

「特定健診」のお知らせ

雲仙市国保に加入している、40歳以上の方にご案内しています

※年齢は令和6年3月31日現在です

★★特定健診のおすすめポイント！★★

約10,000円の
費用がかかる検査が
「無料」で
受けられます

特定健診で
約20以上の
病気のリスクが
わかります

特定健診は
病気の予防と
医療費の節約に
つながります

★特定健診の受診方法 次の①、②から選んで下さい★

医療機関で
予約して
受診する

①個別健診

- ご自身の都合に合わせて、個別に予約して医療機関で受けることができます。
ご希望の医療機関に直接、電話でお申し込みください。
- 受診できる期間
令和5年5月17日（水）～令和6年2月29日（木）
※12月以降は大変混み合います。ご予約はお早めに！
- 受診できる医療機関は同封の「医療機関一覧」をご覧ください。

市内いずれかの
会場で受診する

②集団健診

- 年間40回、市内10会場で行っています。
事前予約はいりません。
お住いの町以外の会場でも受けることができます。
※胃がん検診・腹部エコー検査を受けない方
⇒「午後健診」なら短時間で健診が受けられます。
※日程に余裕がある前半（5～8月）期間での受診をおすすめします。
- 日程・会場は同封の「集団健診日程一覧」をご覧ください。

★このほか人間ドックも実施します（自己負担あり） 5月31日までに申込みが必要です。

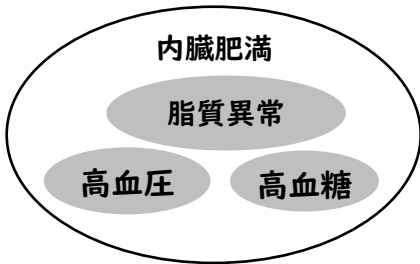
健診を受ける時に持ってくるもの
 受診券（黄色） 健康保険証

お問合せ	○特定健診・・・総合窓口課 電話 0957-38-3111(代表) 0957-47-7806(直通)
	○がん検診・・・健康づくり課 電話 0957-36-2500(代表) 0957-47-7876(直通)

★特定健診について★

まず、はじめに…メタボリックシンドロームってご存じですか？

メタボリックシンドロームとは
体の中がこの状態



生活習慣病になる直前です！

何もせず放置していると
自覚症状が無いまま
脳や心臓、血管が
ダメージを受け続け…

狭心症 脳卒中
心筋梗塞
糖尿病 認知症
肝臓・腎臓 機能低下
などの、
病気のリスクが高まります！

雲仙市国保ではメタボリックシンドロームに着目した
「特定健康診査（特定健診）」を行っています！

1回の特定健診でこれだけの検査ができます。

基本的な項目	既往歴の調査（問診）	服薬歴、喫煙歴等
	身体計測	身長、体重、BMI、腹囲
	血圧測定	最高（収縮期）、最低（拡張期）
	血中脂質検査（採血）	中性脂肪、HDL コレステロール、LDL コレステロール
	肝機能検査（採血）	GOT (AST)、GPT (ALT)、 γ -GTP (γ -GT)
	血糖検査（採血）	血糖値、ヘモグロビンA1c
	尿検査	糖、蛋白、潜血
	腎機能（採血）	血清クレアチニン、eGFR、尿酸
雲仙市独自の追加項目	貧血検査（採血）	赤血球数、ヘモグロビン（血色素量）、ヘマトクリット
	心電図	※65歳～74歳のみ
詳細な項目	心電図	医師が必要と認めたとき等にものみ実施します
	眼底検査	

