

令和3年度版

大仙市 健診ガイド

～大事なお知らせ～

① 電話による予約が必要な検診があります

胃がん検診、乳がん検診、子宮頸がん検診・婦人科超音波検診、骨粗鬆症検診は電話による予約が必要です。詳しくは3ページをご確認ください。

② 子宮頸がん検診・婦人科超音波検診を医療機関で受診できる年齢を拡大します

詳しくは4ページをご確認ください。

③ 令和2年度から肝炎ウイルス検診の対象年齢が変わりました

対象の方には個別通知を送付いたします。ご確認ください。

○ 皆さまへのお願い	1
○ 健診（検診）対象年齢早見表	2
○ 検診予約方法	3
○ 健診（検診）の種類・料金等一覧	5
○ 健診（検診）無料対象者・当日の持ち物	6
○ がん検診お得情報	7
○ 特定健診・後期高齢者健診等について	8～12
○ 血清アルブミン検査のお知らせ	13
○ 各種がん検診について	14～18
○ 「要精密検査」になった場合	19～20
○ 健康手帳の活用	21

注意！！

新型コロナウイルス感染症の拡大や災害等により、健診（検診）が中止になる場合があります。その際は、「大仙市ホームページ」や「広報だいせん日和」等でお知らせいたしますので、ご確認ください。

大仙市	成人健診	検索
-----	------	----



皆さまへのお願い

新型コロナウイルス感染防止対策として、大仙市では健診（検診）を受診される皆さまに以下の事項をお願いしています。

- ・ 健診（検診）中は、各自 マスクの着用をお願いします。
- ・ 健診（検診）施設への入館（室）時、退館（室）時は、手指消毒にご協力をお願いします。
- ・ 受付時間を守り、密集・密接を防ぐことにご協力をお願いします。
- ・ 予約していた日程で都合が悪くなった場合は、お住まいの地域の健康増進センターまでご連絡ください。
- ・ 体調のすぐれない方は受診をお控えください。

ご理解、ご協力いただきますようお願いいたします。

令和3年度 健診(検診)対象年齢早見表(年齢は令和4年4月1日現在です)

※○又は●の付いている健診(検診)を受けられます。●はいずれか片方のみ受診可能です。

令和4年4月1日時点の年齢

生年月日範囲	年齢	特定	後期	肺がん 大腸がん	胃がん	男性のみ	女性のみ				(大仙市)	
						前立腺 がん	子宮 (個別)	子宮 (集団)	乳	骨粗	血液	肝炎
H4.4.2 ~ H14.4.1	20~29						●	●				
H3.4.2 ~ H4.4.1	30						●	●			○	
S62.4.2 ~ H3.4.1	31~34						●	●				
S61.4.2 ~ S62.4.1	35						●	●			○	
S57.4.2 ~ S61.4.1	36~39						●	●				
S56.4.2 ~ S57.4.1	40	大仙市国民健康保険にご加入の方		○	○		●	●	○	○		○
S55.4.2 ~ S56.4.1	41			○	○							
S54.4.2 ~ S55.4.1	42			○	○		●	●	○			
S53.4.2 ~ S54.4.1	43			○	○							
S52.4.2 ~ S53.4.1	44			○	○		●	●	○			
S51.4.2 ~ S52.4.1	45			○	○					○		○(未検査者)
S50.4.2 ~ S51.4.1	46			○	○		●	●	○			
S49.4.2 ~ S50.4.1	47			○	○							
S48.4.2 ~ S49.4.1	48			○	○		●	●	○			
S47.4.2 ~ S48.4.1	49			○	○							
S46.4.2 ~ S47.4.1	50			○	○	○	●	●	○	○		○(未検査者)
S45.4.2 ~ S46.4.1	51			○	○	○						
S44.4.2 ~ S45.4.1	52			○	○	○	●	●	○			
S43.4.2 ~ S44.4.1	53			○	○	○						
S42.4.2 ~ S43.4.1	54			○	○	○	●	●	○			
S41.4.2 ~ S42.4.1	55			○	○	○				○		○(未検査者)
S40.4.2 ~ S41.4.1	56			○	○	○	●	●	○			
S39.4.2 ~ S40.4.1	57			○	○	○						
S38.4.2 ~ S39.4.1	58			○	○	○	●	●	○			
S37.4.2 ~ S38.4.1	59			○	○	○						
S36.4.2 ~ S37.4.1	60			○	○	○	●	●	○	○		○(未検査者)
S35.4.2 ~ S36.4.1	61			○	○	○						
S34.4.2 ~ S35.4.1	62			○	○	○		○	○			
S33.4.2 ~ S34.4.1	63			○	○	○						
S32.4.2 ~ S33.4.1	64			○	○	○		○	○			
S31.4.2 ~ S32.4.1	65			○	○	○				○		○(未検査者)
S30.4.2 ~ S31.4.1	66	後期高齢者医療保険にご加入の方		○	○	○		○	○			
S29.4.2 ~ S30.4.1	67			○	○	○						
S28.4.2 ~ S29.4.1	68			○	○	○		○	○			
S27.4.2 ~ S28.4.1	69			○	○	○						
S26.4.2 ~ S27.4.1	70			○	○	○		○	○	○		○(未検査者)
S25.4.2 ~ S26.4.1	71			○	○	○						
S24.4.2 ~ S25.4.1	72			○	○	○		○	○			
S23.4.2 ~ S24.4.1	73			○	○	○						
S22.4.2 ~ S23.4.1	74			○	○	○		○	○			
S21.4.2 ~ S22.4.1	75			○	○	○						○(未検査者)
S21.4.1以前に生まれた方	76以上			○	○	○		偶数年齢	偶数年齢			80,85,90歳の未検査者

胃がん検診・乳がん検診・子宮がん検診・骨粗鬆症検診

【検診予約方法】

胃がん検診・乳がん検診・子宮がん検診・骨粗鬆症検診 は「**完全予約制**」です。

令和3年度各種健(検)診受診券(ピンクまたは黄緑の用紙)「このたび、あなたが受ける健(検)診です」の欄に、胃がん検診・乳がん検診・子宮がん検診・骨粗鬆症検診の印字がある方は、別紙の日程表で受診される検診の日時と会場を確認し、電話で申し込みをしてください。

