

令和5年度

# 小坂町 検診のしおり

受診控えしていませんか？

生活習慣病の早期発見には、定期的な健診が重要です。

## 2人に1人が“がん”になる時代…

“がん”は、早期に発見すれば90%以上が治ります。

あなたの健(検)診日  
を書きましょう!

月 日 : ~

会場



## 【目次】

- 健康診査の受診方法と注意事項…… 2・3ページ
- がん検診の受診方法と注意事項…… 4～7ページ
- 検診の対象者・料金…… 8・9ページ
- 各種健(検)診日程…… 10・11ページ



# 健康診査の受診方法と注意事項

生活習慣病のリスクを調べます。高血圧症や糖尿病などで治療している方も対象です。

## 検査項目

問診・診察 	身体計測  身長 体重 腹囲※40～74歳のみ	血圧測定  拡張期血圧 収縮期血圧	尿検査  尿糖 尿たんぱく	血液検査  肝機能、血中脂質、 血糖、貧血、尿酸、 血清クレアチニン	12誘導心電図  ※40～74歳のみ
--	--	---	--	---	---

医師の判断により、詳細項目として、心電図検査、貧血検査、眼底検査等を追加実施する場合があります。

## 受診方法

**1 受診券が届きます**  
裏面のアンケートを記入してください。

**2 日程・会場を確認し、受診します**

### 医療機関での健康診査

【対象】 国保または後期高齢者医療保険の加入者

【実施期間】 7月1日(土)～12月31日(日)

#### ステップ1 医療機関を選ぶ

3ページに掲載の医療機関以外にも、受診可能な医療機関があります。

#### ステップ2 医療機関へ電話で申込み

#### ステップ3 医療機関の指示に従い受診する

【当日の持ち物】

受診券、健康保険証、お薬手帳

### 町集団健診会場での健康診査

【対象】 国保または後期高齢者医療保険の加入者、生活保護世帯

#### ステップ1 注意事項・日程を確認

【注意事項】 3ページ参照

【日程】 10ページ参照

#### ステップ2 直接会場へ行き受診する

【当日の持ち物】

受診券、健康保険証、お薬手帳、尿検査容器

【当日の注意事項】

健診に来る少し前に尿をとり、会場へ持参する。

**3 約1か月で町より結果が届きます**

**4 対象者には特定保健指導を行います**

生活習慣病のリスクが高く生活習慣の改善が必要な方は、保健師によるサポートを行います。



## 健診ではこのような病気をみつけます

<b>高血圧症</b> 血圧が高い状態が続くと、血管や脳、心臓などの臓器も障害されます。	<b>脂質異常症</b> 脂質の代謝異常により、血管壁に脂質が蓄積し、動脈硬化を促進させます。	<b>心疾患</b> 心臓の血管が狭くなったり、詰まったりすることで、狭心症や心筋梗塞を引き起こします。
<b>糖尿病</b> 血管や神経まで障害されると、失明や腎不全、末梢神経障害を引き起こします。	<b>腎機能障害</b> 腎臓の働きが低下し、人工透析が必要になる場合もあります。	<b>肝機能障害</b> 過食、過飲等の生活の乱れやウイルス感染により、肝炎や肝硬変、肝がんを引き起こします。

## 健康診査の実施医療機関一覧

医療機関名	電話番号
小坂町診療所	☎0186-29-5500
三ヶ田内科循環器科医院	☎0186-31-1231
本田内科胃腸科医院	☎0186-35-3002
福永医院	☎0186-35-3117
なかの消化器内科クリニック	☎0186-22-7335
長橋内科胃腸科医院	☎0186-23-7612
鹿角中央病院	☎0186-23-4131
かづの厚生病院	☎0186-30-1410
大湯リハビリ温泉病院	☎0186-37-3511
大里医院	☎0186-22-1251

健診を希望する医療機関へ  
電話でお申込みください。

掲載の医療機関以外にも、受診可能な医療機関があります。保健センターまでお問い合わせください。

## 小坂町国保以外の協会けんぽ等に加入している方

- 町集団健診会場での特定健診を希望する方は、加入している医療保険者が発行する**特定健診受診券**と**健康保険証**を必ずご持参ください。これらがないと町集団健診会場では受診できません。特定健診受診券は勤務先へお問い合わせください。
- 町集団健診と検査内容が異なることや、自己負担の発生する場合がありますのでご了承ください。

