



誰のため？自分のために 特定健診・がん検診を受診しよう

人は年齢を重ねていくごとに^{からだ}身体や体調に変化が生じます。でも「まだ若いから」「自分は大丈夫」など、実際に自分の身体内で起きている変化から目を背けている人も多いのでは？



長い人生、健康でいきいきと生活していくためにも、「特定健診・がん検診」を受診しましょう。

～当別町の現状～

当別町における「特定健診・がん検診」の受診率は、右図のとおり道内平均よりも高い受診率(子宮がん除く)です。

その中で、受診対象者の年齢別に見ると、比較的、若い世代(40歳前半)の受診率が低いことが分かりました。いつ発症するか分からない病気を未然に防ぎ、身体の状態を確認するためにも、定期的に健診を受けることが必要です。

町では受診率向上に向け、各種取り組みを実施していますが、受診率が伸び悩んでいる状況です。国の目標値に少しでも近づけるためには対象者一人ひとりの「健康」に対する理解と協力が必要です。

「特定健診」と「がん検診」の受診率

区分	平成24年度実績		国の目標値 (平成34年)
	当別町	道内(平均)	
特定健診	51.6%	24.0%	60.0%以上
がん検診	胃がん	14.0%	50.0%以上
	肺がん	16.2%	
	大腸がん	18.4%	
	子宮がん	19.0%	
	乳がん	23.9%	

特定健診：当別町国保法定報告

がん検診：平成24年度地域保健・健康増進事業報告(厚生労働省)

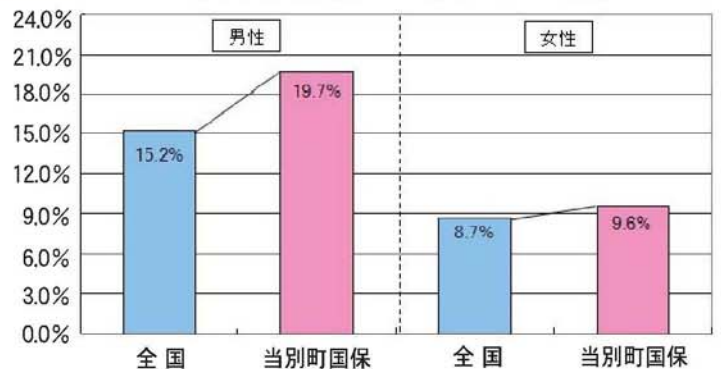
当別町の受診率：当別町保健事業報告

～気になる症状が無いときこそ受診しよう～

受診対象者に調査を行った結果、「気になる症状や異常がない」「面倒」などの回答が多数を占めていたほか、「時間がない」「料金が高い」「受け方がわからない」など、受診に対する不安、不満があげられていました。

また、右グラフのように「特定健診」を受診した方の結果を確認したところ、糖尿病が強く疑われる人の割合が全国より高くなっており、早期発見・早期治療ができれば、それだけ完治の可能性が高くなるとともに、治療に要する費用や時間などの負担が軽くなります。

糖尿病が強く疑われる人の割合の比較



全国：平成24年国民健康・栄養調査
当別町国保：平成24年度特定健診結果



自覚症状が出る前に
身体のチェックを
しませんか？

働き盛りの30歳から40歳代の方は、仕事や家事に大忙し…。健康管理に気をつけようと思っても、実際に取り組めることに限界があります。

このような現状の中で、自分の身体がどのような状態なのかを「いまだからこそ」知っておくべきではないでしょうか？

～初めて特定健診・がん検診を受けました～

昨年11月、特定健診、大腸・子宮・乳がんの無料クーポン券を利用して受診した佐藤さんから話を伺いました。



佐藤 奈月さん
(太美西)

1. きっかけは？

少しずつ体重が増えたこと、身内で脳梗塞になった方がいて、そろそろ自分の身体を確認した方が良くと思い受診しようと思いました。

2. 健診を受ける前は…

自分はまだ若いから受診しなくても大丈夫という思いと、逆に受診したことで病気が発見されたらどうしよう…という不安がありました。

3. 受診した感想は？

札幌の検診センターまでは、送迎バスを利用しました。とても便利です。また、町の助成もあり、金銭的負担も少ないので助かりますね。

4. 健診結果を見て

今回は特に異常も無くホッとしました。後日、保健師さんと話す機会があり、生活を振り返る良いきっかけになりました。規則正しい生活習慣を継続し、病気へのリスクを軽減させていくことが大切だと思いました。自分と家族のためにも今後も健診を受けようと思います。

～検査の流れ～

初めての受診でしたが、係の方が案内してくれるので検査はスムーズに進みました。

受付後は検査着に着替えます。

まずは基本の身体検査から

乳がんを検査するマンモグラフィーも受けました

お疲れ様でした。



その他の検査を終えて終了



受診の流れ(時間)

8:10 当別出発 → 9:00 健診センター到着 → 11:30頃 全ての検査終了 → 12:30 当別到着

※後日、町保健師との面接による保健指導を受けました。

※時間は多少、前後します。

町保健師より

健診は受診して終わりではなく、その結果を生かして生活習慣の見直し、改善を行っていくことが大切です。自分の身体の変化を知るためにも、20歳になったら「子宮頸がん検診」、40歳では「特定健診・がん検診」を定期的に健診を受ける習慣を身につけましょう。

受診後は、保健師による健康に関する相談、アドバイスなどサポート体制を整えていますので、気軽にご相談下さい！！