(※子宮がん検診…子宮頸がん検診・婦人科超音波検診)

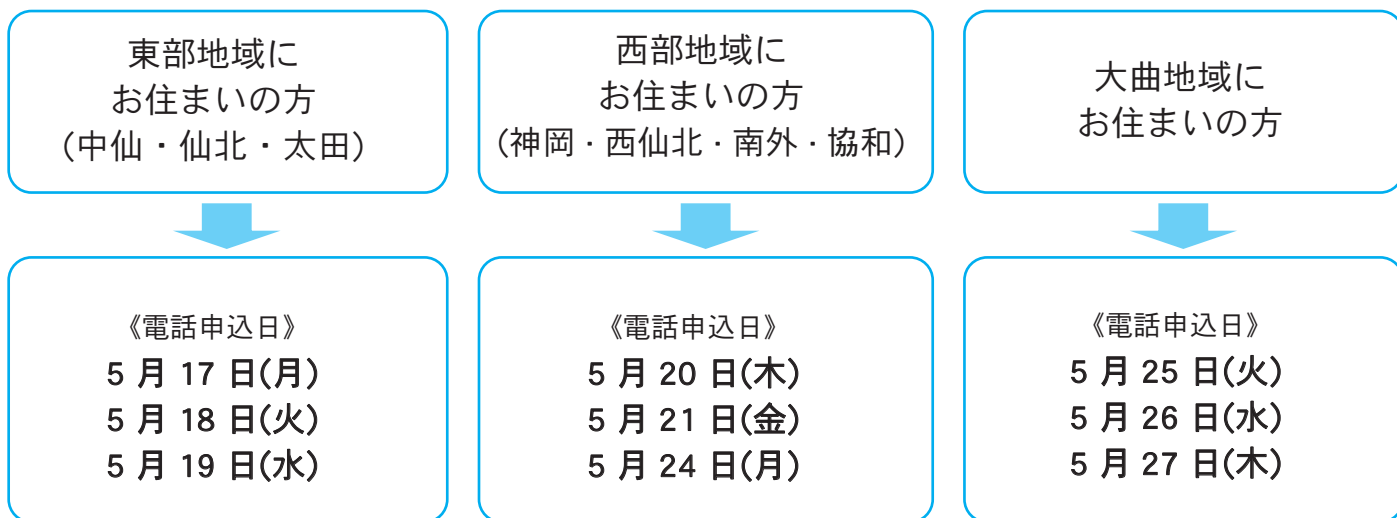
・電話番号：**080-1685-9522**・**080-1685-9523**

※申込み専用電話ですので、受付日時以外はつながりません。

・申込受付時間：午前9時～午後4時

お住まいの地域によって電話申込日を設定しています。

受診券(ピンクまたは黄緑の用紙)をお手元に準備し、下記の決められた日時に申し込みをしてください。



※電話がつかない場合は時間をおいて再度おかけ直してください。

※決められた日に申し込みができない場合や、お住まいの地域以外の日程・会場での受診を希望される場合は、5月28日以降にお住まいの地域の健康増進センターまでご連絡ください。

※予約していた日程で都合が悪くなった場合は、お住まいの地域の健康増進センターまでご連絡ください。

【電話予約が必要な検診の種類および対象年齢】

健診(検診)の種類	対象者 (R4年4月1日現在の年齢)
胃がん検診	40歳以上
乳がん検診	40歳以上偶数年齢の女性
子宮がん検診 (子宮頸がん検診・婦人科超音波検診)	20～40歳の女性
	40歳以上偶数年齢の女性
骨粗鬆症検診	40・45・50・55・60・65・70歳の女性