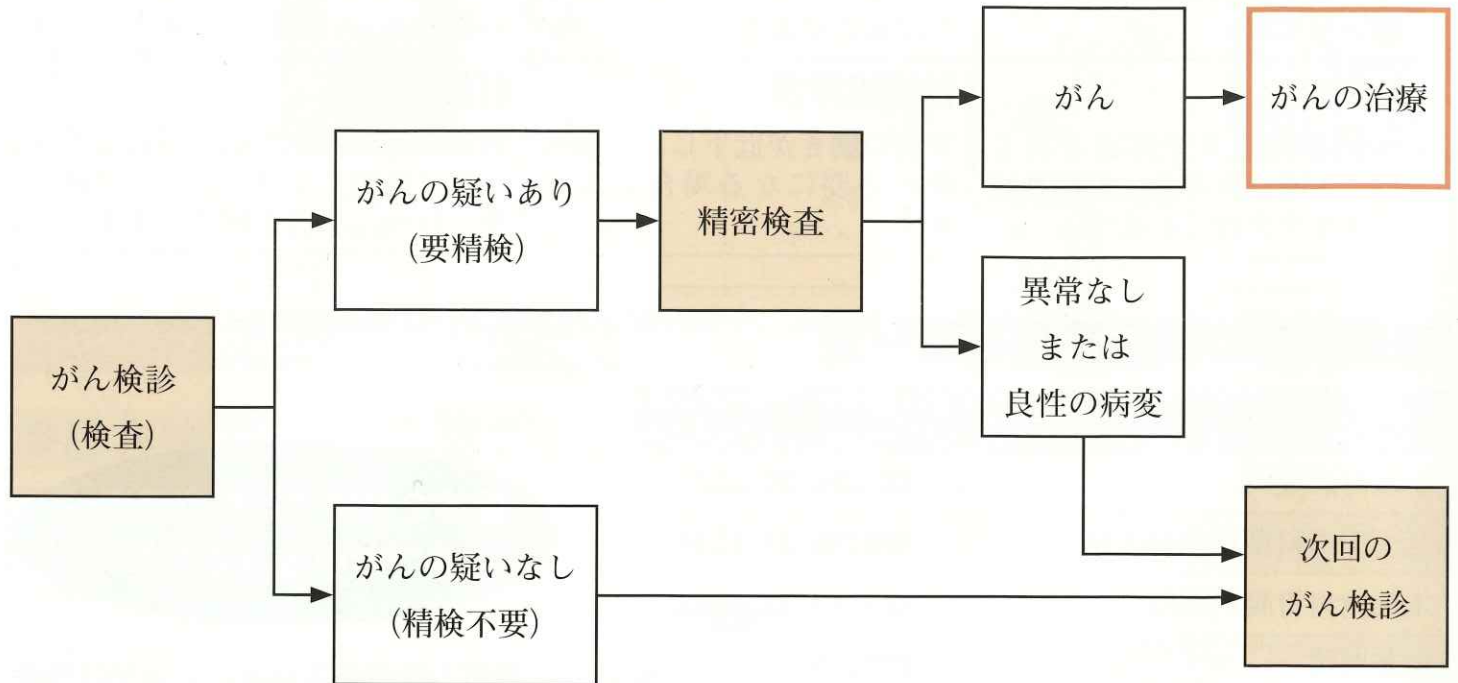
## 注意事項

- 午前中に受診される方は、朝食を食べずに受診しましょう。
- 午後から受診される方は、朝食は軽めにすませ、昼食を食べずに受診しましょう。
- 尿検査は、健診に来る少し前に採尿し、スポイトに入れお持ちください。保健センターにて配布しています。
- 医療機関によっては検査できない項目もありますのでご注意ください。

# がん検診の受診方法と注意事項

国で定めるがん検診(肺、大腸、胃、子宮頸がん・婦人科超音波、乳がん)は、定期受診することで死亡率を減らすことができるという根拠に基づいて行われています。

## がん検診の流れ



出典：国立がん研究センター「がん情報サービス」

## 受診方法

### 1 受診券が届きます

### 2 受ける検診を確認しましょう

- 【注意事項】 5・6ページ参照
- 【対象】 8・9ページ参照
- 【日程】 10・11ページ参照
- 【持ち物】 受診券、健康保険証、検診料金 等

女性検診は**要予約**

(11ページ参照)

