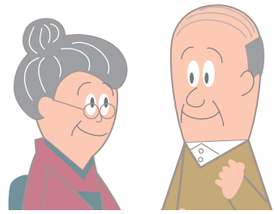
健康診断・がん検診のすすめ

～みんなで健診を受けましょう～

県民全てが対象です。

あなたは、健康診断やがん検診を受けていますか？健康診断やがん検診を受けることで自らの健康状態を知り、病気を早い段階でみつけ、早期治療を行うことが命を守ることにつながります。特に症状がない時こそ、健診を受けて“健康チェック”をしましょう！



75歳以上の方

●長寿健康診査
お問い合せ先 お住まいの市町村の健診担当者へ

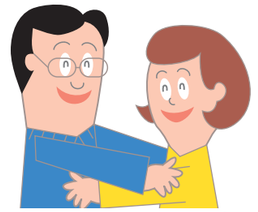
◎生活習慣病等の早期発見ができます。毎年、受診券が送付されてきます。(健診の際は受診券と保険証を忘れずに!)

●生活機能評価
お問い合せ先 お住まいの市町村の介護保険担当者へ

◎介護予防のための検査です。(要支援や要介護でない方が対象です。)

●がん検診、その他の検診
お問い合せ先 お住まいの市町村の検診担当者へ

◎がん検診は、がんを早期に発見し、がんによって命を落とさないための検診です。
(胃がん・肺がん・大腸がん・乳がん・子宮がん・肝炎ウィルス検診等)



40～74歳迄の方

●特定健診・特定保健指導
お問い合せ先 加入している市町村国保や健康保険の担当者へ

◎職場健診が受けられない方が対象です。(自営業、被扶養者、パート、無職など)
◎対象者には、毎年、受診券が送付されます。(受診券と保険証を忘れずに!)
◎生活習慣病等の予防、早期発見ができます。

●生活機能評価
お問い合せ先 お住まいの市町村の介護保険担当者へ

◎介護予防のための検査です。(要支援や要介護でない65歳以上の方が対象です。)

●がん検診、その他の検診
お問い合せ先 各職場やお住まいの市町村の検診担当者へ

◎がん検診は、がんを早期に発見し、がんによって命を落とさないための検診です。
(胃がん・肺がん・大腸がん・乳がん・子宮がん・肝炎ウィルス検診等)

39歳以下の方

- お勤めの方は**職場健診**の対象です。
- **がん検診**は、住んでいる市町村により対象年齢や受けられる種類が異なります。お住まいの市町村でご相談を!
- **生活習慣病予防健診**は協会けんぽの加入者で**35歳以上が対象**です。

●職場健診
お問い合せ先 お勤めの職場の担当者へ

◎事業所等で常時お勤めの方が対象です。
◎パート労働者も勤務期間や労働時間により対象になる場合があります。

●生活習慣病予防健診
お問い合せ先 協会けんぽの担当窓口：957-2011

◎協会けんぽの被保険者の方が対象です。
◎この健診では、がん検診や肝炎ウィルス検診等も合わせて受診できます。
(協会けんぽとは旧政府管掌健康保険のことです。)

