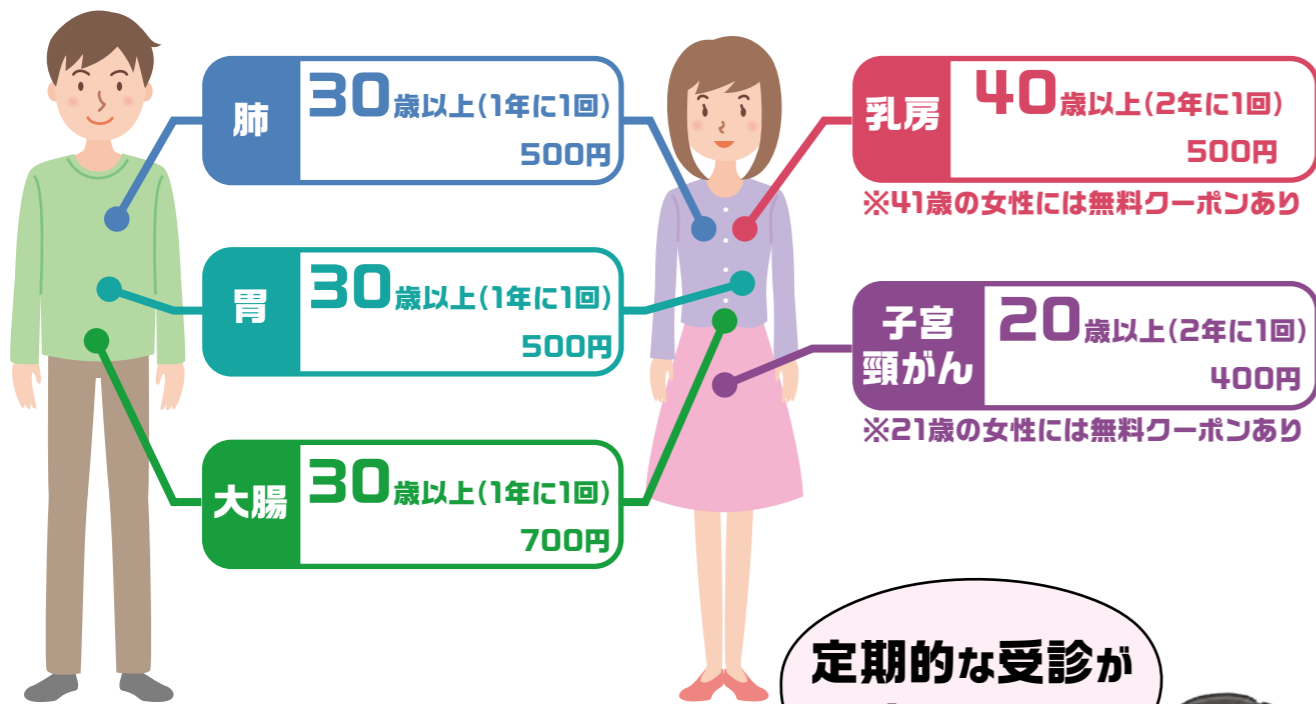


令和8年度
がん検診

がんの疑いをチェックします。
対象 次の5つの部位で自覚症状のない人



定期的な受診が
大切です!

- がん検診や人間ドックで見つかるがんは7割が「早期」です。
- 早期発見ができれば、がんによる死亡のリスクを減少させることができます。
- 要精密検査という結果が出た場合は、必ず精密検査を受けてください。



▲集団健診の受け付けをするスタッフ

特集
健診を受けよう

市では特定健診・がん検診を行っています。特定健診で分かる生活習慣病は、気付かないうちに進行することがあります。健康診断は病気の予防や早期発見のための大切な機会です。生活習慣を見直すきっかけにもなります。年に一度健診を受けて、自分の健康状態を確認しましょう。

問い合わせ 市いきいき健康課 ☎0940・34・3351

生活習慣病が重い病気につながる恐れ

日本では、食生活の変化や運動不足などによって、糖尿病や高血圧、脂質異常症といった生活習慣病が増加しています。生活習慣病は自覚症状がないまま進行し、心疾患や脳血管疾患などの重大な病気につながる恐れがあります。

こうした背景から、国は医療費の適正化と国民の健康寿命の延伸を目的に、メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)に着目した「特定健診・特定保健指導」を推進しています。