### 3 約1か月で町より結果が届きます

### 4 要精密検査の対象となった方には、紹介状が発行されます

紹介状を持ち、必ず医療機関で精密検査を受けてください。



## 注意事項



### 肺がん検診

胸部エックス線検査・喀痰細胞診

- ・ 年度年齢50歳以上で問診、喫煙歴などで該当した方は、3日間の痰をとる喀痰細胞診を実施します。
- ・ 無地のシャツを着用してください。

#### 次に該当する方は受けることはできません

- ×妊娠中又は妊娠している可能性がある方
- ×上半身に湿布薬、エレキバンがついている方
- ×模様やラメ、プリントがあるシャツ
- ×肩ひもやワイヤーのついているシャツ
- ×カップ、パッドつきのもの



### 大腸がん検診

便潜血検査

- ・ 黄色い封筒の裏面にある問診票を記入してください。
- ・ 検診日の3～4日以内の便を**2日分**採便容器にとり、**冷蔵庫か冷暗所で保存**してください。  
※期限切れの容器は、**使用しないでください。**
- ・ 便をとった容器2本を緑色の袋、黄色の封筒に入れ、提出してください。
- ・ 保健センターにて採便容器を配布していますので、希望する方はご連絡ください。



### 胃がん検診

胃部エックス線検査(バリウム内服による検査)

- ・ 検診前日の**夜8時以降は禁食**し、禁煙です。飲酒もお控えください。
- ・ 検診当日は、飲食物はとらないでください。
- ・ お薬(血圧や心臓など)を内服中の方は、検査開始の2時間前までに200ml以内の水でお飲みください。
- ・ 無地のシャツを着用してください。

#### 次に該当する方は受けることはできません

- ×**検診当日にインスリンや血糖降下剤を服用した方**
- ×以前にバリウムを飲んで具合が悪くなった、アレルギー症状がでたことのある方(食物等アレルギーがある方も受けられない場合があります)
- ×妊娠中又は妊娠している可能性がある方
- ×上半身に湿布薬、エレキバンがついている方
- ×のどの病気や手術をしたことがある方
- ×検診当日まで1週間以上排便がない方
- ×検査台の上で、指示に従って寝返りすることが難しい方
- ×食べ物や飲み物がむせやすい方
- ×体重が130kg以上の方
- ×模様やラメ、プリントがあるシャツ
- ×肩ひもやワイヤーのついているシャツ
- ×カップ、パッドつきのもの



### 肝炎ウイルス検診

血液検査(B型肝炎・C型肝炎に関する検査)

#### 次に該当する方は受けることはできません

- ×過去に町集団検診で肝炎ウイルス検診を受診した方



# がん検診の受診方法と注意事項

## 注意事項



### 前立腺がん検診

血液検査 (PSA値を測定)

- ・ 年度年齢50歳以上の男性が対象です。



### 子宮頸がん・婦人科超音波検診

細胞診・超音波検査

- ・ 年度年齢40歳以上の方は2年に一度、20～30歳代の方は毎年受診できます。
- ・ スカートを着用すると便利です。
- ・ 月経中は正しい検査結果が得られない事もありますので、受診をおすすめできません。



### 乳がん検診

マンモグラフィ検査 (乳房のエックス線撮影)

- ・ 2年に一度の検診で、年度年齢40歳以上は2方向、50歳以上は1方向の撮影をします。
- ・ 1時間に約10人の実施となります。
  - ・ **バスタオルをお持ちください。**
- ・ 女性技師が対応しますが諸事情により男性技師が対応する場合はご了承ください。
- ・ 月経前や授乳中の方は乳腺が発達しているため、正しい評価ができない場合もあります。
- ・ 新型コロナワクチン接種により、わきの下などのリンパ節が腫れることがあります。日本乳癌検診学会では「**乳がん検診はワクチン接種前に施行するか、ワクチン接種後少なくとも6～10週間の間隔をおいてから施行すること**」が推奨されています。

