

向き合おう 自分のカラダ 『けんしん』に行こうよ!!

皆さん、『けんしん』を受けていますか？

「私は大丈夫!」との理由で『けんしん』に行かない人がいます。

大切なあなたの体を守るために『けんしん』を受けましょう。

そして今こそ、自分の体と向き合って、健康生活を目指しましょう。



問合先

健康福祉部長寿健康づくり室(あいあい ☎84-3316)

市民文化部保険年金室(☎84-5006)

知っている!?

けんしん けんしん

「健診」と「検診」の違い

「健診」は、健康であるか否かを確認するものです。つまり、その確認をするために、「病気の危険因子」があるか否かを見ていきます。

一方、「検診」は、特定の病気を早期に発見し、早期に治療することを目的としています。例えば、「がん検診」は、検診の代表例として挙げられます。

「けんしん」は
気付きのチャンス!!



生活習慣病の多くは、最初は自覚症状がないため、症状が現れてから医療機関に行った時には病状が進行していることがあります。また、太っていなくても、高血糖や高血圧などの異常が見つかることもあります。



「まさか私が…」
命を守るためのがん検診

「がん」は日本人の死亡原因の第1位で、日本人の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。がんは初期にはほとんど自覚症状がありません。そのため、早期発見のために、定期的に検診を受けることが必要です。



お得な「けんしん」、
受けなきゃ損!

市が行う「けんしん」は、例えば、

▷特定健診(個別健診の場合)は、
健診料約13,000円が、自己負担金1,000円で受けられます。

▷胃がん検診(個別検診の場合)は、
検診料約17,000円が、自己負担金2,000円で受けられます。

とってもお得ですね。また、検診によっては、無料クーポン券もありますので、ぜひ利用してください。

お得な情報が盛りだくさん!!

「健康づくりのてびき」は、がん検診の種類や日程、自己負担金などを詳しく掲載しています。そのほかにも、健康づくりに関する情報が盛りだくさんです。ぜひご活用ください。

※今年は検診の申込方法に一部変更がありますので、
必ず確認してください。



長寿健康づくり室
保健師 嶋津 真依

平成 28 年度

『けんしん』の流れ～受けるまで～

市の検診は、「個別検診」と「集団検診」とのいずれかの方法で受診することができます。

step
1

受ける『けんしん』の種類を決める

→次のページ参照

『けんしん』によって、対象者や自己負担金が異なります。

step
2

受診方法を決める

『けんしん』によって、受け方や受ける場所が異なります。



step
3

予約をして『けんしん』を受ける

今年度から、がん検診や特定健康診査の集団検診、脳ドックは、「申込みはがき」による申込方法に変更となりました。

詳しくは、
「健康づくりのてびき」で
確認してください。



『けんしん』 Q&A

Q 人間ドックを受けるけど、特定健診も受ける必要がありますか？

A どちらかを受診してください。
市の実施する特定健診とがん検診を併せて受診すると、人間ドックとほぼ同様の検査内容となります。ただし、人間ドックでは、腹部超音波検査、直腸指診も受けられます。また、実施医療機関や負担金の違いがあります。

Q 脳ドックは誰でも受診できますか？

A 市が実施する脳ドックは、40歳以上の亀山市国民健康保険および後期高齢者医療制度加入者の人を対象としています。
※心臓ペースメーカーを装着している人、入れ歯や人工関節(金属)を体内に装着している人、閉所恐怖症の人などは、検査を受けられない場合があります。



Q 昨年、がん検診を受けて「異常なし」と言われましたが、今年も受診しないといけませんか？

A 自覚症状がなくても、年に1回は検診を定期的に受診してください。
がんの種類によっては進行が早いものがあります。前回の検診で異常がなくても安心できない場合があります。
健康を過信するより、検診を受診して安心しましょう。

Q がん検診で精密検査が必要と判定されました。受けないといけませんか？

A がん検診で精密検査が必要と判定されるのは、「がんの疑いを含め、異常(病気)がありそう」と判断されたからです。その原因について、より詳しい検査を行い、本当に異常があるかどうかを調べる必要があります。症状がない、健康だからといった理由で精密検査を受けないと、がん検診で見つかるはずのがんを放置してしまうことになります。