令和 3 年度から

42～60歳の偶数年齢の女性の皆様へ

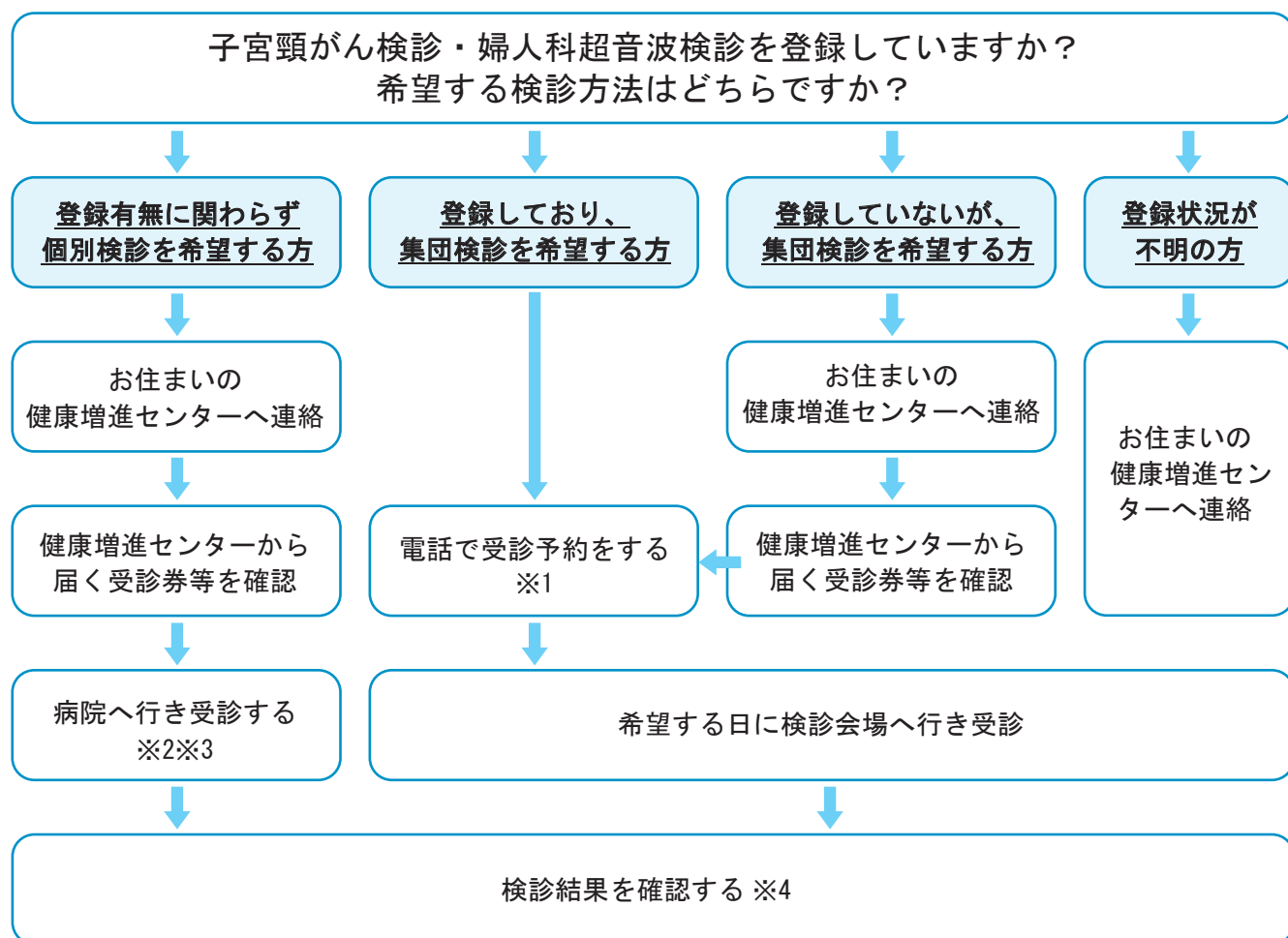
子宮頸がん検診・婦人科超音波検診が

医療機関で受けられます！！

令和 3 年度から、子宮頸がん検診・婦人科超音波検診の受診方法が変わります。従来の集団検診方式の他、医療機関で受診できる個別検診方式を新たに導入します。今年度の対象年齢は次のとおりです。

年齢	生年月日	年齢	生年月日
42	昭和 54 年 4 月 2 日～昭和 55 年 4 月 1 日	52	昭和 44 年 4 月 2 日～昭和 45 年 4 月 1 日
44	昭和 52 年 4 月 2 日～昭和 53 年 4 月 1 日	54	昭和 42 年 4 月 2 日～昭和 43 年 4 月 1 日
46	昭和 50 年 4 月 2 日～昭和 51 年 4 月 1 日	56	昭和 40 年 4 月 2 日～昭和 41 年 4 月 1 日
48	昭和 48 年 4 月 2 日～昭和 49 年 4 月 1 日	58	昭和 38 年 4 月 2 日～昭和 39 年 4 月 1 日
50	昭和 46 年 4 月 2 日～昭和 47 年 4 月 1 日	60	昭和 36 年 4 月 2 日～昭和 37 年 4 月 1 日

子宮頸がん検診・婦人科超音波検診の受診を希望する場合



※1：令和 3 年度の子宮頸がん検診・婦人科超音波検診は、完全予約制（電話による事前予約）となっております。詳細につきましては、3 ページをご覧ください。

※2：医療機関での受診には、「42 から 60 歳子宮頸がん検診(医療機関方式)受診券」の持参が必要です。受診券がお手元に届いてから受診してください。

※3：大仙市内の産婦人科・婦人科で受診可能です。予約の有無等詳細については、「42 から 60 歳子宮頸がん検診(医療機関方式)受診券」が届き次第ご確認ください。

※4：検診結果は、受診から約 1 か月後に自宅に郵送されます。

健診(検診)の種類・料金等一覧

種 類	対 象 者		方 法	料 金 自 己 負 担 額
特 定 健 診	40～74歳の 大仙市国民健康保険被保険者		検尿・身体計測（身長・体重・腹囲）・問診・血圧測定・診察・血液検査・医師の判断による検査（貧血検査・心電図・眼底検査） ※40～49歳の方には心電図・眼底検査	無 料
後 期 高 齢 者 健 診	健診受診日に満75歳以上の方 （満65歳以上で後期高齢者医療被保険者）		検尿・身体計測（身長・体重） 問診・血圧測定・血液検査・診察	無 料
一 般 健 診	生活保護受給者（40歳以上）		検尿・身体計測（身長・体重） 問診・血圧測定・血液検査・診察 他	無 料
肺 が ん 等 検 診 （ 結 核 検 診 を 含 む ）	40歳以上 （65歳以上は結核検診をかねる）		問診・胸部レントゲン撮影 問診結果により喀痰検査	400円 （61歳以上は無料）
大 腸 が ん 検 診	40歳以上		問診 便潜血検査（受診時は2日分の便が必要です）	600円 （70歳以上は無料）
30・35歳の 血 液 健 診	30・35歳		身体計測（身長・体重） 血液検査（脂質・血糖・肝機能・貧血・腎機能検査）	1,000円
肝 炎 ウ イ ル ス 検 診	①40歳 ②45歳以上の5歳刻み年齢の 未検査者		問診 血液検査によるB型・C型 肝炎検査	無 料
前 立 腺 が ん 検 診	50歳以上の男性		問診 血液検査によるPSA値 測定	500円 （70歳以上は無料）
胃 が ん 検 診	40歳以上		問診 バリウム使用のレントゲン 撮影	1,200円 （70歳以上は無料）
子 宮 頸 が ん 検 診 ・ 婦 人 科 超 音 波 検 診	20～40歳の女性	検診車による 集団検診 または 医療機関による 個別検診	問診・超音波検査 子宮頸部細胞検査	1,800円 （70歳以上は無料）
	42～60歳の 偶数年齢の女性			
	62歳以上偶数年齢の女性 （検診車による集団検診）			
乳 が ん 検 診	40歳以上偶数年齢の女性		問診 マンモグラフィ検査	1,400円 （70歳以上は無料）
骨 粗 鬆 症 検 診	40・45・50・55・ 60・65・70歳の女性		問診 前腕骨のレントゲン検査による 骨密度測定	1,000円 （70歳は無料）
歯 周 病 検 診	40・50・60・70歳 （医療機関による個別検診）		問診・口腔内検査 保健指導	1,000円 （70歳は無料）

