

令和6年度 健診 の お知らせ

- 地区コミセン等で受ける**地域健診** 4 ページ
- 指定の病院で受ける**施設健診** 7 ページ
- 市国保加入者で奇数年齢の方限定の
人間ドック 9 ページ
- 市国保・後期の方限定の**個別健診**
10 ページ
- **がん単独検診** 11 ページ
- **歯科の健診** 12 ページ

無料対象者とその項目

- 20歳女性…子宮頸がん検診
- 40歳…受診可能な項目全て
- 65歳の市国保……特定健診

※年齢は、年度年齢



市公式LINEからも
健診の一部が申し込め
るようになりました。
ぜひご利用ください。



▲市公式LINE

市の健診（検診）で健康管理！

対象 年齢

男性 30歳以上
女性 20歳以上 の市民の方

受診 方法

病院に向いて受ける方法と、“複合施設こらす”や各地区のコミセンで受ける方法があります。土日の健診日もありますので、平日に受けるのが難しい方も受診できます。

料金

市が費用の一部を助成しているため、一般的な金額よりお手頃な料金設定となっています。職場で健康診断を受ける方も、項目にないがん検診などは市の検診をご利用ください。

申込 方法

どこで受けるかによって申込方法が異なります。冊子で詳細を確認し、申し込んでください。受付日時が決まっていますので、期日や時間を守って申し込んでください。

天草中央保健福祉センター ☎24-0620
天草西保健福祉センター ☎75-3301

▶ あなたが受けられる健診は？

市の健診（検診）項目は、年齢や加入している医療保険によって受けられる項目が決まっています。年齢は、年度年齢（令和7年4月1日時点の年齢）で判断します。まずは、下の早見表で健診項目を確認してください。

75歳以上の項目に○がついている場合、年齢の上限に制限はありません。普段、医療にかかっていない元気な高齢者の皆さんも、毎年の健診（検診）で健康チェックをお願いします。

種類	年齢	性別	20代	30代	40代	50代	60代	70～74歳	75歳以上	受診方法			
生活習慣病予防健診				○						①地域	②施設		
特定健診	身体測定や血液検査、尿検査などの基本の検査。		天草市国民健康保険加入者 ※社保で「特定健診受診券」を持参すると受診可							①地域	②施設	③個別	
後期高齢者健診									○ 後期高齢者	①地域	②施設	③個別	
人間ドック			30～74歳の天草市国保加入者で奇数年齢になる人									指定病院	
胸部検診 （レントゲン）					○	○	○	○	○	①地域	②施設		
大腸がん検診 （便潜血）					○	○	○	○	○	①地域	②施設	郵送法	
胃がん検診 （バリウム）					○	○	○	○	○	①地域	②施設		
腹部超音波検診				○	○	○	○	○	○	①地域	②施設		
乳がん検診	超音波検査	女性		○	○ 奇数年齢の女性						①地域	②施設	単独
	マンモグラフィ				○ 偶数年齢 （2方向）	○ 偶数年齢（1方向）						①地域	②施設
子宮頸がん検診		女性	○	○	○	○	○	○	○	①地域	②施設	単独	
骨粗しょう症検診		女性		30・35歳	40・45歳	50・55歳	60・65歳	70歳		①地域	②施設		
		男性				50・55歳	60・65歳	70歳		①地域	②施設		
前立腺がん検診 （血液）		男性				○	○	○	○	①地域	②施設		
肝炎ウイルス検診 （血液）					40歳の 未受診者					①地域	②施設		
歯科の健診（検診）					○ 歯周疾患検診				○ 歯科口腔健診			個別	

