

早期発見・治療で守る大切な命

特集

特定健康診査・がん検診

無料

2人に1人がかかるといわれている、がん。がんで亡くなるかたも多いため、不治の病のように思われがちですが、早期発見・治療をすることで命を守ることができるようになってきました。しかし、コロナ禍での受診控えが懸念されています。初期症状がないことも多く、気付かないまま病状が進行してしまうこともあります。区は無料で健診・検診を行っています。積極的に健診・検診を受けましょう。

健康推進課成人保健係 ☎5722-9589、☎5722-9329



50年来、趣味の卓球を続けている三ヨさん。茂明さんは体育系の大学教授として健康への意識を高めてきた

痛いとかつらいとか、症状は全くなかった。でも、念のため受けた検診の結果は、大腸がんだったんです

健(検)診の重要性が、身に染みて分かりました



区の特健康診査・がん検診を受診したことで、病気の早期発見につながった区内在住の阿部さんご夫妻にお話を伺いました。

—お二人は区の特健康診査・がん検診は受診されていましたか。

茂明さん 昨年10月に受けたのが初めてです。70歳までは、職場で定期的に健康チェックをしていました。退職してからは、運動不足でしたが健康には問題ないと思っていたので、健(検)診の受診券が来ても、心は動きませんでした。健(検)診自体が多少面倒だと感じていたのがあります。

三ヨさん 私は退職した令和元年から、毎年受診しています。忘れないように、6月に受診券がきたらすぐに開封して、予約するんです。給食を扱う職業に携わっていたこともあって、自分の体調管理は必須だったので、受診するのは自然なことでした。受診先は、運動仲間から「信頼できるよ」と紹介された医院。すごく良い先生だったので、夫にも紹介しました。

茂明さん きっかけは特になくて、退職後2年間受診していなかったの、一度は診てもらおうかという軽い気持ちだったんです。無料ですしね。医院では先生に、血圧が高いですよと言われ、その場で薬を処方されました。自分でも高血圧と分かっていたんですけどね。

三ヨさん 血圧が高いなんて、知りませんでした。それだけ、日常生活に不都合は感じていなかったということでしょうね。

—健(検)診の結果はどうか。

茂明さん 受診した10日後に「大腸がん検診の検便で潜血があった」と連絡があり、精密検査が必要になりました。痔(じ)の症状かなとも思いましたが、検査を行ったところ、ステージ1の大腸がんでした。痛みなどの自覚症状が全くなかったのが驚きましたね。でも、早期発見だったため、手術は腹くう鏡で行い、術後の経過も良いと言われました。

三ヨさん ごく初期だったのは幸運でした。それも健(検)診で分かったのですから、感謝ですね。

—健康でいるために、健(検)診は大切ですね。

三ヨさん 私は毎年、健(検)診を受けることで、安心を得ているんだと思います。もちろん、異常なしが一番の安心です。でも、夫の場合は、幸いにも早期発見で、素早い治療に結びつきました。健(検)診で、安堵することもできるので実感しています。

茂明さん 妻のように、1年のスケジュールに健(検)診が入っているのはいいことですね。今回改めて痛感しました。

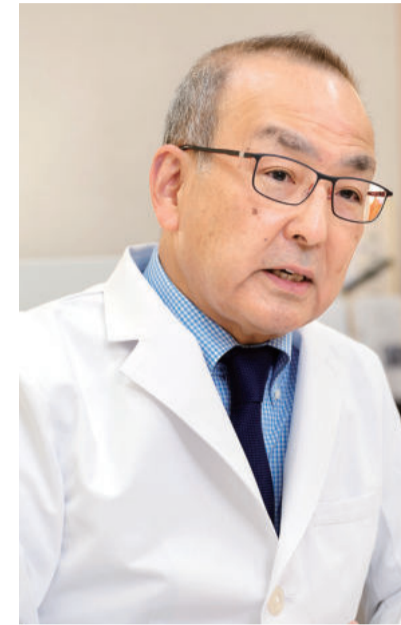


早期発見で本当に良かった

最初は面倒くさいと思ってて…

受診券が届いたら、すぐに開封して予約することが、忘れないコツですね

去年、健(検)診を受けていればという人がいると、医者として本当に悔しい
早期発見は命を守るだけでなく、
今までと変わらない生活も守ることにつながります



目黒区医師会会長 渡邊英章さん

特定健康診査・がん検診は、自分の体の状態を知るための良い機会です。

早期発見・治療をすれば、多くのがんは治る時代です。早期に治療することで、治療による体への負担を小さくすることができます。今までの生活を変わらず続けることもできます。実際に私の医院で検診を受け、がんが発見されたかたも多く、「早くに分かって良かった」とおっしゃいます。目黒区は23区の中でも早くから、がん検診に内視鏡検診(胃カメラ)を取り入れました。これにより早期の胃がんを多数発見できています。

