市民健診を受け、健康の再確認を行いましょう

## 健康チェック

# 受けよう"市民健診"

## 6月から市内各地で実施します

**市では、皆さんの健康の保持増進を図り、健やかで生きがいのある老後対策に寄与するため、健診機会のない人を対象に、今年も六月から「市民健診」を市内各地で実施します。年に一度の機会です。忘れずにお出かけください。**

**また、健康を守るには日頃からの予防が欠かせません。"自分だけは大丈夫"と安心することなく、進んで受診し、健康管理に役立ててもらいたいものです。**

### 健康状態確認に欠かせない健診

市民健診の会場では、問診（生活習慣や健康状態をお聞きし、身体計測を実施）、及び検尿検査と血圧測定を行います。また、医師の判断により精密検査（心電図、眼底検査、貧血検査、血清コレステロール、肝機能検査）を同じ会場で行います。精密検査料は、市でも一部補助していますが、**五百円**を皆さんから自己負担していただきます。当日、用意してきてください。

### 一日ドックに近い充実した検査内容

市民健診は、四月から行われている胃がん検診や婦人検診と合わせて受診していただくことにより、一日ドックに近い充実した検査項目内容を、手軽に安い費用で受けられます。そして皆さんの一層の健康増進を図ってもらうことを目的としています。

また、心臓病や糖尿病、腎臓病、高血圧などの早期発見、早期治療のため、壮年期からの健康管理に関する正しい知識の普及も行われます。この機会を逃さず、健康チェックを行いましょう。

### 結核予防にレントゲン検診を

昔に比べると結核の発病者が少なくなり、結核に対する関心も薄れてきています。

しかし、まだまだ新たに発病する人もいます。しかも、年々大幅に減少していた結核の発病者も、最近、その減少傾向が鈍り、予期せぬ結核の集団発生や排菌状態での発病者が多くあります。

昨年、当市では三十一名の人が新たに結核にかかり、市民健診で三名が発見されました。このうち一名は三年未受診者でしたが、一般的に中高年齢の人や、継続して検診を受けていない人に発病者が多いといわれています。

市では、精密検査に該当した人に通知をして受診を勧めていますが、受診されない人もいます。非常に危険と言わざるを得ません。また、継続して三年以上受診されていない二千五百人余りの人にも受診勧誘の個人通知を出しています。自己過信せず、健康の再確認を行ってください。

### 肺がんによる死亡が増加しています

肺がんによる死亡は、男女とも増え続け、男性では六年後に肺がん死が、胃がん死を追い抜くと予想されています。また女性では九年後に追いつくと予想されています。

肺がんの中でも、気管支の末梢から奥にできる腺がんは症状が出にくく、たまたまX線で発見されることが多くあります。昨年の市民健診でも、数名の人に発見されました。

早期がんでは、九三%の人が治っています。四十歳以上の人で、喫煙をしている人は特に受診されるよう、お勧めします。

### 日程確かめて進んで受診を

今年の市民健診は六月からスタートしますが、会場の関係で暑い夏に実施する地域もあります。六月前半の日程は上の表のとおりです。日程を確かめて、お間違いのないようお出かけください。

当日、都合の悪い人は、いずれの会場でも受けられます。また十月中旬には夜間の健診も計画しています。受診の際は、前もって配布される「市民健康診査実施のお知らせ」の下についている「問診票」と「受診票」に住所、氏名などを記入のうえ、ご持参ください。

検診の結果、異常が発見された人には一か月以内に連絡しますが、異常のない人には通知しません。ご承知おきください。

### 受診されない人は「連絡票」の提出を

健診を受けられない人は、お手数でも「連絡票」に記入して市役所保健課、または健診会場に提出してください。

また電話で連絡されるときは、保健課（☎24－2111内線205）へお願いします。

### 早期発見で早期治療・定期検査を

左の表は、昨年の市民健診で精密検査に該当し、受診した人の状況を表したものです。八千七百五十八人の市民健診受診者のうち、四百六十四人が循環器の精密検査に該当し、四百十二人が受診しました。このうち、異常なしの人が三十四人、要観察者が五十九人、要指導者が百四十六人、要医療者が百七十三人でした。もちろん、治療中の人も受けていますから、要医療者が多いのですが、要医療の人はきちんと治療を継続し、要観察・要指導の人は年に二～四回、定期的な観察が必要です。貧血、肝機能、血糖検査も同様です。

早期発見で、早期治療や定期検査を継続することにより、重症になるのを防ぐことができます。年に一度の健康チェック――市民健診を忘れずに受けましょう。

### 会場の混雑にご理解とご協力を

市民健診の検査結果は、保健事業の基礎資料とするため、データ集計が行われます。そこで個人記録票などの記入のため、会場は非常な混雑が予想されます。日程や人員配置などで万全の計画を立てていますが、受診者の皆さんのご理解とご協力をお願いします。

**市民健診日程表**　（6月前半）

| 日 | 曜 | 時間 | 会場 | 該当町名 |
|---|---|---|---|---|
| 3 | 月 | 9：30～11：30 | 柄目木保育所 | 飯柳、柄目木 |
| 10 | 月 | 9：30～11：30 | 中新田公会堂 | 中新田 |
| 17 | 月 | 9：30～11：30 | 林照寺 | 中村 |
| | | 1：00～3：00 | | 程島、東島 |

