

みなさんの健康づくりのお手伝い

■総合検診 6月4日～11日
 ■胃部検診 6月14日～18日



検診は、あなたがあなたに贈るプレゼント!!

検診はなぜ必要?

検診の役割は、成人病をはじめとする病気を早期に発見し、各自の健康状態をチェックすることにあります。

成人病の引き金となる動脈硬化や高血圧、また糖尿病やがんなどの成人病自体も、初期の段階（その病気の芽が出はじめの頃）ではほとんど自覚症状は現れません。ですから気づいた時にはかなり進行していたり、もう手遅れに…、ということにもなりかねません。

平成4年度の岩室村の死亡別原因をみてみると、三大成人病といわれる、がん・心臓病・脳卒中による人が、死亡者全体（76名）の約七割（53名）を占めています。まだ若さと健康には自信があると思っている人も、生理的に老化の始まる年代（30歳～40歳頃）になったら、すんで検診を受けましょう。



総合検診のご案内

受付	午前の部 (9:00～11:00)	午後の部 (12:30～3:00)
6月4日 (金曜日) 間瀬小学校	間瀬1区・2区 間瀬3区・4区	間瀬5区・6区 間瀬7区
6月7日 (月曜日) 村民体育館	金池・石瀬・久保田 猿ヶ瀬・南谷内	岩室・楳曾・栄
6月8日 (火曜日) 村民体育館	橋本・西長島・北野 西中・白鳥・湯上	夏井・横曾根 西船越・新谷 油島・高畑
6月10日 (木曜日) 村民体育館	原・津雲田 富岡・高橋 和納9区・11区	和納1区・2区 10区・12区・三田
6月11日 (金曜日) 村民体育館	和納3区・4区 和納5区	和納6区・7区 和納8区

●検診結果は、おおむね2ヶ月後にお知らせします。

基本健康診査ではこんなことを

尿検査

○尿病：糖尿病等の発見の手がかりに。
 ○尿たん白、尿潜血：腎臓、膀胱、尿道などの病気の有無を調べます。

身体測定

身長・体重を測り、太りすぎ、やせすぎをみます。太りすぎは成人病の温床。減食と運動を上手に組み合わせて、体重のコントロールをしましょう。

問診

医師が受診者に面接したり、受診者が問診票に記入したりします。次のような事項について尋ねられますので、あらかじめメモなどをしておきましょう。
 ○検診歴：最近、検診を受けたかどうか。
 ○家族の健康状態：家族の病歴、遺伝など。
 ○既往症：今までにかかった病気について
 ○自覚症状：動悸、息切れ、頭痛、せき、たん、めまいなど
 問診は、医師が受診者の健康状態を判断するための重要なデータです。正確にご記入を。

血圧測定

●血圧分類(単位…mm水銀柱)

正常血圧	139 以下	最高血圧
境界高血圧	140 ～ 159	最低血圧
高血圧	160 以上	95 以上
	90 ～ 94	89 以下

血液検査

貧血の有無や肝臓・腎臓、動脈硬化の危険度等を調べます。採血は、静脈で行われます。静脈の出にくい人は採血前に腕を暖めたり、グランドと下げてください。

眼底検査

目に光が入ってくると、角膜と水晶体で屈折して網膜上に像を結びます。この網膜を観察する検査です。
 高血圧、動脈硬化、糖尿病、腎炎等の発見の糸口。

心電図

心臓病の診断には欠かせない検査です。
 心臓の筋肉の異常、不整脈、心臓肥大、冠状動脈硬化の有無がわかります。

※さらに必要な場合は

の異常のあった人を対象に、心電図と眼底検査を行います。

⑤肺がん検診(レントゲン撮影)：四十歳以上の方全員が対象です。
 ⑥肺がん検診(喀たん細胞診)：五十歳以上の方で、問診の結果、たばこの喫煙指数(一日の喫煙本数×喫煙年数)が六百を超える人や、最近六か月以内に血たんの出たことのある人等(希望者)。
 ⑦大腸がん検診：四十歳以上の希望者(検診料は三百円です)。

総合検診の内容

- ①結核検診(レントゲン撮影)：十六歳以上(学生を除く)の人で、年一回のレントゲン撮影をしていない人。
- ②貧血検査：十六歳から二十九歳までの女性(希望者のみ)。
- ③基本健康診査：三十歳以上の希望者全員が受診できます。
- ④循環器検査：基本健康診査で、何らか



定期検診で「こ」としも みんなで健康チェック

病気の予防には、日頃の健康づくりも大切ですが、定期的に健康診断を受けることも欠かせません。そこで村では、みなさんやみなさんの家族が健康で過ごせるようにと、六月四日から十一日の五日間で総合検診を実施します。

平成4年度 受診状況
 2,752人 総合検診の「案内状」を送った30歳以上の人
 2,037人 そのうち、受診した人 (受診率=74.0%)
 1,324人 受診した人のうち、精密検査が必要な人 (受診者の65.0%)

がん検診の種類と内容

- ①胃がん検診(胃X線検査)
 - ①バリウムを飲む…飲みにくいので、一気に飲み込むとよい。
 - ②発泡剤を飲む…ゲップは終わるまでがまんを。
 - ③検査中…からだの力をぬいて、指示に従う。
- ②肺がん検診
 - 胸部X線検査…撮影時は上半身裸で、下着の金具、アクセサリー類なども取りはずす。
 - 喀たん検査…事前に配布される喀たん容器に、3日間連続して朝一番のたんを入れる。
- ③大腸がん検診(便潜血反応検査)
 - 指定の検査紙に便をうすくぬり、消化管からの出血を調べる。この検査は総合検診時と胃部検診時にも行いますので、都合のよい日に受診してください。(検診料は300円)
- ④乳がん検診
 - 視診…医師が受診者の両方の乳房に引きつけやくぼみなどがいないかを観察。
 - 触診…医師が受診者の乳房全体、わきの下のリンパ節、鎖骨上のリンパ節の順に触れ、しこりの有無を調べる。
- ⑤子宮(頸)がん検診
 - 内診…子宮が大きくなっていないか、卵巣がはれていないかなどを診察。
 - 細胞診…子宮がんの発生しやすい部位を綿棒等でとって細胞を調べる。

胃部検診のご案内

検診日	受付時間	検診会場
6月14日 (月曜日)	午前7:30 ～10:00	○石瀬公会堂 ○岩室公会堂
6月15日 (火曜日)	午前7:30 ～10:00	○役場保健センター
6月16日 (水曜日)	午前7:30 ～10:00	○間瀬漁協
6月17日 (木曜日)	午前7:30 ～10:00	○和納区長事務所
6月18日 (金曜日)	午前7:30 ～10:00	○和納区長事務所

●検診料500円は、当日徴収します。