#### 次に該当する方は受けることはできません

- ×妊娠中又は妊娠をしている可能性がある方
- ×ペースメーカー等を装着している方
- ×豊胸術を受けている方
- ×シャントやCVポート留置している方



### 骨粗しょう症検診

骨塩定量検査 (手首のエックス線検査)

- ・ 女性が対象です。
- ・ 利き手と反対側の手首でレントゲン撮影をします。

#### 次に該当する方は受けることはできません

- ×妊娠中又は妊娠をしている可能性がある方

## お願い

- 各診療分野について、**医療機関で経過観察中・定期通院中の方は、検診の受診をご遠慮ください。** 自覚症状がある方は検診を待たずに、医療機関の受診をお願いします。
- 職場でがん検診を年1回以上受けている方は、職場での検診を続けてください。
- 検診によってはからだに負担を与えます。安全に実施できないと判断した場合には、検診をお断りすることもありますので、ご理解とご協力をお願いします。
- 多数の方を対象とする検診では、精度に限界があります。がんではないのに「要精密検査」と判定される場合や、がんがあるのに見つけれない場合もあります。

## 精密検査

- 「精密検査の対象＝がん」ではありません。要精密検査の通知が届いたら速やかに医療機関を受診してください。
- 精密検査の結果は、検診実施機関と町とで共有し、検診の精度向上に努めていきます。

### 肺がん検診精密検査

CT検査や気管支鏡検査を行います。

### 大腸がん検診精密検査

大腸カメラ(全大腸内視鏡検査やS状結腸内視鏡検査)や注腸X線検査などを行います。

### 胃がん検診精密検査

胃カメラ(胃内視鏡検査)を行います。

### 肝炎ウイルス検診精密検査

血液検査などを行います。  
秋田県では治療費などの助成があります。

### 子宮頸がん・ 婦人科超音波検診精密検査

細胞診や組織診、HPV検査などを行います。

### 乳がん検診精密検査

マンモグラフィ検査の追加撮影や超音波検査、細胞診、組織診を行います。

## がん検診を受けた方の声

10年前、大腸がんの再検査は異常ありませんでした。2回目の今回も又…との思いで臨んだ結果、「ポリープが2個あります」冷たい医師の言葉…、でも「経過観察」との事でしたので、気が楽になりました。

がん検診はもちろんのこと、再検査は必ず受けなければ…自分自身を知るために。

(70歳代 男性)

40歳から毎年大腸がん検診を受けて大丈夫だったので、還暦になって初めて精密検査の対象になってびっくりしました。自覚症状も全くなくて、すぐに専門の医療機関を受診し検査したところ、直腸がんがみつきり手術しました。早期がんだったので転移もなく、元気に生活しています。

がんとわかった時は自分だけでなく家族もショックをうけていましたが、検診を受け続けて本当によかったと思っています。

(60歳代 女性)



# 検診の対象者・料金

年齢は令和6年4月1日時点の年度年齢を表しています。

**男性**：年度年齢40歳以上が対象

年齢	健康診査		
	特定健診 (国保加入者)	後期高齢者健診 (後期高齢者医療保険加入者)	一般健診 (生活保護世帯)
40歳代 (S49.4.2～S59.4.1)	無料	×	無料
50歳代 (S39.4.2～S49.4.1)	無料	×	無料
60歳代 (S29.4.2～S39.4.1)	無料	×	無料
70～74歳 (S24.4.2～S29.4.1)	無料	×	無料
75歳以上 (S24.4.1以前)	×	無料	無料

**女性**：年度年齢20歳以上が対象

年齢	健康診査		
	特定健診 (国保加入者)	後期高齢者健診 (後期高齢者医療保険加入者)	一般健診 (生活保護世帯)
20歳代 (H6.4.2～H16.4.1)	×	×	×
30歳代 (S59.4.2～H6.4.1)	×	×	×
40歳代 (S49.4.2～S59.4.1)	無料	×	無料
50歳代 (S39.4.2～S49.4.1)	無料	×	無料
60歳代 (S29.4.2～S39.4.1)	無料	×	無料
70～74歳 (S24.4.2～S29.4.1)	無料	×	無料
75歳以上 (S24.4.1以前)	×	無料	無料