特定健診で生活習慣病のリスクを早期把握

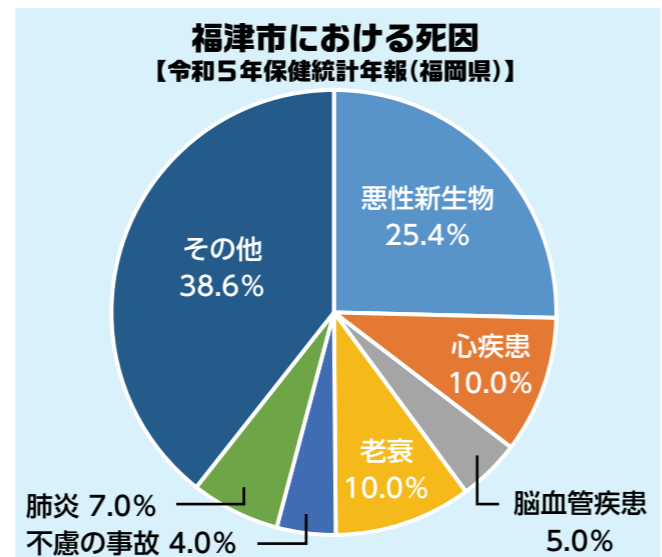
特定健診は、40〜74歳までを対象に、生活習慣病の予防と早期発見を目的として実施されている健康診断です。特定健診では、腹囲や血圧、血糖、コレステロールなどを確認し、生活習慣病のリスクを早い段階で把握することができます。また、健診結果に応

じて、生活習慣の改善をサポートする特定保健指導を受けることができます。市では、対象となる皆さんが安心して受診できるように、受診しやすい環境づくりに取り組んでいます。

福津市における死因
1位は「がん」

がん検診とは、がんを早い段階で見つけ、早期に治療につなげることを目的とした検査です。自覚症状がないうちに受けることが大きな特徴で、症状が出てから医療機関を受診する「診療」とは異なります。がんは日本人の死亡原因の上位を占めています。令和5年保健統計年報によると、福

津市でも死亡原因の1位はがん(悪性新生物)で、25.4%です。しかし、早期に発見し適切な治療を行うことで、治る可能性が高くなる病気でもあります。そのため、国では定期的ながん検診の受診を推奨しています。



がんは早期発見が鍵

市が実施するがん検診は、胃がん、大腸がん、肺がん、乳がん、子宮頸がんです。対象年齢や検査内容は種類によって異なりますが、いずれも科学的根拠に基づき、効果が認められている検査です。

女性は30代から、男性は40代からがんにかかる割合が増加しています。がんは、誰にでも起こりうる病気であり、若い世代も例外ではありません。早期に発見できれば治療の選

択肢が広がり、体への負担も軽減されます。しかし、初期のがんは自覚症状がほとんどないため「気付いたときには進行していた」ということも少なくありません。「まだ若いから大丈夫」と思わず、症状がない今こそ、自分の体の状態を確認してみませんか。

忙しい毎日の中で後回ししがちですが、自分自身や大切な家族のためにも、定期的ながん検診を受けましょう。早期発見・早期治療が、健康な生活を守る第一歩です。





健診受診者にインタビュー

Interview
キャベツやトマトを栽培する農家
松尾 光浩さん

▲In-Body測定中

ふくとぴあでの集団健診や消防団での健診を毎年受診しているという松尾光浩さんに話を聞きました。

Q. 集団健診を受診して良かったことは？

A. 毎年健診を受診することで今の健康状態が分かり、保健指導を受けるので、やせないといけないと思いますし、仕事柄、体が資本なので自分の体を大切にしないとダメと感じます。

Q. 保健指導を受けて、どんなことを感じましたか？

A. コーチ・監督のように自分を見てくれている保健師や看護師、栄養士のかたがいるので心強いです。定期的に電話をしてくれるなど、このままではいけないと気付かせてくれる抑止力になりますね。そうやって頑張っていたら、家族にも褒められてうれしいです。

Q. 保健指導を受けた後、何か変化がありましたか？

A. 保健指導を受けた後、まず体重が減りました。元々、甘いコーヒーが好きでよく飲んでいましたが、ブラックコーヒーを勧められて意識的に飲むようにしたら今はブラックコーヒーしか飲まなくなりました。キャベツを作っているので、食事のときはキャベツを先に食べてから揚げ物を食べるなど、食べる順番を考えるようになりました。

Q. 健診のお勧めポイントは？

A. 1年間で体重が2.9kg減り、腹囲が5cm細くなりました。In-Body(※)で「標準体型」と診断されてうれしかったです。健診は市の助成があるので安価で受けられますし、近くで受けられるのでお勧めです。

(※) 筋肉量・脂肪量・水分量などを測定できる体成分分析装置