年齢などにより、自己負担額が無料になる場合があります。

詳しくは6ページの健診(検診)無料対象者、7ページのがん検診お得情報をご覧ください。

健診(検診)無料対象者

- ・ 70歳以上の方
- ・ 生活保護受給者
(生活保護受給証明書の提出が必要です。市役所生活支援課で交付を受けてください)
- ・ 身体障害者手帳 1～3級の方または65歳以上で身体障害者手帳 4～6級の方
(身体障害者手帳の提示が必要です。)
- ・ がん検診無料対象者 (詳しくは7ページをご覧ください)

※市民税非課税世帯の方は『骨粗鬆症検診』・『歯周病検診』が無料になります。
(世帯全員分の証明書の提示が必要です。受診前に市役所(市民課または税務課)または各支所(市民サービス課)で証明書を発行してもらい、当日ご提出ください。発行料金は無料です。)

当日の持ち物

受診の際には、次のものを忘れずにお持ちください

受診する健診(検診)	持ち物
特定健診 後期高齢者健診 一般健診	① 各種健(検)診受診券【ピンク色または黄緑色の用紙】
	② 当日の早朝尿
	③ 大仙市国民健康保険証 (特定健診を受診する方)
	後期高齢者医療保険証 (後期高齢者健診を受診する方)
	生活保護受給証明書 (一般健診を受診する方)
上記以外の 健診(検診)	① 各種健(検)診受診券【ピンク色または黄緑色の用紙】
	② 2日分の便 (1日分の便では受診できません) ※大腸がん検診を受診する方
	③ バスタオル ※乳がん検診を受診する方
	④ スカート (フレアスカートやゆったりしたロングスカートが適しています) ※子宮頸がん検診・婦人科超音波検診を受診する方
	⑤ がん検診無料クーポン券 (対象年齢でお持ちの方) ※健康保険証、運転免許証、マイナンバーカードなど 本人確認できるものをご持参ください。
	⑥ 健診(検診)料金 金額は健診(検診)により異なりますので、【健診(検診)の 種類・料金等一覧】(5ページ掲載)をご覧ください。

がん検診が 0 円でお得 !!

(がん検診無料対象者のお知らせ)

各種がん検診は精度の高い検診のため検診費用は高価ですが、『全額』市の助成を受けられます！

肺がん等検診 (健診 (検診) 受診券を持参ください)

対象生年月日	年齢
昭和 32 年 4 月 2 日～昭和 36 年 4 月 1 日	61～64 歳

検診費用 約 1,500 円

⇒⇒⇒ 0 円

大腸がん検診 (無料クーポン券を持参ください)

対象生年月日	年齢
昭和 56 年 4 月 2 日～昭和 57 年 4 月 1 日	40 歳
昭和 41 年 4 月 2 日～昭和 46 年 4 月 1 日	51～55 歳

検診費用 約 1,600 円

⇒⇒⇒ 0 円

胃がん検診 (無料クーポン券を持参ください)

対象生年月日	年齢
昭和 56 年 4 月 2 日～昭和 57 年 4 月 1 日	40 歳
昭和 45 年 4 月 2 日～昭和 46 年 4 月 1 日	51 歳
昭和 43 年 4 月 2 日～昭和 44 年 4 月 1 日	53 歳
昭和 41 年 4 月 2 日～昭和 42 年 4 月 1 日	55 歳
昭和 39 年 4 月 2 日～昭和 40 年 4 月 1 日	57 歳
昭和 37 年 4 月 2 日～昭和 38 年 4 月 1 日	59 歳

検診費用 約 5,000 円

⇒⇒⇒ 0 円

子宮頸がん検診・婦人科超音波検診 (無料クーポン券を持参ください)

対象生年月日	年齢
平成 12 年 4 月 2 日～平成 13 年 4 月 1 日	21 歳
昭和 61 年 4 月 2 日～平成 3 年 4 月 1 日	31～35 歳

検診費用 約 6,000 円

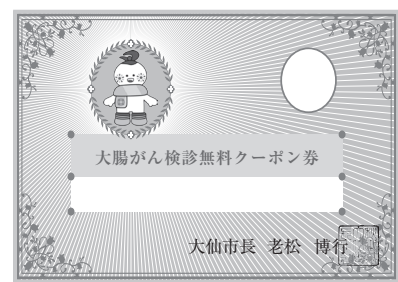
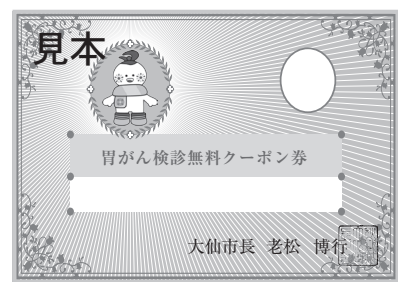
⇒⇒⇒ 0 円

乳がん検診 (無料クーポン券を持参ください)

対象生年月日	年齢
昭和 51 年 4 月 2 日～昭和 56 年 4 月 1 日	41～45 歳

検診費用 約 6,000 円

⇒⇒⇒ 0 円



たとえば 40 歳の方にはこのようなクーポン券が送付されます。無料クーポン券は 5 月下旬に送付予定です。お得なこの機会をお見逃しなく !!

