予約が必要です

**9 月 3 日(日)は車いすに座った状態でレントゲン検査が受けられます**

機械の設定の都合上、事前予約制となりますので、8 月 31 日(木)までに役場保健係（☎87-2011）まで申し込んでください。

## 肺がん検診について

### 《対象者》

40 才以上の方（※妊娠中の方は受けられません。）

### 《検診説明》

結核健診と同時に問診、胸部エックス線検査と喀痰細胞診検査※

※50 才以上で喫煙指数（1 日の喫煙本数×喫煙年数）600 以上の方には喀痰細胞診検査（3 日間痰を採取）を行います。

### 《肺がん検診の有効性》

胸部エックス線検査と喫煙者への喀痰細胞診の併用によるがん検診は、肺がんによる死亡率を減少させることができる確実な方法として科学的に認められています。

### 《結果で要精密検査と判定された場合》

がん検診の結果、「要精密検査」と判定された場合は、必ず医療機関を受診してください。「要精密検査」と判定された方の中で、がんと診断されるのは、100 人に 2～3 人です。多くの方は「がんではなかった」と診断されますが、もしも がんだった場合、精密検査を受けないままだと、見つかるはずのがんを放置してしまうことになります。

■精密検査の内容：胸部 C T 検査や気管支鏡検査があります。

#### 胸部 CT 検査

円筒状の装置の中に入り、胸部の輪切りの写真を撮ります。

#### 気管支鏡検査

口または鼻からのどを通して、カメラで気管支の中を観察します。

※喀痰細胞診検査で「要精密検査」となった場合に、喀痰細胞診検査を再度受けることは、適切ではありません。（精密検査を受けたことにはなりません）



## 胃がん検診について

### 《対象者》

40 才以上の方（※妊娠中の方は受けられません。）

### 《検診説明》

バリウムによる胃部エックス線検査です。

検査の安全性確保のため健康状態等によって「受診することができない場合」と「主治医の許可が無いと受診出来ない場合」があります。必ず事前に受診票記載の内容を確認しておいてください。

### 《胃がん検診の有効性》

胃部エックス線検査（または胃内視鏡検査）によるがん検診は、胃がんによる死亡率を減少させることができる確実な方法として科学的に認められています。

### 《検診前日の過ごし方》

- ・ アルコールはなるべく控え、暴飲暴食は避けましょう
- ・ 夜 9 時以降は何も食べないでください（白湯や水は飲んでも差し支えありません）

### 《検診当日の注意事項》

- ・ タバコは控えてください
- ・ 何も食べない状態で検診を受けてください（ただし検査 2 時間前まででしたら、白湯や水をコップ 1 杯程度飲んでも差し支えありません。）
- ・ 血圧を下げる薬や心臓の薬などはコップ 1 杯程度の白湯や水で服用してきてください。服用後 2 時間後を目安に検査を受けてください。  
※糖尿病治療中の方は朝食を食べない状態で血糖値を下げる薬を使うと低血糖になる恐れがありますので、事前に主治医に相談し指示に従ってください。
- ・ 検査を受けやすい服装でお出かけください。

ボタン、ホック、ファスナーなどプラスチックや金属の無い無地の物、ウェストがゴムの物などを着用してください。女性の方は、ブラジャー、スリッパ、ボディスーツなどの金具は外しておいてください。

腕時計やアクセサリ類は、検査の妨げや紛失または破損の恐れがありますので外してください。なお、外した貴重品はご自身で管理をお願いします。

（次ページへ続く）

### 《結果で要精密検査と判定された場合》

がん検診の結果、「要精密検査」と判定された場合は、必ず医療機関を受診してください。「要精密検査」と判定された方の中で、がんと診断されるのは、100 人に 1～2 人です。多くの方は「がんではなかった」と診断されますが、もしも がんだった場合、精密検査を受けないままだと、見つかるはずのがんを放置してしまうことになります。

■精密検査の内容：胃内視鏡検査が基本です。

#### 胃内視鏡検査

一般的に胃カメラと言われることの多い検査です。口または鼻からカメラを入れ、胃の内部を直接見て詳しく観察します。必要に応じて組織を採取し、悪性かどうかを診断します。

## 胃内視鏡検診について（下仁田厚生病院にて）

《対象者》 50 才以上の方でバリウムによる胃がん検診を受けない方  
※2 年に 1 回の検査となりますので、昨年度村を通じてこの検査を受けた方は対象となりません。

※胃の病気で経過観察中、または治療中の方は胃がん検診の対象となりません。

《検査説明》 ※検査にかかる日数は 2 日間です。

1 日目：問診・診察・感染症血液検査 / 2 日目：胃カメラ検診

《自己負担金》 1,500 円

《お申込み方法》

役場保健係（☎87-2011）へ電話等で申し込んでください。検査についての詳しい説明と、必要な書類をお渡しします。

《検査実施期間》 6 月～1 月末日



# 大腸がん検診について

## 《対象者》

40 才以上の方

採便容器は事前に地区保健推進員  
または役場から受け取ってください

## 《検診説明》

便を 2 日間、指定の採便容器※に採ったものに血液が混じっていないかを検査します。

採便後の容器は高温多湿を避け冷所保存し、採便後 3 日を超えないよう提出してください。

## 《大腸がん検診の有効性》

便潜血検査による大腸がん検診は、大腸がんによる死亡率を減少させることができる確実な方法として科学的に認められています。

## 《結果で要精密検査と判定された場合》

がん検診の結果、「要精密検査」と判定された場合は、必ず医療機関を受診してください。「要精密検査」と判定された方の中で、がんと診断されるのは、100 人に 3 人程度です。多くの方は「がんではなかった」と診断されますが、もしも がんだった場合精密検査を受けないまままだと、見つかるはずのがんを放置してしまうことになります。

