

自分たちの健康は自分たちで守る 検診を受けて健康管理

基本健康診査
肺がん検診 6月3日(水)～19日(金)

(社会保険加入者本人を除く40歳以上の人が対象です。循環器検査のみ検診料500円)

胃がん検診 6月20日(土)～7月12日(日)

(40歳以上の人ならどなたでも。検診料500円)

*詳しい日程は健康カレンダーをご覧ください。

基本健康診査やがん検診は、成人病などの早期発見に欠かせません。自分の体の状態を知り、自分たちの健康を自分たちで守るため、40歳を過ぎたら進んで検診を受けましょう。



40歳は成人病年齢

二年度の市内の死亡原因を見ると、がんによる死亡が三・五％、次いで心臓病一八・一％、脳卒中が一五・七％。死亡原因の約六割が三大成人病となっています。

自覚症状がないと、つい自分は健康だと思いがちです。しかし、高血圧や動脈硬化、心臓病、がんなどの成人病は、気付かないまま進行することが多いのです。特に四十歳から五十歳代の壮年期には、成人病が発生しやすくなります。例えば、ある日突然心臓病の発作が起こったとしても、その原因となる動脈硬化や高血圧は十年、二十年前から始まっていたとも考えられるのです。そのため、定期的に健康診査を受け、自分の健康状態を継続的に把握しておくことが大切になります。

なぜ検診が必要か

健康診査は、体の異常の有無を調べ、異常が見つければ早い段階で、手遅れにならない状態のうちに治療できるという利点があります。また同時に、長い間付き合ってきた自分の体の変化や、老化の進み具合を数値で確かめることができます。

「病気が見つかったら怖い」という理由で検診を受けない人がいますが、受けられないために手遅れに

なってしまう方がもつと怖いのだ、ということに気付いてください。検診は今日までの自分を知り、明日からより健康的に過ごすためのものと考え、積極的に検診を受けましょう。

基本健康診査を充実 一日人間ドックに助成

市では四年度から基本健康診査の血液検査に四項目を追加し、診査の充実を図りました。四項目とはHDLコレステロール、中性脂肪、γ-GTP、クレアチニンです。HDLコレステロールと中性脂肪は、動脈硬化の程度を調べるパロメーターとなります。γ-GTPとクレアチニンは、肝機能と腎機能の状態を知るものです。

また、総合健康診断「一日人間ドック」への受診を進めるため、診断にかかる費用の助成を開始しました。この人間ドックを受ける人は、基本健康診査を受ける必要はありません。人間ドックの申し込みは、次ページをご覧ください。

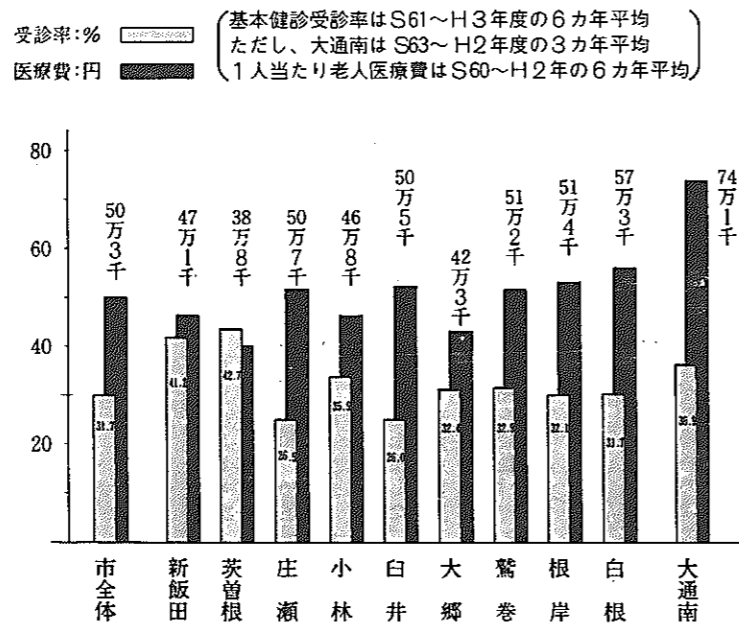
早期発見、早期治療を

早期発見、早期治療は成人病対策の大きなポイントです。健康診査や人間ドックは一日で済みます。自分のためにも家族のためにも、年に一回、そして毎年継続して健康診査を受けましょう。

検診を受けて健康管理

下の図は基本健康診査受診率と、老人医療費(七十歳以上)を比較したものです。受診率の高い地区では老人医療費が安く、逆に低い地区では高くなっています。受診率と老人医療費を比較するのは、壮年期から定期的に検診を受け、診断に従って健康管理を行っていったら、老人になっても健康でいられる確率が高いという理由からです。ですから、数字を見ても検診の大切さが分かります。長生きをしても健康でなければ、自分にとって不幸なことはもちろん、家族にとっても大変な負担になります。検診を年一回は必ず受け、人生八十年を健康に過ごしましょう。