上記以外の健診 (検診) 無料対象者は、6 ページに記載しています。

特定健診・後期高齢者健診等について

無料で受診できるのは年1回です

40～74歳の大仙市国民健康保険にご加入の方

特定健診を実施しますので忘れずに受診してください。

★『特定健診』は生活習慣病の原因ともなるメタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）の早期発見を目的に実施します。

◎治療中等で通院されている方も特定健診の対象です。

主治医の先生にご相談の上、ぜひ受診してください。

◎40～49歳の大仙市国民健康保険被保険者で特定健診を受診する方には、循環器疾患の早期発見のため心電図・眼底検査を実施します。（集団健診で受診した場合のみ）

◎年度途中で大仙市国民健康保険加入状況が変更になった場合は、お住まいの地域の健康増進センターまでご連絡ください。



今年度40歳になられる大仙市国民健康保険にご加入の方

初めて特定健診の対象となる40歳の方には、食生活と特定健診をセットにした健康づくりを目的に、栄養調査を実施します。対象の方には、別途お知らせいたします。

40～74歳の大仙市国保以外の保険加入者とその扶養家族の方

特定健診についてはご加入の保険者にお問い合わせください。

75歳以上の方(65歳以上の後期高齢者医療保険にご加入の方も含みます)

健診の受診当日に満75歳以上の方は後期高齢者健診を受けることができます。

一般健診を受けられる方

40歳以上の生活保護を受給している方は、一般健診を受けることができます。

健診当日の食事について

集団健診で受診する場合は、午後からの健診（検診）になりますので、食事をしてきても構いません。

尿の容器について

尿の容器は昨年度、特定健診・後期高齢者健診を受診された方と40歳の方で特定健診をお申込みされた方へ同封しております。

それ以外の方で希望される場合は、お住まいの地域の健康増進センターへお問い合わせください。

特定健診・後期高齢者健診は医療機関でも受けることができます

【期 間】

受診券が届いてから令和 3 年 12 月 28 日（火）まで

【持ち物】

- ① 大仙市国民健康保険証または後期高齢者医療保険証
- ② 「大仙市国保令和 3 年度特定健康診査各種健（検）診受診券」（ピンク）
または「大仙市後期令和 3 年度後期高齢者健康診査各種健（検）診受診券」（黄緑）
※お持ちでない方は、お住まいの地域の健康増進センターで交付を受けてください。
- ③ 尿（採尿容器をお持ちの方）

【料 金】

無料

【注 意】

● 重複受診、資格喪失後の受診にお気を付けください。

- ・ 特定健診、後期高齢者健診は年に 1 回の健診です。
- ・ 重複受診した場合や資格喪失後に受診した場合、料金をいただくことがあります。

【例】次に当てはまる場合、料金をいただくことがあります。

- ・ 医療機関で特定健診を受け、集団健診でも特定健診を受けた。
- ・ 大仙市国民健康保険の助成を利用して人間ドックを受け、集団健診でも特定健診を受けた。
- ・ 社会保険に加入し国保資格を喪失した後、医療機関や集団健診で特定健診を受けた。

【その他】

- ・ 各医療機関において、健診曜日や診察時間、予約体制等に相違があります。受診前に希望する医療機関に電話でお問い合わせください。
- ・ 医療機関で受ける場合は、肺がん等検診や大腸がん検診等の検査はありません。
- ・ 集団健診で実施している 40～49 歳の方の心電図、眼底検査は含まれていません。

【お知らせ】

今年度から 65 歳以上の方は「特定健診・後期高齢者健診実施医療機関一覧表」の医療機関（大曲厚生医療センターを除く）でも集団健診と同様にアルブミン検査ができるようになりました。

特定健診・後期高齢者健診実施医療機関一覧表

【大仙市内】①

(令和3年2月24日現在)

医療機関名	所在地	電話番号
あい内科クリニック日の出	大仙市大曲日の出町2丁目4の46	0187-88-8503
荒井医院	大仙市大曲上大町6の22	0187-63-2670
荒川医院	大仙市角間川町字下中町32	0187-86-5080
池田医院	大仙市中通町4の20	0187-63-3338
石井内科胃腸科医院	大仙市長野字新山70の1	0187-56-7300
伊藤医院	大仙市南外字落合22	0187-74-2211
羽後長野駅前内科	大仙市長野字柳田59	0187-42-8255
大曲厚生医療センター	大仙市大曲通町8-65	0187-63-2111
大曲母子医院	大仙市大曲福住町8の18	0187-63-2288
大曲リハビリテーションクリニック	大仙市大曲住吉町1番17号	0187-73-7900
神岡診療所	大仙市神宮寺字本郷下64の1	0187-72-3001
木村内科医院	大仙市大曲中通町3の3	0187-63-2070
くしま産婦人科医院	大仙市幸町1の53	0187-88-8455
黒澤医院	大仙市刈和野字清光院後24の1	0187-75-0368
こにし胃腸内科	大仙市福田町21の23の13	0187-88-8871
後藤内科医院	大仙市高梨字田茂木87	0187-62-1113

次のページに続きます。

【大仙市内】②

医療機関名	所在地	電話番号
佐々木内科医院	大仙市大曲上栄町1の28	0187-63-1410
ささき脳神経外科・内科クリニック	大仙市大曲日の出町2丁目7-4	0187-63-1010
佐藤医院	大仙市刈和野字清光院後42-35	0187-75-1000
佐藤内科クリニック	大仙市協和峰吉川字半仙114	018-895-2730
佐藤レディースクリニック	大仙市戸蒔字谷地添106の1	0187-86-0311
下山クリニック	大仙市大曲福住町2の23	0187-63-5110
社会医療法人明和会 大曲中通病院	大仙市大曲上栄町6の4	0187-63-2131
生和堂医院	大仙市刈和野字清光院後15の2	0187-75-0318
高津内科医院	大仙市大曲須和町2丁目8の36	0187-86-0366
たかはし内科循環器科医院	大仙市大曲福住町9の23	0187-63-5115
田口医院	大仙市大曲丸の内町10の25	0187-63-1380
豊島医院	大仙市協和境字野田86	018-892-2211
中島内科医院	大仙市朝日町17の1	0187-63-2211
仲村内科胃腸科医院	大仙市大曲日の出町1丁目7の15	0187-63-2225
滑川医院	大仙市長野字九日町15の1	0187-56-3121
花園病院	大仙市大曲あけぼの町9の26	0187-63-3100
藤本医院	大仙市刈和野字北ノ沢107の2	0187-75-2221
三浦クリニック	大仙市幸町4の23の2	0187-86-3280
柳田医院	大仙市横堀字南福嶋95の2	0187-69-2101
吉方内科医院	大仙市大曲白金町5の31	0187-86-0800