■社会保険の被扶養者の方は、「特定健診受診券」が送られてきていませんか？健診を受けられる大切な受診券です。

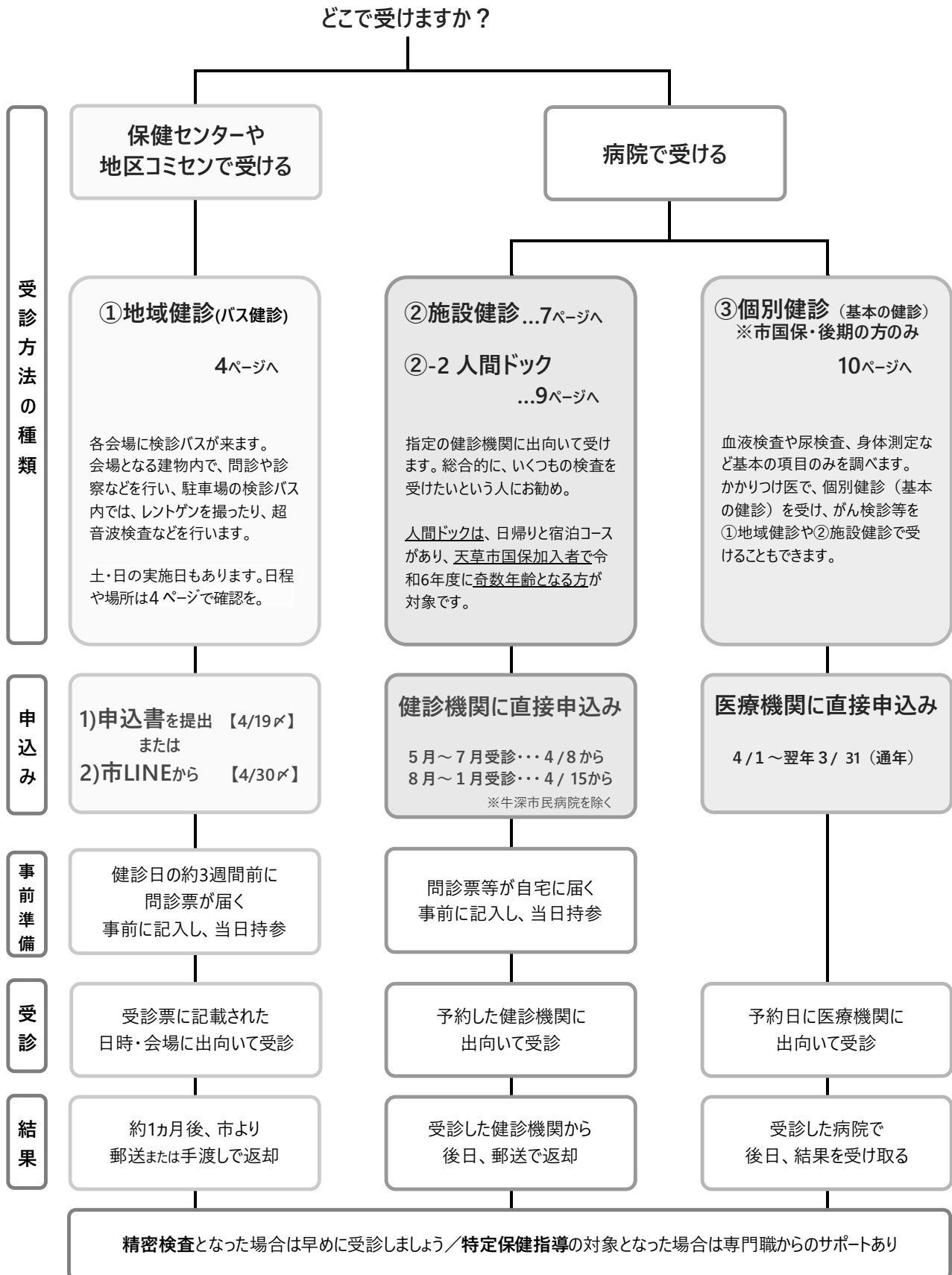
送られてきた「特定健診受診券」は、地域健診や施設健診を受診される際に持参されると、特定健診を受けることができます（別料金）。

