

～健康だより～

お元気 ですか

令和6年
5月15日発行

第109号

発行

岩国市健康推進課(岩国市保健センター)

TEL (0827) 24-3751

〒740-0021 岩国市室の木町3丁目1番11号

がん検診・国保いきいき健診(特定健康診査)等のお知らせ

～ 1年に1度は自分の健康状態をチェックしましょう ～

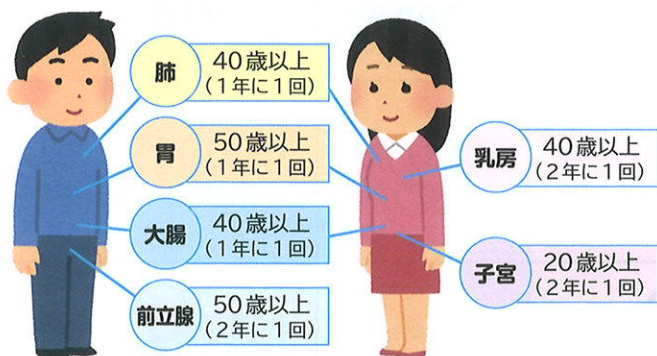
食事、運動、喫煙、飲酒などの生活習慣が関わる「生活習慣病」や、日本人の2人に1人が生涯でかかるとされている「がん」は、早期発見・早期治療ができれば、治せる可能性が高くなります。時間がないと先延ばしにせず、必ずけんしんを受けましょう。

今の健康状態を
チェックできる
チャンスです！

がん検診

岩国市民が対象です。

*岩国市が行っているがん検診の種類と対象者



早期発見・早期治療すれば90%以上が治ります。
定期的ながん検診を受けることで、早期に発見することができます。

例) 胃がんの5年生存率の比較

I期(早期がん) IV期(進行がん)



国保いきいき健診(特定健康診査)

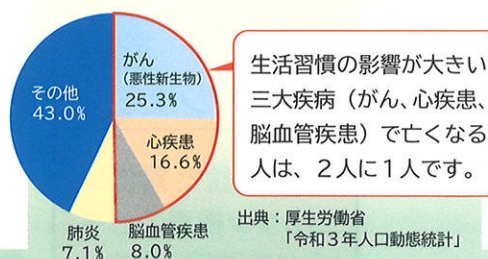
岩国市国民健康保険加入者(40歳以上74歳以下)が対象です。
メタボリックシンドロームや生活習慣病のリスクをチェックします。

国保いきいき健診を受けると…

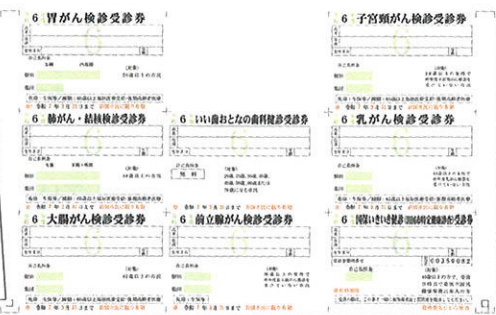
- ・専門家による「生活習慣を見直すサポート」を受けることができます。
- ・病気が早い段階で見つければ、治療にかかる負担が軽く済みます。



山口県の死亡原因の割合(令和3年)



けんしんの受診券が届きます



令和6年度の受診券は5月下旬に郵送します。過去3年間未受診等で受診券が届かない場合は、下記二次元バーコードから電子申請または岩国市健康推進課にお電話(0827-24-3751)ください。



けんしんについて、
詳しくは次ページへ

【受診券の発行(再発行)申し込み】

令和6年度 がん検診・健康診査・歯科健診のご案内

岩国市民が対象です。職場で受診の機会がない方は、ぜひ受診してください。受診には受診券が必要です。

自己負担金が減額になる方
 ▶ 後期高齢者医療制度の方又は65歳以上で福祉医療費受給者証をお持ちの方
 自己負担金が免除になる方
 ▶ 生活保護世帯の方又は中国残留邦人等支援給付該当の方

受診できる医療機関、集団けんしんの日程については、受診券に同封しているチラシをご確認ください。医療機関の最新情報等は、右記の二次元バーコードからも確認できます。⇒



