

受けよう！健康診断

今年も特定健康診断・がん検診が始まりました！いつまでも健康に暮らすために、まずは年に一度の健診を受診し、体の状態を把握しましょう。
問い合わせ 健康福祉課健康増進係 ☎25-5686

特定健康診断で体をチェック！

なぜ特定健診を受診する必要があるの？

特定健診とは、メタボリックシンドローム(メタボ)の予防・解消に重点をおいた健診です。「メタボ=太っていること」と勘違いして、自分は太っていないから大丈夫!と書いていませんか?本来メタボとは、**内臓脂肪が原因で高血圧・高血糖・高血中脂質(脂質異常)などが重なっている状態**を指し、見た目は一つの指標に過ぎません。

高血圧・高血糖・高血中脂質などの生活習慣病は、心筋梗塞や脳梗塞などの重篤な疾患につながるリスクが高いにも関わらず、自覚症状がないことがほとんどです。

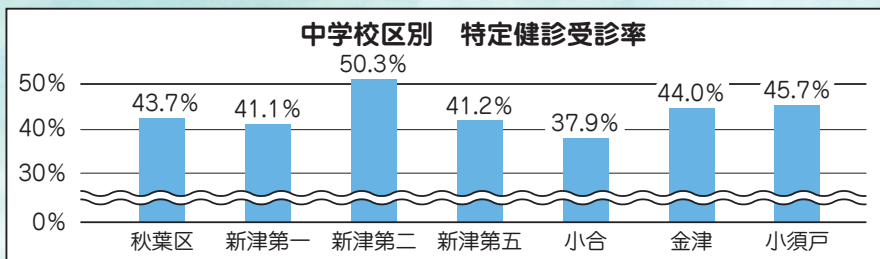
特定健診では、血液検査・尿検査・身体計測・診察などを行い、20以上の病気のリスクがわかります。年に一度の健診を受診し、自分の体の状態を把握して、健康リスクがあれば、早期に改善していくことが大切です。

秋葉区の健診受診者はわずか5人に2人!

秋葉区の特定健診の受診率は年々上昇していますが、新潟市の目標の50%には届いていません。市政世論調査(平成29年)によると、秋葉区は健診を受けなかった理由を「必要な時はいつでも医療機関を受診できるから」「毎年受ける必要性を感じないから」と答えた人の割合が8区の中で最も高いという結果が出ています。

体の異変を感じてからではなく、異変を感じる前の定期的な受診があなたの健康を守ります。

毎年受けることで、自分の体の状態の変化を知ることができます。年に一度の健診受診を習慣化しましょう!



生活習慣病につながるトリプルリスクに注意!

血管の劣化を招く危険因子として知られる高血圧・高血糖・高血中脂質の3つは、**生活習慣病のトリプルリスク**とされます。この3つには「インスリンの働きを悪くする」という共通点があり、さらに、3つのうち1つでも検査の値が悪くなると、連鎖してほかの2つも悪くなることも指摘されています。

秋葉区は、トリプルリスクのひとつである**血糖値が高い人の割合が48.2%と新潟市8区中最高**という結果が出ています。メタボやその先にある重篤な疾患を防ぐためには、血糖の値に加えて、血圧・血中脂質の3つを同時に注目し、ケアしていく必要があります。

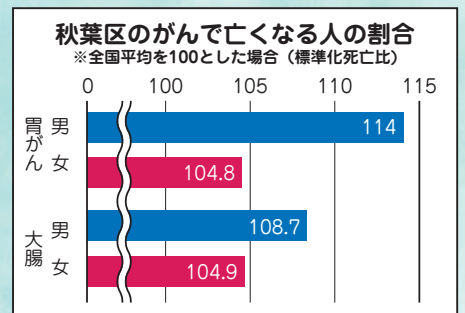


3つのうち
どれか1つでも悪くなると、
他の2つも連鎖して悪くなる
リスクが指摘されています

早めのがん検診が健康を守ります!

日本では2人に1人ががんになり、3人に1人ががんで亡くなっています。また、秋葉区は、胃がん、大腸がんで亡くなる人の割合が、男女ともに全国平均を上回っています。

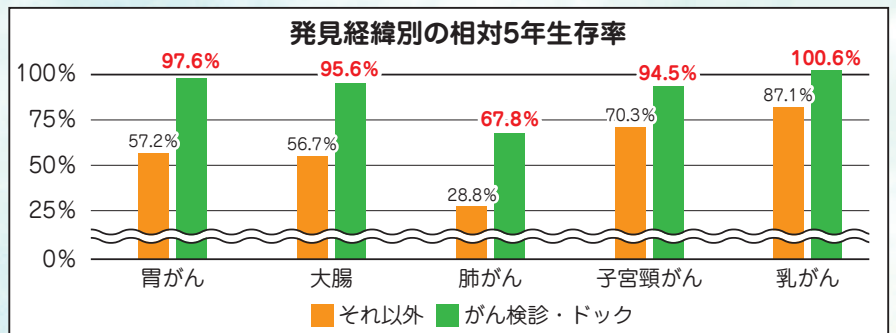
日頃健康だと感じていても、初期のがんは自覚症状のないまま進行するものもあります。しかし、がん検診による早期発見と早期治療で、がんによる死亡リスクを減らすことができます。



新潟県のがん登録 平成29年標準集計

早期発見は、こんなに生存率が高い!

がん検診の段階で早期発見された場合と自覚症状が出てから発見された場合とでは、生存率は大きく異なります。**だから早めのがん検診が大切です!**

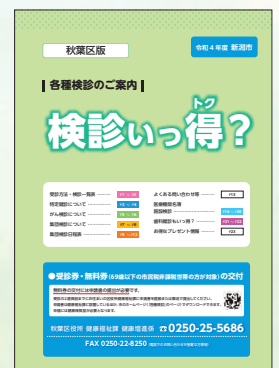
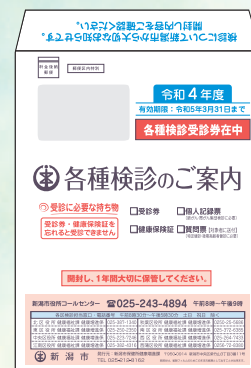


新潟県のがん登録 平成29年標準集計

検診いっ得?で実施日などを確認!

40歳以上の健(検)診対象者にお送りした検診案内冊子「検診いっ得?」に、実施日や会場などが載っています。

特定健診は委託医療機関で受けることができます。直接予約をしてください。



検診会場は、換気や消毒の徹底、予約制など、感染対策を実施しており、安心して受診できます。

今こそ健康診断を習慣に!