詳細は、お勤めの事業所またはご加入の保険者に確認してください。

■表の右端の受診方法は、①地域は4ページの地域健診、②施設は7ページの施設健診、③個別は10ページの個別健診、単独は11ページのがん単独検診、個別は12ページの歯科の健診を表しています。

➤ 健診受診の流れ

市の健診は、病院に出向いて受ける方法と病院以外（保健センターや地区コミセン）で受ける方法があります。



➤ 令和6年度の健診スケジュール

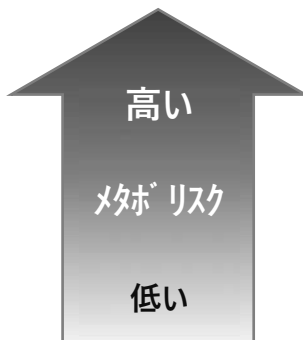
市の健診は、実施期間が決まっています。先の予定はまだ分からないからと申し込みを後回しにするのではなく、先に健診日を入れ込んで、ご自身の健康管理を優先してください。忘れないうちに、まずは申し込みを！

種類		4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
集団	地域健診 (バス健診)	← 申込受付		→ 実施 (指定の会場・日程)									
	施設健診	← 申込受付	→ 実施										
	人間ドック	← 申込受付	→ 実施 (定員あり)										
個別	・個別健診 ・歯科の健診	← 申込受付・実施 →											
単 独 検 診	子宮頸がん検診							← 申込受付・実施 →					
	乳がん検診				← 申込受付・実施 →								
	大腸がん検診 (郵送法)										← 申込受付	→ 返送期間	

➤ 健診結果からメタボのリスクに応じて保健指導！

日本人の死因の半数以上を占める生活習慣病とその危険因子である「^{※1}メタボリックシンドローム(メタボ)」。健診の結果から、メタボのリスクに応じて生活習慣改善サポート(特定保健指導)が受けられます。「特定保健指導」の案内があった場合は、専門職のサポートを受けながら一緒に生活習慣を見直し、この先の“健康”を手に入れましょう。

●特定保健指導のメニュー



積極的支援	専門職(保健師や管理栄養士など)のグループや個別面接など3ヶ月以上継続的な生活習慣の改善に取り組みます。
動機付け支援	はじめに専門職(保健師や管理栄養士など)から個別の指導を受けて、生活習慣病の改善に取り組みます。
情報提供	皆さんに生活習慣病の予防に関する情報提供があります。



※メタボとは・・・過剰な内臓脂肪が原因で、高血圧・糖尿病・脂質異常症などの生活習慣病にかかりやすくなっている状態のこと。放置すれば心臓病や脳卒中などの深刻な病気へと進行します。

●特定保健指導の判定基準 (該当する項目数や年齢によって判定)

腹 囲 男性 85 cm以上 女性 90 cm以上 または BMI が 25 以上	これに加えて +	血糖異常 血糖値 または HbA1c 値に 異常あり	高血圧 血圧が高い	脂質異常 中性脂肪値 または HDL コレステロール 値に異常あり	現在、 喫煙している

➤ ①地域健診（保健センターや地区コミセン等で受ける）

地域健診は、7月～11月にかけて各地区の指定会場で実施します。土日実施日もあり、平日受診が難しい方も受けることができます。

混雑を避けるため、7時30分から区切ってお案内しており、最終受付が11時（会場によっては10時）となります。

受診項目によっては、朝食を食べずに受ける必要があるため、午前中のみ実施します。

申込者には、健診日の約3週間前に問診票等をお送りしますので、事前に記入して当日ご持参ください。



▲地域健診のようす(動画)