●健診を受ける時は次のことに気をつけて下さい。

食事について

午前健診…朝食はとらないでください。

午後健診…朝食は（8時までに）軽めにとつて
かまいませんが、昼食はとらないでください。

胃がん検診・腹部エコー検査を受けない方は、
水は飲んでかまいません。

注意

胃がん検診・腹部エコー検査を受ける方は、
がん検診について（4ページ）を必ずご覧ください。

アルコールの摂取や激しい運動は、
特定健診の前日は控えてください。

脱ぎ着のしやすい服装でおいでください。



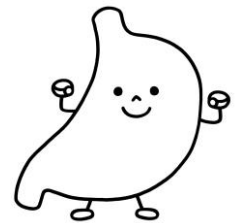
薬の服用について

医師により処方されている薬は、飲んでかまいません。

特に、血圧の薬を飲まないで健診で高くなることが多くあります。

ただし、血糖を下げる薬は、飲んだあとと食事を抜くと低血糖に
なる危険があるので、必ず、事前に主治医に確認してください。

無料 胃がんリスク検査について



血液検査により、「胃の粘膜の萎縮度」と「ピロリ菌感染の有無」を調べ、胃がんになりやすい状態かどうかを ABCD に分類し判定します。

【対象者】

雲仙市国民健康保険に加入している特定健診受診者のうち、年度内に40歳

45歳・50歳・55歳・60歳・65歳・70歳に達する方で、胃がんリスク検査を希望する方

※検査対象者には「胃がんリスク検査」の対象者問診票を同封していますので、ご確認ください。

ただし、以前検査を受けたことがある方は対象外です。

【検査方法】

血液検査（特定健診で採血した血液で検査します。）

【注意】

この検査は、胃がん検査（胃カメラや胃透視）の代わりになるものではありません。

あくまでも胃がんになりやすい状態かどうかを調べる検査です。

この検査で精密検査が必要と判定された方は、医療機関にて保険診療で検査を受けていただき、胃がん予防、早期発見・早期治療につなげてください。

健診のQ&A

Q1 治療中で、毎月病院へ行って検査受けているのに健診が必要？

A：治療と健診は違います！

治療中に行う検査が「メタボリックシンドローム」に着目した内容をすべて含んでいるとは限りません。通院中でも健診は受けられますのでかかりつけ医と相談の上、受診しましょう。

Q2 職場の健康診断を受けたんだけど…？

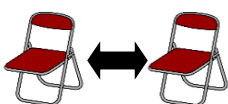
A：職場の健康診断の内容が、特定健診の「基本的な項目」の内容を満たしている場合、その結果を市へ提出すれば、改めて市の特定健診を受ける必要はありません。

（尿潜血、腎機能検査は無くても可）

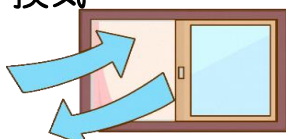
なお、「健康診断の結果票」と「国民健康保険被保険者証」を市役所総合窓口課（③番窓口）またはお近くの総合支所窓口までお持ちいただければ、市指定ゴミ袋（可燃 大）を差し上げます！

集団健診（検診）会場では感染予防対策に取り組んでいます！

密集・密接回避



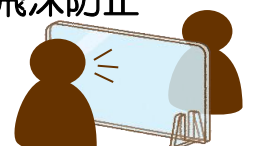
換気



消毒



飛沫防止



○△□各種がん検診について○△□

雲仙市民で対象者に該当すればどなたでも受けることができます

検診・検査の種類		自己負担金 (※70歳以上の方は無料)		対象者 (年齢は令和6年3月31日時点)	
		集団健診	個別健診		
①胃がん健診 (どちらか1回)	胃透視	500円	1,300円	20歳以上 ※当日の血圧が180/110mmHg以上の方は受診できません	
	胃カメラ	無し	1,800円		
②腹部エコー検査		1,300円	1,900円	20歳以上の「5歳刻み」年齢の方 ※対象者には受診券が届きません	
③大腸がん検診		無料	200円	20歳以上	
④結核・肺がん検診		無料	300円	20歳以上	
⑤喀痰検査		300円	300円	該当者のみ実施	
⑥前立腺がん検査		500円	500円	40歳以上(男性のみ)	
⑦肝炎ウイルス検査		無料	実施なし	40歳以上(過去に検査を受けていない方)	
婦人がん (女性のみ)	⑧骨粗しょう症検査	300円	無し	40・45・50・55・60・65・70歳	
	⑨子宮がん	300円	700円	20歳以上	
	⑩乳がん	マンモ	500円	500円	40歳以上
		エコー	無し	400円	20~39歳
※ペースメーカー装着の方、豊胸手術を受けた方、 妊娠中の方、授乳中の方、断乳3ヶ月未満の方、は受診できません					

①胃がん検診・②腹部エコー検査を受ける方へ

- ◎前日夜9時以降は、何も食べないでください。少量の水または湯さましは、検診を受ける2~3時間前までであれば飲んでかまいません。
- ◎当日は、タバコ・ガム・のど飴も控えてください。
- ◎現在、医師により内服薬を処方されている方は、検診を受けることを主治医に伝え、内服について相談しておいてください。また、服用する際は少量の水で内服してください。
- ◎胃がん検診については、次の(1)~(3)いずれかに該当する方は、医療機関にて検診を受けるか、事前に主治医に確認のうえ受診してください。
 - (1)お茶やお水を飲むとき、よくおせる方
 - (2)検査部位の手術をされた方
 - (3)潰瘍性大腸炎やクローン病などの大腸疾患や、糖尿病その他持病がある方

婦人がん検診(⑧骨粗しょう症検査・⑨子宮がん・⑩乳がん検診)を受ける方へ

- ◎婦人がんの集団検診は、特定健診と同日実施および婦人がん独自日程での実施があります。詳しくは、全世帯配布の「けんしん受け方ガイド」や「広報うんぜん」でご確認ください。
- ◎当日の検査着としてご用意願います。
乳がん検診…羽織れるものやバスタオル、子宮がん検診…スカート又はバスタオル