

がん検診

日本人の**2人に1人**が「がん」にかかり、**3人に1人**が「がん」で亡くなっており、熊本市でがんによりお亡くなりになる方は、**28.7%**と死亡原因の**第1位**となっています。がんを克服するポイントは、「**早期発見・早期治療**」です！

検診名	対象者	検診内容	検診料(自己負担金)	検診会場
肺がん・結核検診	年度内に40歳以上になる方	胸部エックス線検査	40歳～64歳 300円 65歳以上 200円	集団検診(巡回検診車) ※場所・日程は毎月の 市政だよりをご覧ください。
		喀痰細胞診※問診(喫煙歴) により必要と認められた方	500円	
胃がん検診	年度内に40歳以上になる方	胃部エックス線検査※2)	1,000円	指定医療機関※1)
	年度内に50歳以上の 偶数年齢 になる方	胃内視鏡検査※2)	3,000円	
大腸がん検診	年度内に40歳以上になる方	便潜血検査	500円	特定健診実施医療機関
			300円	集団検診(肺がんの集団検診で 受診申込)
乳がん検診	年度内に40歳以上の 偶数年齢 になる女性	視触診・マンモグラフィ	40歳代 1,500円	指定医療機関※1)
			50歳以上 1,100円	集団検診(一部地域で実施)
子宮頸がん検診	年度内に20歳以上の 偶数年齢 になる女性	視診・内診・細胞診	1,200円	指定医療機関※1)
			1,000円	集団検診(一部地域で実施)

※1 同封の「特定健診実施機関一覧」の乳がん、子宮頸がん、胃カメラの欄に○がそれぞれついている医療機関で受診できます。(要予約)
※2 胃部エックス線検査と胃内視鏡検査は年度内にどちらか片方のみ受診できます。

◆がん検診受診に必要なもの◆

☆保険証など氏名・住所・生年月日がわかるもの

(がん検診では受診券の発行はしていません。70歳以上の方は身分証の提示で自己負担金が免除になります。なお、胃内視鏡検査を受診する場合は、必ず保険証をお持ちください。)

※市民税非課税世帯の方は自己負担金が免除になりますので、下記証明書を検診の受付に提示してください。

■「市県民税(所得・課税)証明書世帯分」最新年度分(証明書の発行料300円)

(注)同一世帯全員の非課税を証明するものがが必要です。市県民税(所得・課税)証明書世帯分は個人番号カードを利用した証明書コンビニ交付サービスでは取得できませんのでご注意ください。

◆◇◆詳しくは、市政だより4月号の「がん検診のご案内 保存版」または市ホームページをご覧ください◆◇◆

がん検診…健康づくり推進課 ☎096-361-2145

風しん・その他予防接種等

【風しんの流行について】

昨年は関東地方を中心に風しんが大流行しましたが、患者の大半は30～50歳代の男性でした。風しんは、急性の発疹性感染症で、高熱や発疹が長く続いたり、関節痛を認めるなど、重症化することもあります。特に、風しんに対する免疫が不十分な妊娠20週頃までの妊婦が風しんウイルスに感染すると、先天性風しん症候群の子どもが生まれてくる可能性が高くなります。風しん予防には、予防接種が有効です。

【熊本市の風しんの予防対策事業について】※感染症対策課に事前申請が必要

○対象者：妊娠を希望する女性やパートナーなどの同居者 (非該当条件有)

○内容：風しん抗体検査(無料)、抗体値が低い方は予防接種費用の助成(上限4,000円)

【厚生労働省が検討中の風しんの追加的対策(平成31年1月現在)について】※対象者には個別連絡予定

○対象者：初年度は40歳～47歳の男性(昭和47年4月2日～昭和54年4月1日生まれの方)

○内容：風しん抗体検査(無料)、抗体が無い方は定期予防接種(無料)

【高齢者の方にお勧めしている予防接種】

①インフルエンザ予防接種：満65歳以上の方は、自己負担金1,500円

②肺炎球菌予防接種：過去に未接種で、年度内に65歳以上で5の倍数の年齢になる方は、自己負担金4,600円

※①②とも、市民税非課税世帯、生活保護の方は証明書類があれば無料

風しん・肺炎球菌・インフルエンザ等の予防接種…感染症対策課 ☎096-364-3189

特定健診の受け方

医療機関で受ける	人間ドックで受ける	集団健診で受ける
別紙の実施機関一覧より選ぶ 実施機関一覧はこちらでも ページ内の「実施機関一覧」へ	下記の間ドック併用受診機関一覧より選ぶ 住所・電話番号は別紙の実施機関一覧をご覧ください	市政だよりや地域の回覧板、熊本市ホームページにて日程を確認し選ぶ 集団健診日程はこちらから ページ内の「集団健診日程」へ
選んだ実施機関へ電話予約		選んだ集団健診の担当機関へ電話予約