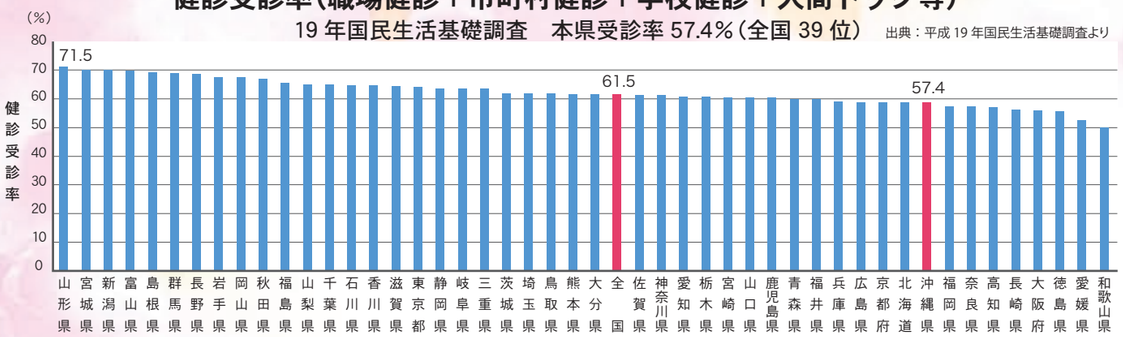
健康診断の種類

私たちは、赤ちゃんの頃から健康診断を受ける機会があります。妊娠中から生後三歳頃までの妊婦乳幼児健診では、成長発達の確認や病気の有無を診ます。その後、小学校から中学・高等学校、大学等では、成長の節目に応じた健康診断があります。例えば、歯科の検診結果で、虫歯等が見つかると、学業に専念できるように早めの治療をすすめます。

そして職場では、仕事の内容に応じた健康管理のために、健康診断やがん検診を行います。主に生活習慣によって引き起こされるメタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）や糖尿病などの病気を、早い段階で見つけて改善するための健診が、生活習慣病予防健診です。生活習慣病予防健診の一つである四十歳から七十四歳の方を対象にした特定健康診査では、結果に応じた特定保健指導が実施されるなど、生活改善についての積極的な支援を行います。

がん検診では、がんの早期発見、早期治療に結びつけることを目的としており、胃がん検診、肺がん検診、大腸がん検診、子宮がん検診、乳がん検診などを実施しています。

健康診断やがん検診を受けることは自らの健康状態を知り、早期改善、早期治療につながります。



沖縄県の健診（検診）受診率

しかし、沖縄県の健康診断やがん検診の受診率は、全国に比べて低い状況にあります。国民生活基礎調査の結果では、二十代以上の健康診断受診率は、全国で三十九位、約五十七.四%となっており、県民の約半数が健康診断を受けていない状況です。また、がん検診の受診率も約二割とさらに低迷しています。

健康診断やがん検診を受けない主な理由として、『自覚症状がないので、大丈夫』『忙しくて時間がない』『結果が怖い』という声がありますが、自覚症状がない時こそ、毎年一回の健康診断で異常がないことを確認することが大切です。もし、病気が見つかった場合でも、早期に治療することで、自分自身や家族の負担の軽減が可能になります。

受けたい時に受けられる体制づくり

働く皆様の中から、『受診したくても忙しくて時間がない』との声があります。健康診断やがん検診は、概ね年に一回、時間にすると数時間程度です。**職場でも安心して受けられるような勤務時間の配分や「みんなで健診を受けよう!」という目標を掲げるなど、健康づくりのための配慮が必要です。**

健康診断やがん検診を実施する医療保険者や市町村でも、受診しやすい体制をつくるため、対象者の皆様の意見やアイデアを求めているところです。

お知らせ　子宮頸がん、乳がんの検診無料クーポン券について

厚生労働省では、女性特有のがん検診の受診率向上を目指して、市町村の実施する子宮頸がんと乳がん検診について、特定の年齢層を対象に無料で検診を受けることができる事業を導入しました。(※ 職場検診は対象外となります)

本県でも、各市町村で実施されており、今年の10月末までに、対象者の皆様へ検診無料クーポン券と検診手帳が配布されますので、ぜひご利用下さい。対象となる年齢は、子宮頸がんが「前年度に20歳、25歳、30歳、35歳、40歳になった方」、乳がんが「前年度に40歳、45歳、50歳、55歳、60歳になった方」となります。詳しくは、お住まいの市町村へお問い合わせ下さい。

関連行事

県民の健康づくりを応援するため、本島地域、宮古地域、八重山地域で「健康おきなわ21 推進大会」を開催します。皆さまのご参加をお待ちしています。

■平成21年9月5日（土）国立劇場おきなわ
内容「家庭から始める健康生活・栄養士講演、琉神マブヤーショー」

■平成21年9月20日（日）宮古マティダ市民劇場
内容「メタボ対策・医師講演、下地勇ライブ」

■平成21年12月6日（日）石垣市健康福祉センター
内容「健診受診勧奨・久高医師講演等」

お問い合わせ　県国保・健康増進課　TEL：098-866-2209　FAX：098-866-2289