※そのほかの日程は、随時広報でお知らせします。

### 市民健診受診順序

- ●**受付**…個人記録票を受け取ってください。
- ●**問診**…身体計測を行い、食生活や健康状態をお聞きします。
- ●**検尿**…用意されたコップに尿を少量だけ入れてください。
- ●**血圧**…血圧測定を行います。
- ●**振り分け**……一次検診結果により、医師が精密検査の受診が必要か決定します（精密検査が必要な人は精密検査の受付へ。必要のない人は健康相談へ）。
- ●**精密検査受付**…自己負担金500円を払って受けてください。
- ●**健康相談**…健康についての相談を受け付けます。

**※間接撮影は受付の指示に従ってください。**
**※糖尿病の精密検査は、後日、メジカルセンター（日宝町）で行います。**

お買物、ご用命は市内で

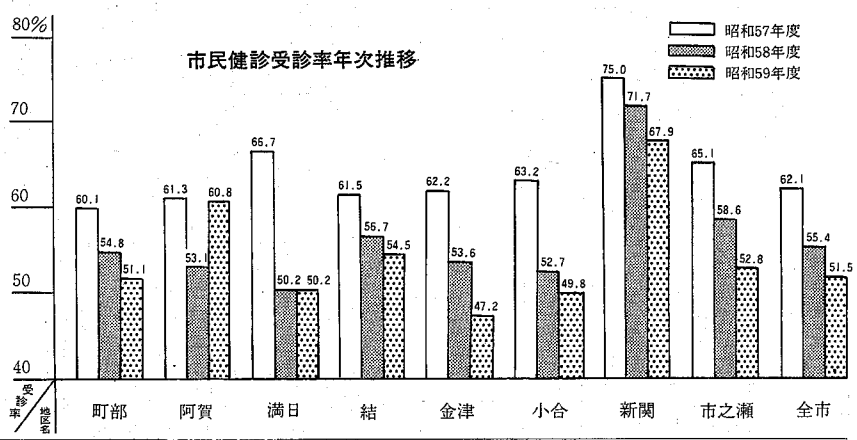
♥手づくりのデリカ家♥
初夏の味、無添加食品、お菓子材料がいろいろ入荷しました。
アイスクリーム・ゼリー・ヨーグルト・カルピス・わらびもち・黒密・水羊かん・笹だんご・柏もち・チョコレート・ガムシロップ
作り方のパンフレットも差上げます。各職場・子供会・PTA・老人会・婦人会の出張教室もお引受けいたします。
問い合わせ・申しこみ　長崎屋1Fデリカ家
☎ 24－7936・22－9825

今、やってます。夜11時まで営業。
Pあり、年中無休
和洋酒・食品・贈答品の百貨店　酒井商店・清水フード酒井店
新津市朝日（古津駅前）☎22-7675



### 受診率低下に歯止めを

右のグラフは、市民健診の受診率を地区別に表したものです。各地区とも年々受診率が低下し、新関地区、阿賀地区以外は全て五〇%前後の受診率です。健康を守るには、健康状態の確認が欠かせません。皆さんの積極的な受診をお願いします。




**市民健診での精密検査の状況**　（昭和59年度）

| 検査の種類 | | 循環器検査 | 貧血検査 | 肝機能検査 | 血糖検査 |
|---|---|---|---|---|---|
| 該当者数 | | 464人(5.3%) | 82人(0.9%) | 47人(0.5%) | 69人(0.8%) |
| 受診者数 | | 412人(88.8%) | 66人(80.5%) | 43人(91.5%) | 58人(81.2%) |
| 結果 | 異常なし | 34人(8.3%) | 33人(50.0%) | 37人(86.0%) | 2人(3.4%) |
| | 要観察 | 59人(14.3%) | 0 | 0 | 0 |
| | 要指導 | 146人(35.4%) | 18人(27.3%) | 2人(4.7%) | 18人(31.0%) |
| | 要医療 | 173人(42.0%) | 15人(22.7%) | 4人(9.3%) | 38人(65.6%) |

**♡循環器検査**
●要観察…血圧測定を年2回、精密検査を年1回行ってください　●要指導…3か月ごとに血圧測定を（多期及び過労時は回数を多く）、そして年1回は精密検査を行ってください　●要医療…治療が必要です
――という指示ですが、もちろん、日常生活や食生活面についても注意が必要です。

**♡貧血検査**
●要指導…食事に注意してください　●要医療…治療が必要です

**♡肝機能検査**
●要指導…定期検査を行い、飲酒や日常生活に注意してください　●要医療…治療が必要です

**♡血糖検査**
●要観察…定期検査を行うとともに、食事療法が必要です　●要医療…治療が必要です

お買物、ご用命は市内で

護身と長寿若返りの妙技
小学四年以上の男女百歳でも少々体の不自由な方でも大丈夫
勇気と自信と健康を求められよ
週1回くらいが最適　水・金夜7時～9時まで　日曜日午後2時～4時まで
やわら柔術健康道場
新津市結(バス停前)　道場　古峰院　☎24－0470
自宅連絡所　食堂　善乃屋　☎22－1058
五泉道場　緑町　㈲市原工場内　☎42－0336