予約当日、医療機関・集団健診会場に行き受診する

受診に必要なもの

- ① 保険証
 - ② 受診券
 - ③ *1,000円 ※前年度非課税国保世帯の方は無料(年度途中加入除く)
- 人間ドック受診の場合、別途人間ドック料金が必要です。

受診券の申込・再発行

熊本市
コールセンター ひごまるコール
《健診専用》096-334-1507

3月は医療機関等が大変混み合い、予約が取れず受診できない可能性があります。早目の予約・受診をお願いいたします。

受診後の流れは中面をご覧ください。健診は受診後が大事です!!

人間ドック併用受診機関一覧

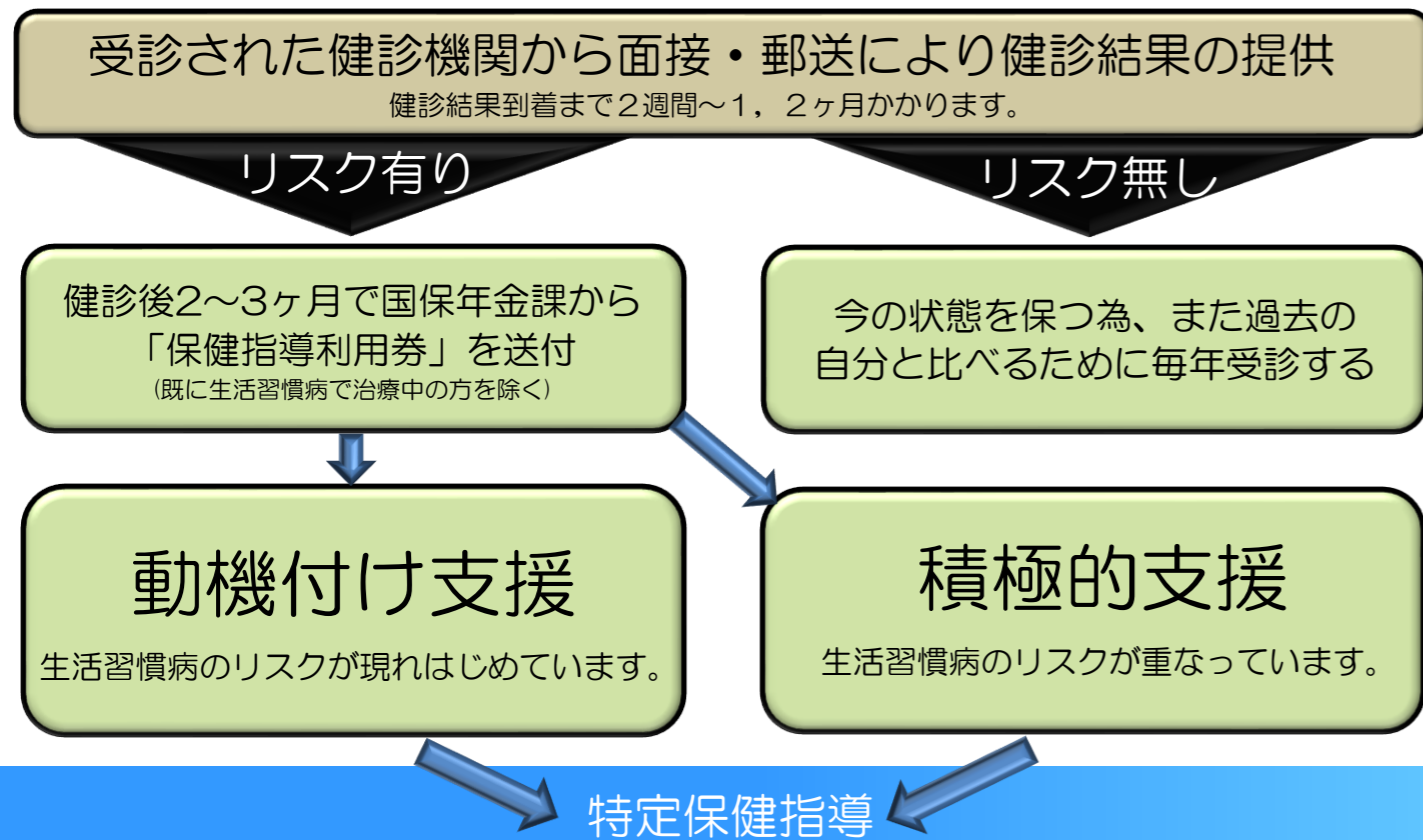
下記の実施機関では人間ドックと特定健診を併用して受診でき、熊本市から約7,000円の補助がでます。人間ドックの料金は機関やコースによって違います。また、実施機関の都合により特定健診と併用できない場合もございますので必ず受診機関に問い合わせの上、予約・受診をお願いいたします。

