

体の声を聞いてみませんか？

〜検診・健診に行こう〜

病気の発症を予防し、健康に生きるためには、体の状態を把握することが大切です。今回は、広報ボランティアの櫻井さんが、検診・健診の重要性を取材しました。皆さんも、体の声を聞くために、検診・健診に行ってみませんか。



▲特定健診の血液検査。糖尿病や動脈硬化などの生活習慣病を早い段階で見つけることができます



街角記者

櫻井 紀子

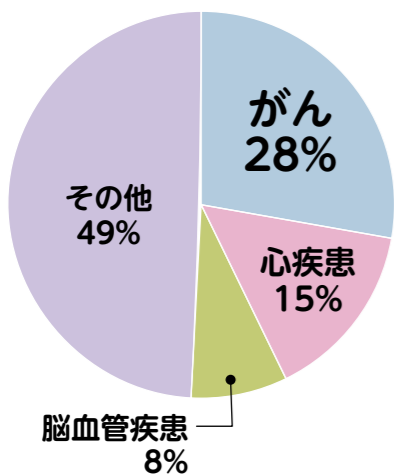
広報ボランティアを始めて12年。取材を通じて、さまざまな出会いや学びがあり、いつも感謝しています。

「街角記者が行く」とは、広報ボランティアが読者の皆さんを代表して記者となり、街角に出て、市や関連団体の取り組みを取材するコーナーです。記者の目線で、時には歯に衣着せぬ物言いで関係者を取材し、皆さんの疑問に答えていきます。

死因の上位はがんや心疾患、脳血管疾患

皆さんはがん検診や健診（健康診査）を受けていますか。大事なことは何となく分かっているけれど、なかなか受診する機会のない検診・健診について知るために、市いきいき健康課の保健師の藤田春菜さんと衣川枝里さんに話を聞きました。まずは病気で亡くなる人の現状について教えてもらいました。藤田さんによると、病気による死因の上位はがん、心疾患、脳血管疾患だそうです。心疾患とは狭心症や心筋梗塞など、脳血管疾患とは脳出血や脳梗塞などがあります。これらの病気は自覚症状がほとんどなく、一命をとり留めたとしても、日常生活が制

平成29年の日本人の主な死因別死亡数の割合



資料：平成29年人口動態統計月報年計（概数）の概況を基に作成

がんと心疾患、脳血管疾患だけで、日本人の死因の50%を超えています。

限されたり、後遺症によって年齢に関わらず、介護が必要な状態になったりしてしまうこともあるそうです。

危険な病気の予防のためには健康状態の把握が重要

自覚症状に乏しい病気を防ぐためには検診・健診の受診が重要だと衣川さんは言います。「検診や健診を受けることで、がんを早期に見つけたり、動脈硬化の原因となる体の状態を把握して狭心症や心筋梗塞、脳血管疾患を予防したりすることができそうです。衣川さんによると健診のうち、体が健康かどうか知るためのものを特定健診（特定健康診査）と呼ぶそうです。

特定健診では、血圧や尿など

の検査を行い、体の健康状態を把握します。異常があったとしても、適切な治療を受け、生活習慣を改善することで、動脈硬化の進行を抑え、狭心症や心筋梗塞、脳血管疾患などにかかる危険性を減らすことができるそうです。特定健診は加入している保険によって受診場所や申込先が異なり、福津市国民健康保険に加入している人は市が実施している特定健診を受けることができます。病気の予防には体に異変を感じる前に、がん検診や特定健診を受診し、体の声を聞くことが大切なのです。

実際に特定健診とがん検診を受診

2人の話を聞いた後、私の加入している社会保険が実施する特定健診と、市が実施するがん検診を受診しました。特定健診では、血圧測定や血液検査などを受け、がん検診では、肺がんと大腸がんの検診を受けました。肺がん検診は胸のレントゲンを撮影、大腸がん検診は検便を提出するだけで痛みもありませんでした。会場のスタッフの皆さんも優しく丁寧で、安心して受診することができました。また、



▲血圧測定で血管の状態が分かります

時間も2時間もかからずに終了しました。

私が特定健診とがん検診を受診した日は高齢の男性や若い女性など幅広い年代の人が受診していました。受診した人に感想を聞くと、初めて受診した女性「健診を受けて健康状態が分かり安心した。今後も受診したい」と話してくれました。男性の受診者の人たちからは「健康維持のため受診している」「近しい安価で受診できるので便利だ」という話を聞きました。初めて特定健診やがん検診を受けた人も、以前から受診している人も「受けてよかった」と話していたことが印象的でした。

街角記者が行く

～広報ボランティアの取材報告～