▲こらす駐車場に検診車が並ぶようす

■地域健診の日程等 ※コミセン…コミュニティセンターの略

地区	健診会場	実施日	地区	健診会場	実施日	
本 渡	複合施設こらす	8月17日～23日	倉 岳	倉岳体育館	10月9日・10日	
	本町地区コミセン	8月24日	栖 本	栖本福祉会館	7月9日・10日	
	志柿地区コミセン	8月29日	新 和	新和町民センター	11月3日	
	下浦地区コミセン	8月30日	五 和	御領地区コミセン	9月10日～13日	
	佐伊津地区コミセン	8月31日		五和町漁村センター	9月17日・18日	
	複合施設こらす	9月14日～16日		地域交流センターおおくす	9月19日・20日	
	牛 深	市役所牛深支所	9月21日・22日	天 草	高浜地区コミセン	9月27日
魚貫町交流促進センター		9月23日			下田北地区コミセン	10月1日
深海地区コミセン		9月24日・25日	河 浦	富津地区コミセン	9月28日	
須口区健康センター		9月26日			一町田地区コミセン	10月4日・5日
牛深総合体育館		10月2日・3日			天草西保健福祉センター	10月6日
有 明	有明町民センター	7月11日～13日		宮野河内地区コミセン	10月7日	
	御所浦	嵐口町民センター	10月11日・12日		新合体育館	10月8日

予備日：11月16日、11月17日 ※状況により追加で実施する場合があります。

申込方法

（1）郵送（地域健診申込書の提出）

- 同封の地域健診(バス健診)申込書に必要な事項を記入し提出
- 提出の一次締切は

4月19日（金）まで

※提出の際は、ご家族の意向も確認してください。

※一次締切後も、随時提出は可能です。

（2）市公式 LINE から

- 申込期間は、**4月30日（火）**まで。詳細は次ページへ

【注】地域健診は、3つの健診機関に委託して実施します。料金は一括してJA熊本厚生連が徴収します。過去に五和地区・天草地区で受けられた方は、主となる健診機関が変わるため、以前の結果が記載されませんのでご了承ください。

- 胸部検診 天草地域健診センター
- 大腸がん検診 大腸肛門病センター高野病院
- 上記以外の項目 熊本県厚生農業協同組合連合会
(通称：JA 熊本厚生連)

※保健センターと健診機関名の双方が記載された封筒等で、問診票や結果を送付します。結果は複数枚になる場合があります。

➤ 地域健診(バス健診)の市公式 LINE からの申し込み

地域健診の申し込みが、天草市公式 LINE からできるようになりました。ご自身で、場所や健診日を選択することができます。ご家族の申し込みも、代理で行うことができます。次の手順で申し込みを行ってください。



LINE から申し込まれた場合は、地域健診申込書(紙)の提出は不要です。

▲天草市公式 LINE

1. 手元に、「地域健診(バス健診)申込書」を準備する
※生年月日の下に記載してある 4~7 桁の数字(健診番号)が必要
2. 市公式 LINE をフォロー(友だち追加)する / 天草市公式 LINE を開く
3. 下側のメニュー(リッチメニュー)を表示させ、「健康・保健」メニューを押す(タップする)
4. 「地域健診の申込み」を押す(タップする)
5. メッセージが発信されますので、順に回答していきます。

※スマートフォン画面左下のキーボードボタンを押すと、直接入力ができます。

令和6年度 天草市地域健診(バス健診)申込書
作成日: 2024/02/01

〒863-0034 天草市浄南町4番15号

健康 太郎 様
性別: 男 生年: 1924年10月

健康保険: 国民健康保険 (123456)

〒1日中に連絡する電話番号を記入してください。

健診項目	健康 太郎	健康 花子	健康 次子
生活習慣病予防健診 (30~39歳)	○	◎	◎
特定健診 (40~74歳の国民健康保険)	○	◎	◎
後期高齢者健診 (75歳以上)	○	◎	◎
歯部健診 (レントゲン検査) 40歳~	○	◎	◎
大腸がん検診 (便潜血検査) 40歳~	○	◎	◎
胃がん検診 (ヘリウム検査) 40歳~	○	◎	◎
胸部超音波検査 30歳~	○	◎	◎

