

平成31年度



健康状態を確認するため

まちぐるみ健診を受けましょう！

Q 健康には自信があるので、
健診は受けなくても大丈夫？

健診は、1時間程で
受けられます。
ぜひ受診しましょう！

A 生活習慣病は、自覚症状がないまま進行します。
年に1回は特定健診やがん検診を受けて、健康状態を
確認しましょう。



●●● 特定健診(基本健診)ではこんなことを調べます ●●●

体 格

身長・体重・腹囲(～74歳まで)
を測ります。
肥満の有無、腹囲で内臓脂肪
の蓄積を確認します。

血 圧

血圧を測ります。
血液の流れによって血管にかかる圧力を示
します。血圧が高い状態が続くと血管に影
響を及ぼします。

肝機能

AST・ALT・ γ -GT
肝臓などの状態を調べます。
肝臓は「沈黙の臓器」と呼ば
れ、症状が現れにくいです。



糖尿病

血糖・尿糖・HbA1c
糖尿病の有無を調べます。
HbA1cは、過去1～3か月の
血糖値の平均値です。生活
習慣の確認に役立ちます。

脂 質

HDLコレステロール
LDLコレステロール
中性脂肪
動脈硬化性の病気の危険性を調べます。

腎臓等

尿糖・尿蛋白・尿潜血、
尿酸、血清クレアチニン、eGFR濾過量、
腎臓の状態を調べます。



●●● 健診後、健診結果説明会・セミナーを開催しています ●●●

健診を受けていただいた方を対象に、健診結果説明会・はつらつ健康アップセミナーを開催しています。
詳しくは、まちぐるみ健診当日に保健師がお知らせします。

健診結果をじっくりとみて、健康状態と一緒に確認し、生活習慣病予防に活かしましょう。
また、健診結果で異常が認められたら、必ず医療機関を受診しましょう。

★平成31年度 各検診の対象年齢早見表★

子宮頸がん検診

子宮頸がん検診は、指定医療機関で受けることができます。

対象者その1

20歳以上の市民で偶数年齢の女性

※2年に1回の補助が受けられ、自己負担額は1,200円です。
(ただし、明石市医療機関で受診される場合、自己負担額は1,400円です)
※偶数年齢とは健診受診日の年齢ではなく、
2020年3月31日現在の年齢です。

対象者その2

平成31年度無料クーポン券対象者

(以下の方が無料で受けられます)

平成10年4月2日～平成11年4月1日生まれ
平成5年4月2日～平成6年4月1日生まれ
昭和63年4月2日～平成元年4月1日生まれ
昭和58年4月2日～昭和59年4月1日生まれ
昭和53年4月2日～昭和54年4月1日生まれ

子宮頸がんは、
ヒトパピローマ
ウイルス(HPV)の
感染が関与しており、
20歳以上で発症の
リスクがあります。
20歳過ぎたら
検診を!



乳がん検診

乳がん検診は、マンモグラフィーと視触診で検査します。
3つの指定医療機関で受けることができます。
検診で早期発見を心がけましょう。

対象者その1

40歳以上の市民で偶数年齢の女性

※2年に1回の補助が受けられ、自己負担額は2,000円です。
※偶数年齢とは健診受診日の年齢ではなく、
2020年3月31日現在の年齢です。

対象者その2

平成31年度無料クーポン券対象者

(以下の方が無料で受けられます)

昭和53年4月2日～昭和54年4月1日生まれ
昭和48年4月2日～昭和49年4月1日生まれ
昭和43年4月2日～昭和44年4月1日生まれ
昭和38年4月2日～昭和39年4月1日生まれ
昭和33年4月2日～昭和34年4月1日生まれ



肝炎ウイルス検診

肝炎ウイルス検診は、血液検査で、B型肝炎ウイルス・
C型肝炎ウイルスに感染していないかを調べます。

対象者その1

40歳以上の市民の方

(2020年3月31日現在)
※自己負担額は800円です。

対象者その2

平成31年度無料クーポン券対象者

(以下の方が無料で受けられます)