また、特定健康診査を受けることで、良くない生活習慣を知り、改善して薬による治療まで至らないようにできる場合もあります。一方、血圧や血糖値が高いといった状態を放置すると、心筋梗塞、脳出血などの大病につながることもあります。今のところ体に悪いところはないと受診しないしていると、病

気が進行しているかもしれません。油断せず、定期的に健(検)診を受けることで、病気を未然に防ぐことができます。

コロナの影響もあり、昨年、一昨年と特定健康診査・がん検診の受診率は思わしくありません。この2年間、検診を受けず、その間にがんが大きくなっていったというケースもあります。健康でいることは、家族のため、社会的活動を続けるためでもあります。目黒区の特健康診査・がん検診は、他区と比べてもきめ細かく、質の高いのだと自負しています。無料で受けられます。特にこの2年間受診を控えていたかたは、ぜひ受けていただきたいと思います。



内視鏡の操作をする渡邊先生

毎年受けて、体の状態を知ろう 目黒区特定健康診査

特定健康診査は、生活習慣病の予防を目指して行う健診で、生活習慣を見直す機会にもなります。5月末頃に送付する受診券を持参すると、区内実施医療機関で、無料で心電図などの健診を受けることができます(予約が必要な場合あり。がん検診などの該当者には受診券を同封)。詳細は同封の書類をご覧ください。

実施期間 6/1~11/30

対象 ●40歳以上の目黒区国民健康保険加入者
●後期高齢者医療制度加入者

※40歳以上の生活保護受給者は生活福祉課にお問い合わせください

健診内容

身長・体重・腹囲計測、血圧測定、診察、尿(糖・たんぱく・潜血)・心電図・胸部X線・血液(脂質・血糖・貧血ほか)検査ほか

※一定の基準に該当し、医師が必要と認めた場合は、眼底・眼圧検査も実施
※目黒区国民健康保険以外の保険加入者と扶養家族は、加入する保険者(保険証発行元)にお問い合わせください
※感染状況により、休止・変更する場合があります

区実施の各種健診・検診

4/1~5年3/31に対象年齢になるかたへ受診券をお送りするものと、申し込みが必要なものがあります。いずれも、職場などで受診する機会のないかたが対象です。詳細は区庁(コード①)をご覧ください。お問い合わせください。



①~⑦の対象者に、5月末に受診券をお送りします

名称	対象	内容	受診期間
①大腸がん検診	40歳以上	便潜血反応検査ほか	6~11月
②胃がんリスク検査	未受診の40・45・50・55・60・65・70・74歳	血液検査(ヘリコバクター・ピロリ菌抗体、血清ペプシノゲン)ほか	
③肝炎ウイルス検診(B型・C型)	未受診の40歳以上	血液検査ほか	
④子宮がん検診	20歳以上で3年度未受診の女性	視診、内診、細胞診ほか	6月~5年2月
⑤子宮頸がん検診	平成13年4/2~14年4/1生まれで、令和3年度未受診の女性		6~11月
⑥眼科検診	40・45・50・55・60・65歳	矯正視力検査、精密眼底・眼圧検査ほか	6月~5年2月
⑦成人歯科健診	35・40・42・45・47・50・55・60・65・70歳	歯周病・虫歯・欠損歯の有無ほか	6月~5年2月
⑧肺がん検診	40歳以上	胸部X線検査、かくたん細胞診(一部のかたのみ)ほか	6月~5年2月
⑨乳がん検診	40歳以上で3年度未受診の女性	マンモグラフィ、視触診(任意)ほか	5月~5年2月
⑩胃がん検診	3年度未受診の50歳以上	胃内視鏡検査または胃X線(バリウム)検査ほか	5月~5年3月

受診方法は3ステップ

- ステップ1 受診券を確認し、電話予約
- ステップ2 予約日に受診
- ステップ3 後日、検査結果を聞きに病院へ

申し込みが必要な検診

申込先 総合庁舎本館3階健康推進課成人保健係
(〒153-8573目黒区役所(住所不要)、☎5722-9589)

⑧肺がん検診 電話または窓口
※3年度に受診歴があるかたは、5月末に受診券をお送りします

⑨乳がん検診 区庁(コード②)、電話、ハガキ(乳がん検診希望と明記し、住所、氏名(ふりがな)、電話、年齢・生年月日を記入)、窓口で、12/28(必着)まで受け付け
※昭和37年4/1~58年3/31生まれで、令和3年度未受診の女性には、クーポン券を5月末にお送りします

⑩胃がん検診 実施時期に、めぐる区報に掲載

