



# 健診から健康づくりを はじめましょ

今年も健診の時期になりましたが、みなさんは健診を定期的な受けられていますか？健診には次のような効果があります。

### 効果1

早期発見により病気は軽いうちに治療できる

### 効果2

生活や仕事からくるストレスや負担が自分の健康にどのような影響を与えているかを知ることが出来る

### 効果3

自分の健康状態を把握できるので健康度に応じて生活習慣を改善していただける

よりよい生活を送るためにもぜひ健診は年に一度は受けましょ。



## 女性のみなさんへ

食生活の欧米化や女性をとりまく環境の変化などの

影響で、女性特有のがんが増えています。子宮頸がんは発症年齢の低下が進んでいますし、女性にとってもっとも多いがんは胃がんでしたが、ここ10年で逆転し、乳がんが1位となり罹患率は今も上昇している傾向にあります。

町の健診では18歳以上の方ならどなたでも受けることができます。乳がんや子宮がんは初期の段階ではなかなか症状が分かりにくいのでこの機会に健診を受けてましょ。

## 胃がん検診の『ペプシノーゲン検査』…ってどんな検査？

血液中のペプシノーゲンという物質を測定して胃粘膜の萎縮の度合を調べて診断する検査です。

腫瘍マーカー検査ではなく、推測検査となり、胃炎や胃潰瘍などで胃の粘膜が弱っている方にも反応する検査になります。

絶食やバリウムを飲むことが困難な方を対象としています。一般的なバリウム検査を勧めています。

(健康課)

健診の申込みは  
お早めに

健診受診を希望される方は所定の用紙(基本健康診査・各がん検診のご案内)に必要事項を記入し、郵送あるいは役場1階の正面受付・中央地域健康センター・西部地域健康センター・中央ふれあい館・各公民館にある指定のボックスにお申込みください。

健診等の詳細については、健康課までお問合せください。

問合せ先 健康課

TEL 855-1755

申込締切

6月30日(水)必着

※「健診の日程」は、次ページの表をご覧ください。