▲天草市地域健診(バス健診)申込書

【注意】

- 機能の追加により、LINEのメニュー画面や表示内容が変更となる場合があります
- 操作が不明な場合は、各保健センターまでお尋ねください
- 操作の途中で「中止」を選択または入力すると、手続きを終了することができます

【Androidの方】

生年月日をカレンダーから選択する場合、画面の西暦部分を押し、変更できます。



市公式 LINE から予約すると
こんなメリットが！
LINE 以外のネット申込みは、
市ホームページから



▲市ホームページ

- ◇ 予約した健診日の確認ができます
- ◇ 健診日や受付時間を変更したい場合は、LINE から変更可能
※変更できる期間は、問診票が届いてから健診日の前日まで
※変更する場合は、一旦予約をキャンセルしてから空いている時間を取り直す必要があります
- ◇ LINE を使えないご家族の分も、手続き可能
- ◇ 健診受診日の前には、LINE からメッセージを配信。受診忘れ防止に

※LINE 利用者には、後日アンケートを実施することがあります。利用満足度を調査し、改善するために実施しますので、その際はご協力をお願いします。

◆ 地域健診料金表 ※本年度 40 歳は無料

※生活保護受給者は、証明書持参で無料

基本健診の種類	健診料金
生活習慣病予防健診（30 代の人）	1,000 円
特定健診（40～74 歳の市国保加入者）	1,000 円 ※40 歳・65 歳は無料
後期高齢者健診（後期高齢者医療加入者）	800 円 ※心電図は、必須ではなく 医師の判断になります

各種検診項目	市国保または 70 歳以上	社保・共済等加入者
1. 胸部検診（レントゲン）40 歳～	200 円	400 円
2. 大腸がん検診（便潜血）40 歳～	200 円	400 円
3. 胃がん検診（バリウム）40 歳～	700 円	1,300 円
4. 腹部超音波検査 30 歳～	400 円	800 円
5. 乳がん検診（超音波検査）30 代、40 歳以上の奇数年齢	300 円	700 円
【女性】 //（マンモグラフィ 2 方向）40 代の偶数年齢	600 円	1,200 円
//（マンモグラフィ 1 方向）50 歳以上の偶数年齢	400 円	900 円
6. 子宮頸がん検診 【女性】20 歳以上	600 円 ※20 歳は無料	1,200 円
7. 骨粗しょう症検診 【女性】30・35・40・45・50・55・60・65・70 歳 【男性】50・55・60・65・70 歳	300 円	600 円
8. 前立腺がん検診 【男性】50 歳以上	200 円	400 円
9. 肝炎ウイルス検診	対象は、40 歳の未受診者のみ（ハガキ送付）で、無料で検査します	

※1. 胃がん検診の方法



①バリウム（造影剤）を飲んで…



②胃の内部を X 線で映し出す

【注】地域健診で実施する胃がん検診は、バリウムを飲んで検査する

「胃透視検査」のみで胃カメラはありません。

※検査台が動くため、握力が弱く体勢が維持できないなど検査を受けることが難しい場合は、検査をお断りすることがあります。

➤ ②施設健診（指定の病院に出向いて受ける）

指定の医療機関に出向いて受ける健診です。8つの医療機関で受けることができますので、直接、希望する病院に電話し、予約してください（午前中は健診実施中のため来院でのお申し込みはご遠慮ください）。

混雑回避のため、受診する月によって予約開始日が異なりますのでご注意ください。予約の際は、手元に保険証を準備し、「天草市の施設健診の申し込みです」とお伝えください。

5～7月に受診希望の方・・・4月8日（月）から受付開始

※牛深市民病院のみ、
4月8日から一斉受付

8～1月に受診希望の方・・・4月15日（月）から受付開始

※各病院の受入人数には定員があり、予約受付を早期に終了する場合があります。

※受付は令和7年1月10日（金）まで。受診は5月から翌年1月末まで。

施設健診の実施医療機関	電話番号（0969-）	予約の受付時間
天草地域健診センター※1	24-4166	平日 9：00～17：00
天草中央総合病院 健康管理センター	22-0077	平日 10：00～15：00
天草第一病院	24-3777	平日 8：30～17：00
福本病院（牛深町）	73-3131	平日 13：30～17：00
牛深市民病院	73-4171	平日 9：00～16：00
新和病院	46-2003	平日 8：30～15：00
河浦病院	76-1151	平日 8：30～17：00
天草慈恵病院 健診センター（苓北町）※2	37-1730	平日 8：30～17：30

