

集団健診の内容

項目・内容	対 象	自己負担額
①特定健診 【基本項目】 体重・身長・腹囲測定、血圧測定、尿検査(糖・蛋白)、血液検査(善玉コレステロール・悪玉コレステロール・中性脂肪・肝機能・ヘモグロビン A1c※ ¹ ・尿酸※ ²) 【詳細項目】 心電図検査、眼底検査、血液検査(貧血・クレアチニン※ ³) ※今年度から、クレアチニン検査(40歳以上の方が対象)が加わりました。	・ 30~39歳	【基本項目】のみ=1,300円
	・ 国民健康保険または社会保険加入の方	
	・ 40歳以上	【基本項目】+【詳細項目】 =1,800円
	・ 国民健康保険加入の方	
	・ 後期高齢者医療保険加入の方	【基本項目】+【詳細項目】 =500円
	・ 40歳以上	「受診券」のある方 1,000円~3,125円
	・ 社会保険加入の方	
	※詳しくは加入の健康保険組合にお問い合わせください。 ※加入の健保から「受診券」を取り寄せてください。	「受診券」のない方 (全額自費受診) 【基本項目】=6,825円
②胸部検診 (胸部レントゲン間接撮影)	・ 16~39歳	300円
	・ 40歳以上	500円
③胃がん検診 (胃部バリウムレントゲン直接撮影)	・ 40歳以上	1,500円
		600円
④大腸がん検診 (便潜血検査…2日分の便を提出)	・ 40歳以上	600円
⑤前立腺がん検診 (血液検査…PSA 腫瘍マーカー検査)	・ 50歳以上男性	2,300円
⑥肝炎検査 (血液検査…B型・C型ウイルス検査)	・ 40歳以上 ・ 初回受診者	無料



今年度も左記の体制で集団健診を実施します。ぜひ、年に1回の受診をして健康管理に努めましょう。

集団健診を受けましょう!

特定健診を受けましょう

年に1回血液検査は受けていますか? ご自身の血液の状態を知ることは、健康管理への第一歩です。特に、検査値で注目するものが「ヘモグロビン A1c、尿酸、クレアチニン」の3つです。

※1 ヘモグロビン A1c

糖尿病の指標です。糖尿病は、自覚症状がなく進行してしまい、最後は透析や足の切断、失明にまで陥ることもあります。空腹時血糖値よりも食事に左右されないため、安定した検査値が得られます。糖尿病になる傾向はあるか、予備軍かまたはすでに糖尿病かが判断できます。

※2 尿酸

尿酸は、プリン体という細胞成分から分解された老廃物です。この排出がうまくいかず、尿酸が血液中に多くなると結晶化して細かいガラス片のようになり、足の痛み(痛風の発作)を引き起こします。プリン体を多く含む食品の取り過ぎが主な原因です。最近、若い方にも増えています。ぜひ、健診で値を知って予防しましょう。

※3 クレアチニン

平成24年度に新たに加わった検査項目(40歳以上の方が対象)で、主に腎臓の機能を見る指標です。慢性腎臓病(CKD)は、自覚症状がなく進行してしまい、いったん悪くなった腎臓は元に戻すことができません。最終的には、透析治療が必要となりますので、早期発見が重要です。あなたの腎臓は100%のうち何%正常に機能しているか確認しましょう。

申し込み方法

- すでに「受診券」が届いている方は、申し込み不要です。受診券の日程は自由に変更できます。
- 新規に受診する方は、希望する項目、日程、受付時間を決めて、電話または市保健センター窓口でお申し込みください。受診券の郵送には約1週間掛かります。早めのお申し込みをお願いします。

健 診 日 程		場 所
6月	8日(金)・9日(土)・11日(月)・12日(火)	市保健センター
	25日(月)・26日(火)・27日(水)	三日月橋生涯学習センター
8月	22日(水)・23日(木)※・24日(金)・27日(月)※・28日(火)	市保健センター
	29日(水)	奥野生涯学習センター
10月	23日(火)・24日(水)・25日(木)※・26日(金)※・27日(土)※	市保健センター
12月	5日(水)※・6日(木)※・7日(金)・9日(日)※・10日(月)・11日(火)	市保健センター
H25年2月	1日(金)・2日(土)・3日(日)・4日(月)受付時間②～④。	市保健センター

受付時間

- ①午前7：00～7：30
 - ②午前8：00～8：30
 - ③午前9：00～9：30
 - ④午前10：00～10：30
- (2月は、②・③・④の受付時間になります)

上記※印の日は、「集団ミニドック」を実施(40歳以上の方、70人限定、要予約)

集団健診の項目①～④を受診される40歳以上の方70人に限り、当日腹部超音波(エコー)検査を1,300円で追加してセット受診ができます。事前予約が必要ですので、受診券に同封されている「集団ミニドック」の案内チラシを参照して往復はがきでお申し込みください。6月の受け付けは終了しましたが、8月の「集団ミニドック」は7月25日(水)到着分まで受け付けを延長しています。10月・12月分は9月21日(金)まで受け付けします。

留意点

- 予約制ではありません。事前に「集団受診券」があれば、日程や受付時間は上記の実施日内で自由に変更できます。受診人数は、毎回300人を予定しています。待ち時間は日によって異なりますが、平均2時間～2時間30分は掛かります。
- 検査結果は、約40日かかります。結果内容により、郵送、訪問、来所による手渡しのいずれかになります。検査結果を正式な「健康診断書」にすることはできません。



その他

●朝市の実施&出店者募集

集団健診日の午前8時から健診会場では、市内商工会などのご協力を得て、お弁当、ケーキ、惣菜パン、蒸しパン、クッキーなどの販売をしています。ぜひ、健診終了後にお立ち寄りください。出店者の募集もしています。特にヘルシー弁当などを販売していただけるお店大歓迎です!

健診を受けて、今年も元気に笑顔の多い1年になりますように! 皆様のお越しをお待ちしています。

健診についてご相談のある方は、保健師までお気軽にどうぞ。

☆2012年度の特典☆
特定健診を受けると、ぼくの
エコバッグがもらえるよ



牛久市特定健診
イメージキャラクター
メタ坊くん

申・問 健康管理課 ☎内線1742～1744(平日の午前8時30分～午後5時15分)