昭和53年4月2日～昭和54年4月1日生まれ
昭和48年4月2日～昭和49年4月1日生まれ
昭和43年4月2日～昭和44年4月1日生まれ
昭和38年4月2日～昭和39年4月1日生まれ
昭和33年4月2日～昭和34年4月1日生まれ

胃ABC検診

胃ABC検診は、血液検査で、ピロリ菌検査及び胃の健康度を調べます。
(※ピロリ菌除菌中・除菌後の方は正しい検査結果が得られないため対象外となります。)

対象者その1

19歳以上の市民の方

(2020年3月31日現在)
※自己負担額は2,000円です。

対象者その2

平成31年度無料クーポン券対象者

(以下の方が無料で受けられます)

昭和54年4月2日～昭和55年4月1日生まれ

昨年度より
無料で受けられる対象が増えました。
この機会にぜひ受診しましょう!



大腸がん検診

大腸がん検診は、便潜血検査で、
便に血が混じっていないかを調べます。

対象者その1

40歳以上の市民の方

(2020年3月31日現在)
※自己負担額は500円です。

対象者その2

平成31年度無料クーポン券対象者

(以下の方が無料で受けられます)

昭和54年4月2日～昭和55年4月1日生まれ
昭和53年4月2日～昭和54年4月1日生まれ
昭和48年4月2日～昭和49年4月1日生まれ
昭和43年4月2日～昭和44年4月1日生まれ
昭和38年4月2日～昭和39年4月1日生まれ
昭和33年4月2日～昭和34年4月1日生まれ

大腸がん検診は、
自宅で2日に分けて
便を採取します。
まちぐるみ健診当日は、
便の提出と
問診が必要です。
事前にお申し込み
ください。



まちぐるみ健診では、特定健診(基本健診)と
同時に各がん検診を受診できます。
健康状態確認のため、
是非がん検診を受けましょう!



※各検診の無料クーポン券は、対象者の方へ5月に個別通知します。

●●●● 特定健診以外の健診はこんなことを調べます ●●●●

胸部検診

胸をX線で撮影し、結核・肺がん・肺炎・アスベスト関連疾患など肺と気管支の疾患を調べます。

【対象】19歳以上

【料金】無料

胃部検診

バリウムを飲んで胃をX線で撮影し、胃かいよう・胃がん・胃炎などを調べます。

※誤嚥の可能性が高いなど、検査を受けることによる危険のある方は、検査を受けられない場合があります。

【対象】40歳以上 【料金】1,500円

大腸がん検診

2日間の便をとり、便に血液が混じっていないかを調べます。

【対象】40歳以上

【料金】500円

健康診断

前立腺がん検診

血液検査です。血液中のPSA(前立腺特異抗原)を検査し、前立腺の疾患の可能性を調べます。

【対象】50歳以上の男性

【料金】1,000円

骨粗しょう症検診

足のかかると超音波をあてて測定します。骨の強さを測定し、骨粗しょう症を調べます。

【対象】40歳以上の女性

【料金】500円



肝炎ウイルス検診

血液検査でB型肝炎ウイルス、C型肝炎ウイルスに感染していないかを調べます。

【対象】40歳以上

【料金】800円

歯科健康診査

歯科医師による口腔内のチェック(歯周疾患、顎関節、口腔粘膜)
歯科衛生士の個別指導もあり、丁寧なアドバイスを受けられます。

【対象】19歳以上

【料金】300円

後期高齢者医療制度加入者は無料

歯ブラシ・
歯間ブラシを
プレゼント



胃ABC検診

血液検査で胃の健康度を調べます。
ヘリコバクター・ピロリ抗体検査とペプシノゲン検査をします。

【対象】19歳以上

【料金】2,000円

※ピロリ菌除菌中・除菌後の方は正しい検査結果が得られないため対象外となります。

特定健診(基本健診)以外の健診(がん検診等)は、保険証の種類に関係なく、市民の方が対象年齢に該当すれば受診することができます。

くわしくは、同封の案内をご覧ください。

【お問い合わせ先】淡路市役所 健康増進課 ☎0799-64-2541 (課直通)