■精密検査の内容：全大腸内視鏡検査が基本です。

全大腸内視鏡検査が困難な場合は、S 状結腸内視鏡検査と注腸エックス線検査を併用して行います。

※便潜血検査を再度受けることは、適切ではありません（精密検査を受けたことにはなりません）

### 大腸内視鏡検査

肛門から内視鏡を挿入し、大腸全体の内部を直接見て詳しく観察します。必要に応じて組織を採取し、悪性かどうかを診断します。

### S 状結腸内視鏡検査

観察範囲が肛門から 50～60cm になります。

### 注腸エックス線検査

肛門からバリウムと空気を送り込み、レントゲン写真を撮ります。

※精密検査を受けるには、前日からの準備が必要になります  
（食事内容についての条件や下剤の服用など）

## 前立腺がん検診について

### 《対象者》

50 才以上の男性の方

### 《検査説明》

採血による検査です。

現在、前立腺の病気で定期的に経過を見てもらっている方や治療を受けている方は、かかりつけの病院で検査を受けてください。

※前立腺肥大症でもこの検査で再検査となることがあります。

## 「がんは万が一ではなく二分の一」検診で早期発見・早期治療を

日本では 2 人に 1 人ががんになると言われています。1 個のがん細胞が 1 cm 程度の塊になるのに 10～20 年かかります。その後 2cm 程度の大きさになるにはわずか 1～2 年です。がんが見つかるタイミングを逃さないために定期的に検診を受けましょう。

ただし、がん検診で 100%がんが見つかるわけではありません。早期発見のためには継続して検診を受けること、気になる症状があれば医療機関を受診することが大切です。

## がん検診の精密検査の結果について

精密検査の結果は、医療機関から市町村に報告され、検診機関でも共有されます。（精密検査の結果は、がん検診の精度管理に欠かせない情報であることから、個人情報保護法の例外事項として、個人の同意がなくても市町村や検診機関に提供できるとして認められています。）

## 肝炎ウイルス検診について

### 《対象者》

40 才以上でこれまでにこの検査を受けたことが無い方（一定の年齢の方へは個別にご案内しています。）

### 《検査説明》

B 型肝炎及び C 型肝炎について、採血による検査で調べます。

検査を希望する方は、健診当日に申し出てください。受診票がお手元に無い方へは会場にて発行します。

※40 才未満の方で検査を希望する場合は県内保健福祉事務所で無料検査を実施していますので、そちらをご利用ください。

# 健診に行く前に確認しましょう

持ち物や注意事項を確認しましょう。各健診についての説明ページも、もう一度事前に確認をお願いします。

| 健診種類           | 持ち物                                                      | 確認事項                                                                                                                             |
|----------------|----------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 特定健診           | 保険証、検尿容器、<br>受診票、 <u>受診券</u> ※<br><br>※国保以外の<br>被扶養者の方のみ | 特定健診の受診票は3月10日時点で国保に加入している方に送付しています。以後、新たに国保に加入した方や被用者保険の被扶養者の方へは改めて受診票を発行しますので、役場保健係までご連絡ください。                                  |
| 後期高齢者健診        | 保険証、検尿容器、<br>受診票                                         | 当日、受付で保険証の確認をしますので忘れずに持参してください。<br>検査は空腹時で行います。 <u>高血圧症や心臓病などの普段飲んでいる薬があれば服用してきてください</u><br>➡4ページ                                |
| 結核健診、<br>肺がん検診 | 受診票                                                      | 服装についての注意事項があります。65才以上の方については法律で結核健診を受けるよう定められていますので、年に1回は必ず受けるようにしてください。<br>➡5～6ページ                                             |
| 胃がん検診          | 受診票                                                      | 検査の安全性確保のため健康状態等によって「受診することができない場合」と「主治医の許可が無いと受診出来ない場合」があります。必ず事前に受診票記載の内容を確認しておいてください。検診前日と当日の食事と服薬、服装についての注意事項があります。<br>➡7ページ |
| 大腸がん検診         | 採便容器（2日分）、<br>受診票                                        | 採便容器に2日間、便を採ったものを提出します。容器は事前に地区保健推進員または役場から受け取ってください。<br>➡9ページ                                                                   |
| 前立腺がん検診        | 受診票                                                      | 採血による検査です。<br>➡10ページ                                                                                                             |

健（検）検診を受けに行きたいが、交通手段が無いために会場へ来るのが困難な場合には役場保健係までご相談ください。

（電話：87-2011）

# 【お願い】

対象年齢の方で大腸がん検診を希望する方は検査容器を事前に地区保健推進員または役場から受け取ってください。  
※使用しなかった場合には役場へ返却をお願いします。

※使用しなかった大腸がん検診の容器は役場へ返却してください。  
(9月3日の検診最終日まで返却をお願いします。)

※受けなかった分の受診票については返却の必要はありません。  
各自で保管または破棄してください。



【資料作成】

- ・群馬県健康づくり財団
- ・南牧村役場

## 住民健診に関するお問い合わせ

南牧村役場 保健福祉課(保健係)

☎ 0274-87-2011

## 新型コロナウイルス感染防止のためのお願い

- ◆発熱や風邪症状など、体調が優れない時は日を改めて受診してください
- ◆健診会場は混み合うことがあったり、重症化リスクをお持ちの方もいらっしゃる等から、会場へお越しの際には、引き続きマスクの着用についてご理解とご協力をお願いします。