次のページに続きます。

【仙北市 特定健診・後期高齢者健診実施医療機関】

医療機関名	所在地	電話番号
今村内科循環器科医院	仙北市角館町田町上丁3	0187-53-2510
おおさわ胃腸科内科クリニック	仙北市角館町中菅沢92の20	0187-52-1133
大野医院	仙北市角館町東勝楽丁17	0187-53-2066
かとうファミリークリニック	仙北市田沢湖生保内字浮世坂74の1	0187-43-2123
佐藤医院	仙北市角館町下新町13	0187-54-2055
市立角館総合病院	仙北市角館町岩瀬3番地	0187-54-2111
市立田沢湖病院	仙北市田沢湖生保内字浮世坂17の1	0187-43-1131
仙北市立西明寺診療所	仙北市西木町門屋字道目木319-1	0187-47-2123
高橋医院	仙北市田沢湖生保内字街道の上65	0187-43-1515
野々部外科内科医院	仙北市角館町田町上丁52の1	0187-54-2337

【美郷町 特定健診・後期高齢者健診実施医療機関】

医療機関名	所在地	電話番号
亀谷医院	仙北郡美郷町野中字宮崎86-7	0187-84-1288
仙南診療所	仙北郡美郷町金沢西根字上糠淵31の1	0187-87-8500
千畑クリニック	仙北郡美郷町土崎字上野230の1	0187-85-2001
まっこいしゃ高橋医院	仙北郡美郷町六郷字馬町64	0187-84-7070

※この一覧表に掲載している医療機関以外で受診を希望する場合は
お住まいの地域の健康増進センターにお問い合わせください。

高齢者包括支援センターから

血清アルブミン検査のお知らせ

令和3年度より、医療機関（※）で市の特定健診及び後期高齢者健診を受診された65歳以上の方の血液検査項目に「血清アルブミン検査」が追加されます。

※医療機関は、大曲仙北医師会の健診実施医療機関（大曲厚生医療センターを除く）に限ります。

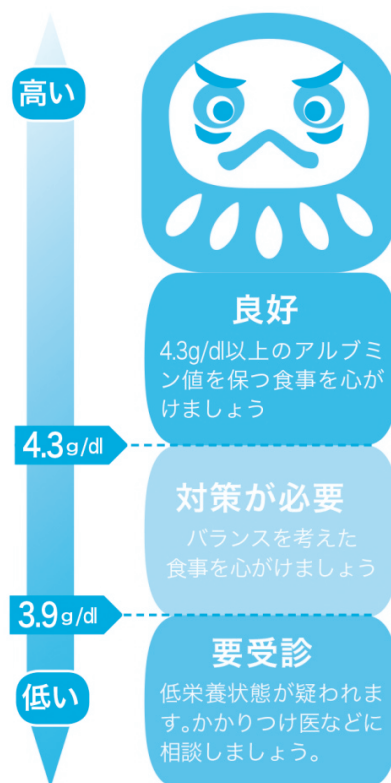
なお、これまで通り、集団健診で市の特定健診及び後期高齢者健診を受診された65歳以上の方の血液検査項目には「血清アルブミン値」が含まれます。

血清アルブミン値を上げよう！

血清アルブミン値とは、血液中にあるたんぱく質で体の栄養状態を示すものさしになります。

また、体の炎症を鎮め、骨や筋肉などのさまざまな組織をつくる材料になります。血清アルブミン値が高いほど栄養状態が良好なことを示します。

★ 4.3 g/dl 以上のアルブミン値を保つことが大切です！



血清アルブミン値は、歳を重ねるにつれて値が低くなりやすく、高齢の方の栄養状態をみるうえで最も有効な指標とされています。ご自身の栄養状態をチェックできる良い機会です！ぜひ受診しましょう！

お問い合わせ先

高齢者包括支援センター

高齢者包括支援センター西部（西仙北庁舎内）

高齢者包括支援センター東部（中仙庁舎内）

0187-63-1111（内線 169）

0187-87-3970

0187-56-7125

各種がん検診について

がん検診の目的

がんを早期に発見し、適切な治療を行なうことです。

自覚症状がある方は検診を待たず、 医療機関を受診しましょう

「検診」は症状がない方が精密検査を受ける必要があるかを振り分ける検査です。
症状がある場合は早期に医療機関を受診し、詳しい検査を受けましょう。

気になる症状がない



定期的に

がん検診を受けましょう

気になる症状がある



検診を待たずに

医療機関を受診しましょう

検査をお断りする場合や、 医療機関での受診をお勧めする場合があります

安全に検査していただくため、当日の問診状況によって検査をお断りする場合や、医療機関での受診をお勧めする場合があります。各検診ごとの留意事項は16ページ以降の各がん検診のページをご確認ください。がん以外の疾患で治療中の方は検診にあたり主治医にご相談ください。

すべてのがん検診には利益（メリット）、不利益（デメリット）があります。利益、不利益を正しく理解し受診することが大切です。

がん検診の利益（メリット）

①がんを早期に発見できる

症状が出てから発見された場合、がんが進行していることが多くあります。

症状がない時にがん検診を受けることで、早いうちにがんを発見することができます。

②早期治療により、治療の負担が少なくなる

検診で発見した早期のがんはそのほとんどが治り、身体への負担が少ない治療ですむ場合が多いです。

③「異常なし」と判定された場合の安心感

「異常なし」が確かめられることで得られる安心感も検診のメリットです。

がん検診の不利益（デメリット）

①がん検診でがんが 100%見つかるわけではない

どの検査においても 100%の精度ではありません。検査そのものに限界があり、ある程度の見逃しは起こり得ます。

②検査を行なうことで偶発症を招く場合がある

検診として検査を受けることで、まれに事故を招く場合があります。このことを「偶発症」といいます。例として検査によるX線被爆や、精密検査として行なった内視鏡で胃や大腸に穴があいたり、出血することがあげられます。いずれも極めて低い可能性ですが、注意深く検査を行なっても可能性をゼロにすることはできません。