中央区	森永上野胃・腸・肛門科	西日本病院	国家公務員共済組合連合会 熊本中央病院
熊本県厚生農業協同組合連合会	外科内科 池田医院	田中内科クリニック	医療法人杏和会 城南病院
明午橋内科クリニック	八王寺町クリニック	岡崎クリニック	あきた病院
表参道吉田病院	井病院	そのだ脳神経外科消化器内科	御幸病院
花畑クリニック	村田外科・胃腸科・ひふ科医院	西区	桜十字病院
武藤眼科・大久保内科	江南病院	かねみつ胃腸科外科医院	土井内科胃腸科医院
熊本内科病院	桑原クリニック	たしま外科内科医院	北区
魚住クリニック	西村内科・脳神経外科病院	熊本田崎クリニック	熊本市立植木病院
上村内科クリニック	くまなんヒコクリニック	イオンタウン田崎 総合診療クリニック	大林新地クリニック
すどう・きたの医院	林田クリニック	上熊本内科	下田内科クリニック
服部胃腸科	東区	青磁野リハビリテーション病院	武蔵ヶ丘病院
石原・伊牟田内科	日本赤十字社 熊本健康管理センター	慈恵病院	宮本外科・消化器内科
九州記念病院	公益財団法人 熊本県総合保健センター	南区	なかむらファミリークリニック
緒方消化器内科	本庄内科病院	済生会熊本病院 予防医療センター	※スペースの都合上、名前を省略しています。
鶴田胃腸科内科医院	いすみクリニック 胃腸科・内科	近見医院	

上記以外の病院などで人間ドックを受けられる方は
受診券の裏面を是非ご覧ください!!

特定健診…国保年金課 ☎096-328-2280

受診後の流れ



特定保健指導は、自己負担額〇円で生活習慣改善のサポートが受けられます。
特定健診の結果から、メタボリックシンドロームを予防または解消するため、生活習慣の見直しが必要と判断された方が該当。



◎現在、特定保健指導の「動機付け支援」又は「積極的支援」を受けている方は、保健指導終了後（3～6ヶ月後の評価終了後）に特定健診を受けてください。受診時期は、担当の保健指導者にご相談ください。

過去の自分と比べるためにも毎年受診してください!!

年度内に後期高齢者医療保険に加入された方は
“後期高齢者健診” “後期高齢者歯科健診” の受診券をお送りします。

- ◎対象 後期高齢者医療保険に加入の方
 - ◎自己負担額 後期高齢者健診 800円（一律） 後期高齢者歯科健診400円（一律）
 - ◎受診期間 2019年4月1日～2020年3月31日
 - ◎健診内容 後期高齢者健診（特定健診項目+貧血検査）、後期高齢者歯科健診（歯周検査、口腔検査）
- ※既に今年度特定健診を受診された方は歯科健診のみの送付となります。
※後期高齢者健診は、特定健診を実施している健診実施機関で受診できます。