		がん検診						健康診査				歯科健診	
		胃がん検診	肺がん・結核検診	大腸がん検診	子宮頸がん検診	乳がん検診	前立腺がん検診	国保いきいき健診 (特定健康診査)	若い世代の ヘルスチェック	後期高齢者 医療健康診査	医療保険のない方の 健康診査	いい歯 おとなの歯科健診	お口の健康診断 (後期高齢者医療制度)
対象者 (令和7年3月31日 時点の年齢)	18歳～19歳	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	20歳・25歳	—
	20歳～39歳	—	—	—	○(女性のみ)	—	—	—	○	—	—	30歳・35歳	—
	40歳～49歳	—	○	○	○(女性のみ)	○(女性のみ)	—	○	—	—	○	40歳	—
	50歳～74歳	○	○	○	○(女性のみ)	○(女性のみ)	○(男性のみ)	○	—	—	○	50歳	—
	75歳以上	○	○	○	○(女性のみ)	○(女性のみ)	○(男性のみ)	—	—	○	○	60歳	—
受診頻度		年1回	年1回	年1回	2年に1回	2年に1回	2年に1回	年1回	年1回	年1回	年1回	70歳の方、 妊婦	○
自己負担額 ※()内は減額の方	個別	胃内視鏡検査 (胃カメラ) 2,700円 ※(1,300円)	胃内視鏡検査 (胃カメラ) 700円 ※(400円)	胸部レントゲン検査 1,400円 ※(700円)	胸部レントゲン検査 +喀痰検査 1,000円 ※(500円)	1,000円 ※(500円)	1,600円 ※(800円)	600円	無料	500円	無料	無料	無料
	集団	胃内視鏡検査 (胃カメラ) 1,000円 ※(500円)	胃内視鏡検査 (胃カメラ) 300円 ※(150円)	胸部レントゲン検査 900円 ※(500円)	胸部レントゲン検査 +喀痰検査 300円 ※(200円)	1,000円 ※(500円)	1,000円 ※(500円)	600円	無料	1,000円	無料	無料	無料
検査内容		胃内視鏡検査 胃部レントゲン検査	胸部レントゲン検査	検便による 便潜血検査	内診、 細胞診検査	マンモグラフィ 検査	血液検査	身体測定 検尿 血圧測定 心電図 血液検査	身体測定 検尿 血圧測定 血液検査	身体測定 検尿 血圧測定 血液検査	身体測定 検尿 血圧測定 心電図 血液検査	歯科健診	口腔状態の確認 口腔機能の確認
備考		胃内視鏡と胃部レントゲン検査のどちらかを選択します。	50歳以上で喫煙指数(1日の本数×年数)が600以上の方は、喀痰検査を受けることができます。		令和5年度に受診された方は、令和6年度は受診できません。	令和5年度に受診された方は、令和6年度は受診できません。	令和5年度に受診された方は、令和6年度は受診できません。	40歳以上74歳以下で、岩国市国民健康保険に加入の方が対象です。	18歳以上(受診日時点)39歳以下の方(高校生を除く)が対象です。集団けんしんのみです。	後期高齢者医療制度の加入の方が対象です。	医療保険に加入されていない40歳以上の方(生活保護世帯等)が対象です。	個別けんしんのみです。	個別けんしんのみです。 ※対象者には要件がありますので、詳しくはお問合せください。

個別
けんしん



協力医療機関で受診する方法です。個別けんしんが受診できる医療機関に直接予約します。

集団
けんしん



各会場(検診車)で受診する方法です。ご希望のけんしん日の予約開始日以降に岩国市健康推進課にお電話ください。

がんは早期発見・
早期治療が大切です。

がんは初期の段階では自覚症状が現れないことが多く、症状が現れた時にはすでに進行しているケースも多くあります。早期発見するためには、定期的ながん検診を受け続けることが大切です。



精密検査が必要な場合は
早めに受診を！

けんしんの結果が「要受診」「要精密検査」の場合は、詳しい検査が必要です。精密検査が必要という結果が届いたら、できるだけ早く医療機関を受診することが重要です。自己判断せず、まずはかかりつけ医、けんしんを受けた医療機関にご相談ください。

5月31日は「世界禁煙デー」、
5月31日～6月6日は
「禁煙週間」です。

たばこを吸う人は吸わない人に比べて、肺がんになりやすいことがわかっています。受動喫煙防止や禁煙に努めましょう。



口腔の健康は全身の健康に
大きく関わっています！

むし歯や歯周病は、不十分な歯磨きなどにより発症し、歯周病で生じる炎症物質は糖尿病や心筋梗塞など様々な全身の病気を引き起こします。かかりつけ歯科医を持ち、歯科健診を受けることで、口腔内の変化をいち早く見つけることができます。定期的に歯科を受診し、歯と全身の健康を保ちましょう。



● 国保いきいき健診を毎年受診されている方の声



Q どうして毎年受診しているの？

A 毎年受診することに決めています。万一悪いところが見つかったも初期ならば治療も早いと思いますし、異常がなければ安心して日々の生活を過ごすことができます。

Q 受けてよかったことは？

A 健診を受診することで病気の早期発見につながり大きな病気にかからないですんでいると思ひながら元気に暮らしています。

Q 受診を検討している方へメッセージを

A 正直受診する為に外出するのは億劫でありとてもめんどくさいです。しかし、毎年受診することにより検査結果の比較ができ、自分の健康状態を知ることができます。自分の健康は自分だけではなく家族の幸せにつながっていると思ひます。怖がらず是非受診することをお勧めします。

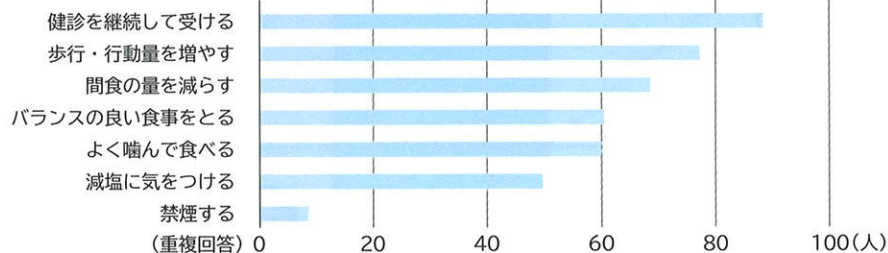
● 健診は、受けた後が大事です ～健診結果説明会～

国保いきいき健診受診の結果を健康管理に活かしていただくため、“健診結果説明会”を実施しています。健診結果の見方や生活改善ポイントをお伝えします。メタボリックシンドローム（内臓脂肪型肥満）該当者等の方、また検査値が正常範囲の方もぜひご参加ください。



令和5年度参加者 169人のアンケートから

これから気をつけたいこと



説明会では
体組成計測定を
行います。



健診結果説明会に参加された方の声

健康でいられるよう毎日
努力を積み重ねることが
必要と感じました。

健康について普段あまり
考えないが、参加して考
え直す良い機会になりま
した。

けんしんを地域の方々へ広く周知してくださっている
地域部会のみなさん



けんしんを受け、健康にいいことに取り組んで、ポイントを貯めると、岩国市健康マイレージのプレゼントに応募することができます。

この機会に、自身の生活を振り返り、日頃から健康を意識する生活習慣を身につけましょう。