市で行う『けんしん』

がん検診

(※1)・年齢は平成29年4月1日時点

・市内に住民登録がある人で、加入健康保険に関わらず検診を受ける機会がない人

検診内容		対象者(※1)	自己負担金		実施時期	申込方法
胃がん 検診	X線検査 または内視鏡検査 (個別検診のみ)	40 歳以上	個別検診	2,000 円	個別検診 6月～1月	個別検診 実施医療機関へ直接 お申し込みください。
			集団検診	800 円		
			70 歳以上	300 円		
肺がん 検診	胸部X線検査 および喀痰検査 (必要者のみ)	40 歳以上	個別検診	500 円	集団検診 女性のための検診 (乳がん・子宮がん) 6月～3月の 指定日	集団検診 必要事項を記入の上、 「申込みはがき」で お申し込みください。 女性のための検診 (乳がん・子宮がん) 申込締切日 5月31日(火) (当日消印有効) がん総合検診 (胃がん・肺がん・ 大腸がん・前立腺 がん) 申込締切日 7月5日(火) (当日消印有効)
			＋喀痰検査	1,000 円		
			集団検診	400 円		
			＋喀痰検査	800 円		
			70 歳以上	300 円		
＋喀痰検査	600 円					
大腸がん 検診	便潜血検査2日法	40 歳以上	個別検診	400 円	がん総合検診 (胃がん・肺がん・ 大腸がん・前立腺 がん) 7月～11 月の 指定日	
			集団検診	400 円		
			70 歳以上	300 円		
前立腺がん 検診	血液検査 (PSA検査)	50 歳以上 (男性)	個別検診	900 円		
			集団検診	400 円		
			70 歳以上	300 円		
子宮がん 検診	子宮頸部の細胞診・ 子宮体部の細胞診 (個別検診のみ)	20 歳以上 (女性)	個別検診	800 円		
			＋子宮体部	1,600 円		
			集団検診	800 円		
			70 歳以上	300 円		
			＋子宮体部	600 円		
乳がん 検診	マンモグラフィ検査 または超音波検査	30 歳以上 (女性)	個別検診	2,000 円		
			集団検診	800 円		
			70 歳以上	300 円		





その他の検診①

(※2)・年齢は平成29年4月1日時点

・市内に住民登録がある人で、加入健康保険に関わらず検診を受ける機会がない人

検診内容		対象者(※2)	自己負担金	実施時期	申込方法
肝炎ウイルス検診	B型・C型肝炎 ウイルス検査 (血液検査)	40歳以上 (過去に肝炎 ウイルス検査 を受けたこと のない人)	個別検診 1,100円～1,700円	個別検診 6月～1月	個別検診 実施医療機関へ直接 お申し込みください。 集団検診 必要事項を記入の上、 「申込みはがき」で お申し込みください。 がん総合検診 申込締切日 7月5日(火) (当日消印有効)
			集団検診 600円		
			70歳以上 300円		
			40・45・50・55・60・65歳 (受診歴のない人) 無料		
骨粗しょう症検診	骨密度検査	40・45・50・ 55・60・65・ 70歳女性	個別検診 400円	個別検診 6月～1月	個別検診 実施医療機関へ直接 お申し込みください。 集団検診 長寿健康づくり室へ 電話または直接お申 し込みください。 8月16日(火)～
			集団検診 400円		
			70歳 300円		
歯周病検診	歯周疾患検診・ 保健指導	30・40・50・ 60・70歳	無料	7月～1月	実施医療機関へ直接 お申し込みください。



その他の検診②

(※3)・年齢は平成28年4月1日時点

・亀山市国民健康保険加入者以外の方は、ご加入の医療保険にご確認ください。

検診内容	対象者(※3)	自己負担金	実施時期	申込方法
特定健康 診査	40歳以上の 亀山市国民 健康保険 加入者	個別健診 1,000円 (市民税非課税世帯 は上記の半額) 集団健診 600円 (市民税非課税世帯 は上記の半額)	個別健診 7月～11月 集団健診 がん総合検診 7月～11月の 指定日	個別健診 実施医療機関へ直接 お申し込みください。 集団健診 必要事項を記入の上、 「申込みはがき」で お申し込みください。 申込締切日 7月5日(火) (当日消印有効)
	後期高齢者 医療保険 加入者	個別健診 500円 (市民税非課税世帯 は200円) 集団健診 500円 (市民税非課税世帯 は200円)		
一日人間 ドック	30歳以上の 亀山市国民 健康保険加 入者および 後期高齢者 医療保険 加入者	8,000円	8月～11月	保険年金室へ直接 お申し込みください。 申込開始日 7月6日(水) ※詳しくは、「健康づく りのてびき」をご覧 ください。
脳ドック	40歳以上の 亀山市国民 健康保険加 入者および 後期高齢者 医療保険 加入者	7,000円 ※平成28年度から 個人負担金が、 6,000円から 7,000円に 変更となります。 ※受診時に市立医療 センター窓口で 支払う方法に 変更となります。	8月～2月	必要事項を記入の上、 「申込みはがき」で お申し込みください。 申込締切日 5月20日(金) (当日消印有効) ※詳しくは、「健康づく りのてびき」をご覧 ください。



ご注意ください！

がん検診や特定健康診査の
集団検診、脳ドックは、
「申込みはがき」による
申込方法に変更となりました。
※詳しくは、「健康づくりのてびき」
をご確認ください。