生活保護世帯の方は前立腺がん検診、骨粗しょう症検診を除くがん検診は検診料金無料です。

### がん検診等

肺	大腸	胃	肝炎ウイルス	前立腺
400円 (50歳代の 喀痰該当者 +600円)	500円	500円	無料 (次の年齢 のみ対象 *41・*46・ *51・*56・ *61・*66歳)	×
	無料	無料		1,000円 *50・*55歳は 無料
無料	500円	500円		1,000円 *60・*65歳は 無料
無料	500円	500円	×	1,000円 *70歳は無料
無料	無料	無料	×	1,000円

### がん検診等

肺	大腸	胃	肝炎ウイルス	子宮	乳	骨粗しょう症
×	×	×	×	無料	×	2,000円
×	×	×	×	無料	×	2,000円
400円 (50歳代の 喀痰該当者 +600円)	500円	500円	無料 (次の年齢 のみ対象 *41・*46・ *51・*56・ *61・*66歳)	1,500円 2年に一度	無料 2年に一度	2,000円 *40・*45歳 は1,000円
	無料	無料		1,500円 2年に一度	1,000円 2年に一度	2,000円 *50・*55歳 は1,000円
	無料	500円		500円	1,500円 2年に一度	1,000円 2年に一度
無料	500円	500円	×	1,500円 2年に一度	1,000円 2年に一度	2,000円 *70歳は 1,000円
無料	無料	無料	×	無料 2年に一度	無料 2年に一度	2,000円

※年度年齢(令和6年4月1日時点の年齢)の方が対象です。

# 各種健(検)診日程

対象地区以外でも、ご都合に合わせて受診可能です。

## 平日検診

健診(特定・後期・一般)、がん検診(肺・大腸・前立腺)、肝炎ウイルス検診

日程	受付時間	会場	対象地区
5月29日(月)	9:30~10:00	川上公民館	余路米、砂子沢、野口、濁川
	13:00~13:30	七滝公民館 (ほっとりあ)	大地、牛馬長根、狐崎、道作、つつじ平、 万谷上、万谷下、荒川
5月30日(火)	11:30~12:10	向陽体育館	さくらんぼ団地、岩沢、下小坂、中小坂、 上小坂、栄町、若葉町、新町、けやき宿舎、蛭
5月31日(水)	13:00~13:40	大川岱自治会館	休平、大川岱
6月1日(木)	11:30~12:10	向陽体育館	上川原、藤倉団地、大生手、永楽町、 一本杉、東渡ノ羽、西渡ノ羽、向陽、 川通り、古苦竹
6月2日(金)	11:30~12:10	向陽体育館	北あけぼの、南あけぼの、鳥越、鶉、成森、 みどりヶ丘、尾樽部、長沢、藤原、細前田、 細越、矢柄平

太字地区は、送迎バスを運行します。詳しくは受診券に同封のチラシをご覧ください。

## 休日検診

健診(特定・後期・一般)、がん検診(肺・大腸・胃・前立腺)、肝炎ウイルス検診

日程	受付時間	会場	対象地区
6月3日(土)	6:50~8:30	向陽体育館	全地区
9月10日(日)	6:50~8:30		混雑が予想されます。都合のつく方は、平日検診 をおすすめします。

## 胃がん検診

日程	受付時間	会場	対象地区
6月6日(火)	5:30~5:40	休平自治会館	休平
	6:40~6:50	大川岱自治会館	大川岱
6月7日(水)	6:00~6:20	七滝公民館 (ほっとりあ)	大地、牛馬長根、狐崎、道作、つつじ平、 万谷上、万谷下、荒川
	7:40~8:00	小坂町役場	北あけぼの、南あけぼの、鳥越、鶉、成森、 みどりヶ丘、尾樽部、長沢、藤原、細前田、 細越、矢柄平
6月8日(木)	6:00~6:20	川上公民館	余路米、砂子沢、野口、濁川
	7:40~8:00	小坂町役場	上川原、藤倉団地、大生手、永楽町、 一本杉、東渡ノ羽、西渡ノ羽、向陽、 川通り、古苦竹
6月9日(金)	6:00~8:00	小坂町役場	さくらんぼ団地、岩沢、下小坂、中小坂、 上小坂、栄町、若葉町、新町、けやき宿舎、蛭