特定健診検査項目の説明

問診	身体診察	身長	体重	※★マークがついている検査項目は、熊本市国保が独自に対象者全員に追加している項目です。 ※心電図・眼底検査・貧血検査は、当該年度の健診結果等と医師により必要と判断された方のみ実施します。	
BMI			肥満度を表す指標として用いられている体格指数で、 $[\text{体重}(\text{kg})] \div [\text{身長}(\text{m})^2]$ で求められます。	血糖	血液内のブドウ糖の濃度です。食前・食後で変動します。低すぎると低血糖、高すぎると高血糖を引き起こします。
腹囲			内臓脂肪の蓄積の目安とされ、メタボリックシンドロームを診断する指標のひとつです。	★HbA1c	過去1～2ヶ月程度の血糖の平均状態を表します。
中性脂肪			主にエネルギーとして利用され、余った分は脂肪として蓄えられます。増えすぎると、脳梗塞や心筋梗塞の原因になります。	尿糖	尿の中に糖が出ているかを調べ、糖尿病を見つける指標のひとつとされています。
HDLC			別名「善玉コレステロール」と言われています。数値が低いと、心筋梗塞や脳梗塞などの病気を誘発してしまいます。	LDLC	別名「悪玉コレステロール」と言われています。数値が高いと、心筋梗塞や脳梗塞などの病気を誘発してしまいます。
AST			主に肝臓に分布している酵素で、AST・ALTの両方が急激に上昇する場合は、肝疾患や心疾患が疑われることがあります。	*心電図	心臓の電気的変化を記録し、不整脈、狭心症、心筋梗塞、心肥大などの心疾患の有無を調べます。
γ-GT			たんぱく質を分解する酵素の一種です。飲酒量が多いときや胆道系疾患などで値が上昇し、肝機能の指標とされます。	*眼底検査	眼球の網膜とその血管などを検査することにより、眼の疾患、高血圧症、動脈硬化症、糖尿病の病状などを判定します。
★尿酸			プリン体代謝の際に生じ、飲酒や肉食、腎機能障害時に上昇します。高い状態が続くと、痛風発作と呼ばれる関節痛を起こします。	★血清	不要物として腎臓から尿中に排泄されます。腎機能が低下すると体内から排泄されず高値を示します。
収縮時血圧			血圧が高いと動脈硬化が進行し、脳卒中や心筋梗塞、腎障害の原因になります。	★eGFR	推定腎糸球体濾過量の略であり、年齢、性別、血清クレアチニン値から算出される推算値で、腎機能障害の指標となります。
*ハマトク			血液に占める赤血球の割合(%)を表し、低い場合は貧血の疑いがあります。	尿蛋白	尿中に排泄されるたんぱく質の量を調べます。尿中のたんぱく質が増加していると、腎機能の低下が疑われます。
*血色素量			ヘモグロビンともいい、酸素を体内に運ぶ役割をします。貧血などを調べる検査です。	★尿潜血	尿中に血液が出ていないか調べます。陽性の場合、腎臓病や泌尿系の炎症が疑われます。

健診を受けるときに注意すること

- 正確な検査をするため、以下のことに気をつけましょう。
- 健診前日は、アルコール摂取や激しい運動を控え、午後8時以降の飲食（水を除く）は控えてください。
 - 健診当日は、脱水防止のため、体を動かす労働等は控えてください。
(※食事をされた場合は、空腹時血糖ではなく随時血糖での検査になります。)
 - 尿検査は、熊本市の健康課題でもある慢性腎臓病（CKD）の早期発見のため、可能であれば、起床後すぐの尿（おしっこ）の検査が望まれますが、健診機関により採尿時間は異なりますので実施機関へご確認ください。

その他の注意事項

- 特定健康診査受診結果は、受診者本人に対して通知するとともに、保険者において保管し、必要に応じ、熊本市 国保年金課及び区役所保健子ども課による保健指導等に活用しますので、ご了承の上、受診願います。
- 健診結果のデータファイルは、決済代行機関で点検されることがある他、国への実施結果報告として匿名化され、部分的に提出されますので、ご了承の上、受診願います。
- 不正に受診券を使用した場合は、刑法により処分を受けることがあります。
- 受診券の記載事項に変更があった場合は、すぐに区役所に届け出て、訂正を受けてください。
- 他の保険等に加入手続き中の方や、届出が遅れた方はさかのぼって資格喪失する場合があります。その期間に国保特定健診を受診された場合、費用を請求いたしますのでご注意ください。

※文中にある「社会保険」は国民健康保険以外の健康保険制度のことを指します。

注意!! 社会保険等に切り替わる予定の方へ!!
受診券が使えない可能性があります。

社会保険に加入予定がある方で受診券を使用される場合は、事前に熊本市国保年金課または加入予定の社会保険へ**必ず**ご連絡ください。
熊本市国保年金課:096-328-2280