③検診による心理的な影響がある

検診によって「異常あり」とされた場合、精密検査を受診する必要がある、検査の結果が出るまで精神的な負担がかかります。

参考：国立がん研究センターがん対策情報センター「がん情報サービス」
http://ganjoho.jp/public/pre_scr/screening/about_scr.html

胃がん検診について



胃がん検診の内容は、問診とバリウムによるX線検査です。
バリウム(線を通さない物質)と胃を膨らませるための発泡剤を飲んで、胃の変化や異常をX線により映し出します。

検査前日、検査当日、検査後、それぞれに注意事項があります

検査前日	・ 食事は午後9時までにはすませてください ・ 水は就寝まで飲んでも差し支えありません ・ 飲酒は避けてください
検査当日	当日の飲食について ・ 水は検査開始2時間前までであれば、コップ1杯程度飲んでも構いません。 ※それ以降の飲食の場合、検査できないことがあります。ご了承ください。 ・ コーヒー、牛乳などの飲食は避けてください。 ・ 検査終了までタバコも控えてください。 朝の内服薬 ・ 高血圧、心臓病、不整脈の方は検査開始2時間前までに水で薬を飲んできてください。 ・ 糖尿病の内服、インシュリン注射は低血糖をおこす危険があります。 使用しないでください。 ・ 薬の服用に不安のある方は、事前に主治医にご確認ください。 当日の服装(無地のTシャツ、トレーニングパンツが最適です) ・ 上半身～お腹のあたりに金具、ボタンのついていないものを着用してきてください。 ・ キャミソールなどについているプラスチックも画像に写るのでご注意ください。
検査後	・ 検査終了後、下剤を渡します。 バリウム便が排泄されるまでできるだけ水分をたくさんとってください。

胃がん検診ではまれに、腸にバリウムが詰まる「腸閉塞」や、誤って気管にはいる「誤嚥」などを起こすことがあります。

以下の項目に当てはまる方は医療機関受診をお勧めしています。

- ・ 胃がんの診断を受け治療を継続している方
- ・ 妊娠中及び妊娠の可能性がある方
- ・ 過去にバリウムを飲んで過敏症(じんましん、息苦しさ、手足が冷たくなるなど)の症状があった方、ひどい便秘になった方
- ・ 自力で立つことが不可能な方、撮影台の手すりをつかむことが困難な方
- ・ 飲食でむせる、体力が弱っている、便秘の強い方
- ・ 腎不全、心臓病で水分制限を受けている方
- ・ 胃の手術を受けたことがある方
- ・ 胃、十二指腸の治療中または経過観察中の方、病院から内視鏡検査をすすめられている方
- ・ 体重130Kg以上の方(検査機器上、体重制限があります。)

※大腸の病気(クローン病、潰瘍性大腸炎、腸閉塞など)で治療中、経過観察している方、過去に手術を受けた方は主治医に検診を受けてよいか事前に確認してください。

肺がん等検診について



肺がん等検診の内容は、問診と胸部のレントゲン撮影をする検査です。
問診により必要な方には喀痰検査を行います。

【注意】検診当日の服装について

上半身からお腹のあたりにボタンや金具のついていると、レントゲン写真に写りこみ正確に検査できない場合があります。
無地のＴシャツ等でお越しください。



○肺がん等検診は「結核検診」を含みます

平成30年に新たに結核を発病した方のうち約7割が60歳以上の方です。
以前結核に罹った方が高齢化による免疫低下に伴って「発病」するためです。
結核を発病すると、咳・たん・発熱等の症状が出ますが、高齢の方は、
自覚症状が乏しく、結核の発見が遅れてしまうことがあります。
結核は早期発見によって家族や周囲の方への感染を防ぐことが大切です。
年に1回、肺がん等検診を受診し早期発見につなげましょう！

○次に当てはまる方は医療機関受診をお勧めします。

- ・肺がんの診断を受け治療中の方
- ・呼吸器疾患により治療または経過観察中の方
- ・妊娠している方または妊娠の可能性のある方

大腸がん検診について



大腸がん検診の内容は、問診と便検査です。家で2日分の便をとるだけで簡単にできる検査です。問診（黄色の袋の裏面）をきちんと記入していれば、家族の方に提出を頼むこともできます。

○次に当てはまる方は医療機関受診をお勧めします。

- ・大腸がんの診断を受け治療を継続している方

前立腺がん検診について



前立腺がん検診の内容は、問診、血液検査です。
採血により、血液中の前立腺特有の物質（P S A）を測定します。

○次に当てはまる方は医療機関受診をお勧めします。

- ・ 前立腺がんの診断を受け治療を継続している方

乳がん検診について



乳がん検診の内容は、問診とマンモグラフィ（乳房X線）検査です。
プラスチックの板と撮影台に乳房を挟んでレントゲンを撮ります。

○次に当てはまる方は医療機関受診をお勧めします。

- ・ 乳がんの診断を受け治療を継続している方
- ・ ペースメーカーを装着している方
- ・ 豊胸手術をした方
- ・ 治療のためポート（管）を造設している方
- ・ 授乳中の方、妊娠している方または妊娠の可能性のある方

子宮頸がん検診・婦人科超音波検診について



子宮頸がん検診の内容は、問診と子宮の入り口の細胞検査です。
婦人科超音波検診は膣より超音波断層装置のプロブを挿入し、内診
だけでは発見できないような卵巣の画像判断をします。

20歳～60歳の方（S36年4月2日～H14年4月1日生まれの方）は集団検診のほか、「医療機関による個別検診」での受診も可能です。「医療機関による個別検診」をお申し込みの方には、別途、医療機関受診用の受診券を送付いたします。集団検診をお申し込みの方で、「医療機関による個別検診」を希望される方はお住まいの地域の健康増進センターへご連絡ください。