## 女性検診

乳がん検診、子宮頸がん・婦人科超音波検診、骨粗しょう症検診

要予約

### 検診車による町集団検診

日程	乳	子宮	骨	受付時間	会場
6月29日(木)	○	○	○	12:00~13:00(乳定員30名)	向陽体育館
				17:00~18:00(乳定員30名)	
				骨12:00~14:00、17:00~18:00	
7月8日(土)	○	×	×	9:30~10:00(乳定員25名)	小坂町役場
				10:30~11:00(乳定員25名)	
9月6日(水)	○	○	×	12:00~13:00(乳定員50名)	向陽体育館

町集団検診での女性検診は、電話またはWebでの申し込みが必要です。

【申し込み期間】5月22日(月)~各日程の1週間前 ※定員になり次第終了

・保健センター：☎0186-29-3926

・Web：右記の二次元コードからお申込みください。(https://www.kensinportal.jp/akita/kosaka/2023/)



### かづの厚生病院での検診(対象：年度年齢40歳以上)

**内容** 乳がん検診、子宮頸がん・婦人科超音波検診  
**受付時間** 【月~木曜日】 7:50~8:00  
 【金曜日】 8:50~9:00

**持ち物** 健康保険証、検診料金、子宮がん検診受診票、乳がん検診受診票

日程	定員
10月16日(月)	2名
10月17日(火)	4名 ※乳がん検診のみ
10月18日(水)	2名
10月19日(木)	2名
10月20日(金)	4名
10月23日(月)	2名
10月24日(火)	4名 ※乳がん検診のみ

日程	定員
10月25日(水)	2名
10月26日(木)	2名
10月27日(金)	4名
10月30日(月)	2名
10月31日(火)	4名 ※乳がん検診のみ
11月1日(水)	2名
11月2日(木)	2名

#### 注意事項

- 40歳以上で2年に一度の定期受診者が対象です。(昨年度受けられた方は受診できません。)
- 原則、乳がん検診と子宮頸がん検診・婦人科超音波検診のセット検診となります。どちらかのみをご希望の方は申込みの際にお伝えください。
- 外来診察前に検診をする都合上、時間厳守でお願いします。受付時間に遅れた時は検診ができない場合があります。また、緊急の患者など、診察に時間がかかる場合がありますので、時間に余裕をもって受診してください。
- 受診日の1か月ほど前になりましたら、子宮がん検診受診票、乳がん検診受診票を町より発送します。記入が必要な欄がありますので、届き次第ご確認ください。

かづの厚生病院での女性検診は、電話での申し込みが必要です。

【申し込み期間】5月22日(月)~9月1日(金) ※定員になり次第終了

・保健センター：☎0186-29-3926



# 町では感染防止に配慮した方法で検診を行っています



マスクの着用



検温



手指・物品の消毒



換気



小坂町マスコットキャラクター  
「かぶきん」

距離の確保

## 受診時の感染症対策のお願い

- 可能な限りマスクの着用や咳エチケットへのご協力をお願いします。マスクはご自身で用意してください。
- 会場への出入りの際などアルコール消毒液での手指消毒をお願いします。
- 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。
- 体温を測定したり体調を確認したりすることがあります。ご協力をお願いします

## 次に該当する方は受診をお断りする場合があります

- いわゆる風邪の症状が持続している方
- 発熱(平熱よりも高い体温、あるいは体温が37.5℃以上を目安とします。)、咳、息苦しさ、全身の強いだるさ(倦怠感)、咽頭痛、鼻汁、鼻閉、頭痛、関節・筋肉痛、下痢、嘔気、嘔吐、味覚障害、嗅覚障害などの症状のある方
- 2週間以内に、新型コロナウイルスの患者やその疑いがある患者(同居者・職場内での発熱含む)との接触歴がある方
- 新型コロナウイルスの患者に濃厚接触の可能性があり、待機期間内(自主待機も含む)の方
- ご自身がPCR検査にて陽性となった場合や、ご家族や職場の方等がPCR検査にて陽性となり、濃厚接触者とされた場合、ご自身・ご家族等がPCR検査の結果待ちの場合

お問い合わせ

**小坂町役場 福祉課 まるごと支援班(まるねっと)**

**小坂町保健センター**(小坂町役場内1階右奥)

☎0186-29-3926 開庁時間 平日8:30~17:15(土日・祝日を除く)

