

町の健(検)診をご活用ください

### 秋の集団健(検)診 実施内容

**健診** (血圧、肝機能・血糖・尿検査など)

◆ **特定健診** 40歳～74歳 (国民健康保険加入者のみ) が対象 (1,000円)

◆ **いきいき長寿健診** 75歳以上 (後期高齢者医療保険加入者のみ) が対象 (800円)

◆ **いきいき30健診** 30歳～39歳が対象 (1,500円)

● **日程** 11月9日(金)、10日(土) (受付は午後1時15分)

※乳がん検診は、秋の集団健(検)診とは別日程となります。

● **場所** 町地域包括ケアセンター

● **申込・問合せ** 9月10日(月) から保健センター窓口または電話(☎ 296-2530)にて

### 検診

◆ **肝炎ウイルス検診** 過去に受診歴のない30歳以上が対象。血液採取による検査 (500円)

◆ **結核・肺がん検診** 30歳以上が対象。胸部X線直接撮影 (300円)

◆ **喀痰細胞診検査** 30歳以上、結核・肺がん検診同日受診者が対象。痰採取(3日間)による検査 (700円)

◆ **大腸がん検診** 30歳以上の方を対象とした、便潜血反応検査(検便。2日方式) (300円)

◆ **前立腺がん検診** 50歳以上の方を対象とした、血液採取によるPSA検査 (500円)

※各健(検)診の詳細は、「平成30年度鳩山町健康カレンダー」(年度始めに全戸配布) もご覧ください。

### まだ間に合います！ 「骨粗しょう症検診」申込受付中

骨に不安を抱える方、転んだ時の骨折が心配という方におすすめの、超音波による骨量(骨密度)の測定です。

◆ **対象** 町内在住の20歳以上

◆ **費用** 無料

◆ **定員** 120人(申込順)

◆ **申込・問合せ** 保健センター ☎ 296-2530 または子育て世代包括支援センター (申込のみ) ☎ 298-1136

### 役立つ！楽しい！ 内容満載

◆ 骨粗しょう症検診

◆ 転倒の危険度チェック

◆ 体操体験 はーとんも行くよ！

◆ 就労相談・説明会

◆ 模擬店

◆ ステージ発表 など

※詳細は広報9月号と同時配布のチラシをご覧ください。



## いきいきシルバー・健康まつり 「からだすこやかパラダイス」へ出かけよう

現在の自身の体の状態を知り、今後の健康づくりについて一人ひとりが考えるきっかけづくりの場として開催します。

「埼玉県65歳健康寿命」3年連続男女とも県内1位達成記念イベントです。ぜひ、ご参加ください。

◆ **日時** 9月29日(土) 午前10時～午後3時

◆ **場所** 町地域包括ケアセンター

◆ **問合せ** 町地域包括支援センター ☎ 296-7700、町保健センター ☎ 296-2530

集団健(検)診の良いところについて、田辺所長はこう話します。「公共施設で実施している町の集団健(検)診は、『病院は苦手』という方にもおすすめです。また、普段から健康づくりに取り組んでいる方にとっては、年に1度の健(検)診は自分の健康状態を『自慢する』場でもあります。健(検)診結果が良好であれば、自分をぜひほめてあげ

## 集団健(検)診は健康の発信源

てください。さらに、周囲の人たちにもその成功体験を広めていきましょう。町側も、データを研究し、モデルケースを発信していくべきです。そのことで町に健康な人がもつと増えていくはずですよ」

### 健康に無関心な人はいない

最後に田辺所長は、「健康づくりは、『お

しゃれな服が着たい』『お出かけがしたい』など、個人的な動機から始まります。そうした意味では、健康づくりに無頓着・無関心な人はいないはずですよ。また、健(検)診で得られる数々のデータは、自分の体に自信を持ったり改善したりするための『根拠』となります。「こわい』『忙しい』などと言わず、まずは健(検)診に行きましょう」と、健(検)診の積極的な受診を呼びかけました。

### 早期発見が重症化を防ぐ

年に1回の健(検)診で平常時の状態を知っておくことは、体の異変に気づくためにも大切です。重症化してからの治療は、かかる費用も時間も多くなります。また、健診受診者は、必要に応じて専門家による保健指導も受けられます。何をすることも体が基本です。この機会にぜひ、健(検)診を受けましょう。

## 特集

# 体の「おかしい」を「診」ぬく ～秋の集団健(検)診、9月10日から受付スタート～

今年度まだ受診されていない方を対象とした「秋の集団健(検)診」の申込受付が、9月10日から始まります。皆さんも、自分の健康状態を確かめてみましょう。

## 自分の気になる ところは「検診」で

健(検)診について坂戸保健所の田辺博義所長にお話を伺ったところ、「健康状態を調べるのが『健診』、特定の病気を早期発見するのが『検診』です」と教えていただきました。

### 的を絞り、継続的に受診を

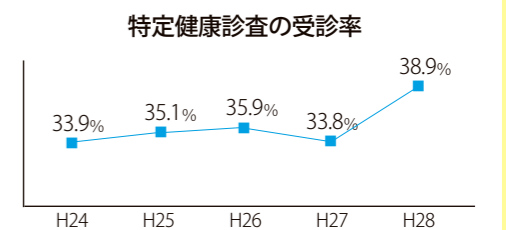
検診についてさらに詳しくお話を伺うと、「いろいろな検診を受けることが理想ですが、その分費用負担も増えるため現実的ではありません。ですから、例えばヘビースモーカーであれば



■ 埼玉県坂戸保健所 田辺博義所長  
埼玉医科大学卒業後、鳩山町で健診医を経験。32年にわたり県内の各保健所長を務め、各地で講演活動も行う。

肺がん検診を受けるなど、自分の気になるところの検診を受けることが効果的です。また、自分の体の変化を見る上でも継続的な受診が重要となります。自分にとって必要な検診が何かを知るために、まずは身近な町の保健師などに相談するのがいいでしょう」とのアドバイスをいただきました。

## 町内の健(検)診受診率の推移



## がん検診の受診率

検診名	H24	H25	H26	H27	H28
胃がん	19.1%	23.6%	13.5%	8.6%	13.0%
肺がん	22.6%	27.1%	14.5%	9.7%	8.4%
大腸がん	24.4%	31.8%	16.4%	11.7%	10.7%
子宮頸がん	16.1%	24.8%	13.1%	10.5%	7.2%
乳がん	19.7%	33.9%	21.2%	18.1%	17.8%

※出典：厚生労働省発表「地域保健・健康増進事業報告」

過去5年分の町内の健(検)診受診率を見ると、特定健康診査(特定健診)は、平成24年度の33.9%から平成28年度は38.9%と向上しています。一方、がん検診は、胃がん・肺がん・大腸がん検診とも平成24年度の20%前後から平成28年度は10%前後へと減少しています。

## 鳩山町が健康長寿優良賞を受賞しました

平成29年度に健康に関する優秀な取り組みを行った市町村を表彰する「健康長寿優秀市町村表彰」で、鳩山町が「優良賞」を受賞しました。8月15日、町長公室で小峰孝雄町長が表彰状を受け取りました(写真左)。

なお、県内からは同賞を含め、12市町

が表彰を受け、鳩山町は3年連続の受賞となりました。

町民の皆さんと行政が一体となり、各種の健康づくりに取り組んでいることが評価され、県の担当者も「鳩山町の取り組みを研究したい」と話していました。今後も、ご協力をお願いします。