基本健康診査受診率と老人医療の1人当たり医療費



受診率: % (基本健康診査受診率はS61～H3年度の6カ年平均
ただし、大通南はS63～H2年度の3カ年平均)
医療費: 円 (1人当たり老人医療費はS60～H2年の6カ年平均)

人間ドックの経費を助成 40歳以上の人に2万1,000円を

市では、国民健康保険加入者(国保加入者)の健康を守るため、総合健康診断「一日人間ドック」の経費のうち21,000円を助成します。疾病の予防、早期発見と早期治療が求められています。人生80年代に向けて、進んで受診しましょう。

□対象者

市の国保加入者で、満40歳以上の人(昭和28年3月31日以前に生まれた人)。対象者が、受診するまでに国保加入者でなくなった場合は受診できません。

市の契約検診機関で受診する場合

□検診機関

- 白根健生病院 (白根市桜町5・☎372-2191)
- 新潟健康増進センター (新潟市川岸町・☎267-1200)
- 岩室成人病検診センター (岩室村橋本・☎0256-82-4104)

□申し込み

保険証と印鑑を持参し、次の所へ申し込みください。

- 市民生活課保険係 (☎373-2111) (☎207-208)
 - 保健センター (☎373-4300)
 - 各地域生活センター ●上記の検診機関
- 申し込みの際に、希望する受診機関名をお書きください。

□受診の決定

申し込み後、市で受診決定通知書を送付します。指定された日時に人間ドックを受けてください。

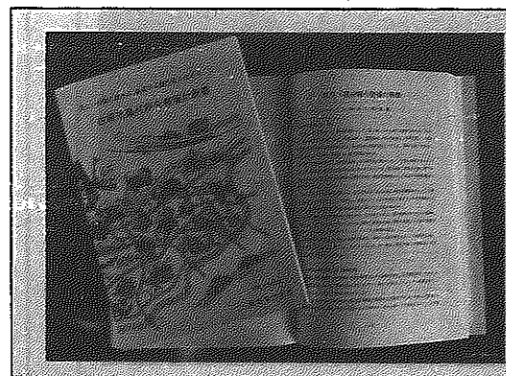
市の契約検診機関以外で受診する場合

希望する検診機関に自分で申し込み、受診してください。受診費用はいったん全額支払い、領収証を市民生活課へ提出。後日助成金を交付します。

□問い合わせ 市民生活課保険係 (☎207-208)

人間ドックで見つかる主な病気

肥満、やせすぎ いらいらな状態 老人性認知症 職業性聴覚障害	腎臓病 糖尿病 高血圧 脂質異常症 尿酸値異常	糖尿病 脂質異常症 尿酸値異常
肺がん、肺結核 気管支炎 気管支拡張症 肺気腫	胃がん、胃ポリープ 胃・十二指腸潰瘍 憩室のう、肝臓、脾臓 膵臓、腎臓の疾患 大腸がん 痔瘻	子宮がん、子宮頸腫 卵巣腫瘍、膣炎等
高血圧 虚血性心臓病 動脈硬化 心臓病 心臓病 心臓病	各種がん アルコール性肝臓病 脂肪肝、肝臓がん 胆道疾患 胆石症、胆のう炎	乳がん 骨密度低下 骨質不良



活の場と生産の場を分離するなど、都市機能の整備充実を図る。
●社会組織と地域運営の構想
地域住民の連帯と協働、参加と合意の基に、安全で快適な環境を確保。

農村総合整備計画 国土庁が承認

昨年度国の選定を受け、作成を進めていた「白根市農村総合整備計画」が一月に国土庁の承認を受けました。同計画は昭和四十九年度に作成し、計画に沿った施設整備を農村総合整備モデル事業で行いましたが、農村の新しいニーズに対応し再度作成したものです。計画の概要は次のとおりで、今年度は実施計画を作成します。

- 農村整備の基本的方向と計画
- ①安全で快適な生活環境づくり：ユニークでゆとりある公園の整備拡充 ②健康で生きがいのある生活の確立：健康管理体制の確立、社会環境の整備とボランティア活動を推進し福祉を充実 ③豊かな人間性と香り高い文化づくり：豊かな知識と人間性が高められる教育文化のまちづくり ④豊かな生活を支える産業の振興：道路網の整備を促進、農村地域と都市地域の調和の取れた総合的な整備
- 産業振興の構想
- 農業の近代化を基調として、国道8号を中心とする区域に内陸工業地帯を形成。併せて市街地の商業機能を充実させる。
- 生活環境整備の構想
- 緑と太陽の恵みを生かし、生