○次に当てはまる方は医療機関受診をお勧めします。

- ・ 子宮がんの診断を受け治療を継続している方

「要精密検査」になった場合

がんは早期であれば90%以上が治ります。

市の集団検診で実施しているがん検診は、早期に発見することが可能です。精密検査が必要となった方が、精密検査を受けないでいると、せっかく早期に発見できた「がん」を見逃してしまうかもしれません。

結果が届いたら、できるだけ早く必ず受診しましょう！

主な精密検査の内容

胃がん検診 の精密検査

胃内視鏡検査（胃カメラ）

胃内視鏡検査は体の内側から胃を観察する検査です。検査を行うためには、まず内視鏡を口（もしくは鼻）から入れ、のど（咽頭）、食道、胃へと進めていきます。以前に比べるとかなり飲みやすくなっています。



肺がん等検診 の精密検査

胸部CT検査

体内を輪切り状態にしてX線撮影します。
胸部X線検査（レントゲン）よりも小さな陰影を見つけることができます。

気管支鏡検査

気管支鏡を口から気管支に挿入して、がん等が疑われた部位を直接観察します。必要に応じて細胞を採る検査をすることがあります。



大腸がん検診の精密検査

全大腸内視鏡検査（大腸カメラ）

精密検査として一番奨められている方法です。肛門から内視鏡を入れて大腸を詳しく調べます。ポリープが見つければ、その場でとることもあります。



注腸X線検査

肛門からチューブを挿入してバリウム（造影剤）と空気を注入し、X線写真をとります。がんやポリープなどの正確な位置や大きさ、腸の狭さの程度などがわかります。この検査ではがんの多い直腸、S状結腸がしばしばみえにくくなるため、S状結腸内視鏡検査も併せて行います。

子宮頸がん検診の精密検査

コルポ診

コルポスコプというライトの付いた拡大鏡のような機械で子宮頸部の粘膜表面を拡大し、細かい部分を観察できます。異常が発見された場合には、その箇所の細胞を採取する組織診が行われます。



組織診

疑わしい部分から組織を取り、標本をつくって顕微鏡で診断する方法です。

乳がん検診の精密検査

マンモグラフィ

がんが疑われた部位を詳しく観察するため、多方向に検診とは違う角度からも撮影を行います。



乳房超音波検査

超音波を発生する機械をあてて、がんが疑われた部位を詳しく観察します。

乳房MRI検査、CT検査

病変が疑われた部位を、磁気を使うMRI検査、X線を使うCT検査によって体の内部を詳しく撮影します。乳房内の病変の広がり具合を検査します。

穿刺吸引細胞診、針生検

しこりなど疑わしい病変が見つかった場合、細い注射針を刺して中の細胞や組織を採取し、悪性かどうか調べます。

健康手帳で健康を自己管理しましょう！

健康手帳は、健診(検診)の結果や血圧測定をした時の数値を記録できるようになっています。今までの結果が一目でわかるので大変便利です。私たちのからだは、年々変化していきます。ご自身で記録を行い、目に見えないからだの変化を、健康手帳を上手に活用し確認しましょう。

記入できる内容

- 健康診断の結果記録(20年分記録できます)
- がん検診の記録 ● 健康相談記録 ● 血圧測定記録
- 予防接種(インフルエンザや高齢者の肺炎球菌感染症等)の記録

活用方法

- ・ 健診(検診)等の記録を、本人または家族が記入してください
- ・ 医療機関を受診する際に持参し、医師もしくは歯科医師または薬剤師に見せてください
- ・ 健康教室や保健指導、健康相談などに参加する際に持参ください

※記入の仕方がわからないときは、お住まいの地域の健康増進センターへお問い合わせください。

交付を希望される方へ

- ・ お住まいの地域の健康増進センターで交付しております。
- ・ 健診(検診)当日も受付にて交付しております。



家庭用血圧計の「無料貸出」を行っています。

- ・ 貸出期間はおおむね2週間とし、測定結果をもとに健康相談を行います。
- ・ 貸出中の場合もありますので利用を希望される方は、お住まいの地域の健康増進センターへご連絡をお願いします。



操作はとても簡単！
腕を入れてボタンを押す
だけで測定できます。

Q 血圧が高いとなぜよくないのでしょうか？

高血圧の方は正常(至適血圧)の方と比較して循環器病(脳卒中や心疾患など)を引き起こしやすく、軽度のもので約3倍、重度になると5倍以上引き起こしやすいと言われています。

Q なぜ家での血圧測定が必要なのでしょう？

家では高くないが健診や病院では緊張のため一時的に血圧が高くなる方は「白衣高血圧」、病院では高くないのに家では高い方は「仮面高血圧」とよばれています。この二つを比べると「仮面高血圧の方」は血圧が高い時間が長く続いている可能性があり、循環器病になりやすいことが知られています。家での自分の「普段の血圧」を知ることが、高血圧予防につながります。

よくある Q&A

Q. 特定健診を毎年受ける必要はありますか？

特定健診は、毎年受けてください。

毎年受けることで、正常値の範囲でも年々異常値に近づいている項目や、急な異常に気付くこともできます。ちょっとした変化を見逃さず、早期発見するためにも、毎年受けることが大切です。

Q. 現在通院中ですが、特定健診を受ける必要がありますか？

特定健診は、通院中の方も対象です。

通院中の方が受診しやすいように、多くの医療機関で大仙市の健(検)診受診券を利用して特定健診を受診できます。
詳しくは10～12ページをご覧ください。

Q. 自覚症状がない人も、がん検診を受ける必要がありますか？

がん検診は、症状のない健康な人が対象です。

健康な人(=病気の症状がない人)では、もしがんがあっても、症状が出る前のがん、つまり早期がんであることがほとんどです。
早期発見・早期治療に結び付けましょう。

問い合わせ先	担当地域	電話番号	所在地
健康増進センター	大曲	0187-62-1015	健康福祉会館内
健康増進センター西部	神岡・西仙北・協和・南外	0187-75-0476	西仙北庁舎内
健康増進センター東部	中仙・仙北・太田	0187-56-7211	中仙庁舎内