

総合健(検)診を リニューアルしました!

健診
受けようね!



今年度の総合健(検)診が、大きく変わりました!

該当する市民の皆さまには、ご案内を地区の保健協力員より配布しています。まだお申し込みされていない方は、積極的なご利用をお願いします。

また、転入された方や医療保険(公的)の変更等があった方は健康推進課までご連絡ください。

リニュー
アル①

検査項目が増えました!

新たにクレアチニン検査を追加し、特定健診・健康診査受診者全員が、心電図検査・眼底検査・貧血検査を受けることができます。
※クレアチニン検査は、腎機能の働きを調べる検査です。



乳がん・子宮がん検診の 対象者が拡大しました!

今までは、偶数年齢の方のみ子宮頸がん・乳がん検診の対象でした(30~39歳女性除く)。

今年度は、奇数年齢の方でも平成25年度に市の子宮頸がん・乳がん検診を受診していない方は受診することができます。

リニュー
アル②

リニュー
アル③

個別健診を受けられる 期間が拡大しました!

今年度は、平成26年5月1日から平成27年3月31日まで受診できます。つがる市指定医療機関(つがる市と五所川原市内)にて受けることができます。集団健診の日程や会場だと都合がつかない、主治医のもとで受けたい等がありましたら個別健診をご利用ください。

なお、集団健診は平成26年5月22日から11月18日までとなっています。

無料がん検診継続中!

がん検診はつがる市民で対象年齢であれば、誰でも受けることができます。検診項目は、胃がん・大腸がん・肺がん・前立腺がん・子宮頸がん・乳がんです。

※個別健診は肺がんではなく結核検診となります。

「市民特別健診事業」として防衛省から交付された再編交付金で実施しているため、無料となっています。

お得

健康だからと油断せず、健診を受けよう!

生活習慣病は、自覚なく進行していきます。症状がでた時には、服薬を必要としたり、合併症がでたりする場合もあります。また、がん検診も早期発見早期治療が大切です。

【問い合わせ先】健康推進課 電話42-2111(内線307)

受けて 良かった健診!



○戸澤正二郎さん(44歳) 木造地区・自営業

40歳で総合健診の案内が来たので初めて受診しました。自営業なので職場健診もないし、料金が安かったのが理由です。若い時に比べて体重も増えたと、「もしかしたら何かかひっかかるかな」と思っていたのですが、本当にコレステロールが高く驚きました。昨年、3年ぶりに健診を受けたら、40歳の結果と比較して様々悪化していたので、今年も続けて受けて自分の体の経過を見ていきたいと思っています。がん検診も無料なので受けやすいです。

最近、健康づくりも兼ねて、柔道を小学生に教えています。運動の汗はとてもさっぱりします。

○成田春幸さん(41歳) & 聡子さん(36歳)夫婦 車力地区・自営業



会社勤めをしていた頃は、毎年職場健診を受けていました。つがる市に嫁いでからも、市からがん検診の案内が来るので毎年受けています。

夫も40歳の時に総合健診の案内が来たので続けて受けています。特に理由はないけど、病院だと面倒だし、1,000円で色々と検査できるのがいいです。

健診結果が届いたらお互いに見せ合っています。最初は夫の結果をみて「やばい」と思ったので、保健師と面接をして、ビールを糖質ゼロに変え、ご飯茶碗を小さくし、野菜をたくさん食べるようにしました。料理の味付けも初めは「薄い」と言われましたが、最近は慣れたのかあまり言わなくなりました。前回の結果では「去年より数値が改善した」と2人で喜びました。

毎回市役所から案内が来るので健診に行かないと気になります。また、自覚症状がなくても病気が隠されていることがあるので、毎年受けることが大切だと思うし、もちろん今年も夫婦で申し込みをしました。

市長から市民の皆さまへのメッセージ

元気で生活していくためには、自分や家族の健康がとても大切です。市民の皆さまがいつまでも元気で働き、長生きできるように受診しやすい環境づくりや検査内容の充実を図っています。是非、年に1回は健診を受けましょう。