※検査項目によっては、同一日・同実施機関で受けることができない場合がありますので、予約時にご確認ください。

※1 がん検診のみの受診はできません。基本の健診とセットで申し込んでください。

※2 外国語（中国語・ベトナム語）対応可 有中文 Có sẵn bằng tiếng Việt

◆ 施設健診料金表 ※本年度40歳は無料

※生活保護受給者は、証明書持参で無料

基本健診の種類	健診料金
生活習慣病予防健診（30代の人）	1,000円
特定健診（40～74歳の市国保加入者）	1,000円 ※40歳・65歳は無料
後期高齢者健診（後期高齢者医療加入者）	800円 ※心電図は、必須ではなく 医師の判断になります

※基本健診の検査項目



身体測定



血液検査



血圧測定



尿検査



心電図



問診・診察

【注意】

後期高齢者健診に、心電図はありません（医師の判断）。

◆ 施設健診料金表

※本年度 40 歳は無料

※生活保護受給者は、証明書持参で無料

各種検診項目	市国保または 70 歳以上	社保・共済等加入者
1. 胸部検診（レントゲン）40 歳～	200 円	500 円
2. 大腸がん検診（便潜血）40 歳～	200 円	300 円
3. 胃がん検診（バリウム）40 歳～	900 円	1,800 円
4. 腹部超音波検査 30 歳～	500 円	1,100 円
5. 乳がん検診（超音波検査）30 代、40 歳以上の奇数年齢	500 円	1,000 円
【女性】 〃（マンモグラフィ 2 方向）40 代の偶数年齢	700 円	1,400 円
〃（マンモグラフィ 1 方向）50 歳以上の偶数年齢	600 円	1,100 円
6. 子宮頸がん検診 【女性】20 歳～	700 円 ※20 歳は無料	1,400 円
7. 骨粗しょう症検診 【女性】30・35・40・45・50・55・60・65・70 歳 【男性】50・55・60・65・70 歳	300 円	600 円
8. 前立腺がん検診 【男性】50 歳～ ※基本健診を同時に受けない場合は（ ）の金額	200 円 ^{単独} (400円)	400 円 ^{単独} (700円)
9. 肝炎ウイルス検診	対象は、40 歳の未受診者のみ（ハガキ送付）で、無料で検査します	

市国保の方限定 人間ドックの検査費用の一部を助成

次の健診機関で人間ドックを受診される 40～74 歳の天草市国民健康保険加入者の皆さんを対象に、検査費用のうち特定健診にかかる費用（約 1 万円）を助成します。

- 済生会熊本病院予防医療センター (☎096-351-8155 平日 8:30～17:00)
- 日本赤十字社熊本健康管理センター (☎096-387-6651 平日 9:00～16:00)
- 熊本県厚生農業協同組合連合会 (☎096-328-1262 平日 9:00～17:00)
- 高野病院総合健診センター (☎096-206-8188 平日 9:00～17:00)
- メディメッセ桜十字予防医療センター (☎0570-550-182 平日 9:00～16:00)

※人間ドックを申し込む際に、天草市国保であることを申し出のうえ、受診当日に保険証を提示ください。

提示がない場合は、全額自己負担となります。

令和 6 年度（R6.4.1～R7.3.31）の受診が対象となり、健診結果で特定保健指導が必要な方は市から連絡させていただきます。

➤ ②-2 人間ドック(天草市国民健康保険加入者で本年度奇数年齢の人)

30～74歳の天草市国民健康保険加入者のうち、令和6年度奇数年齢(下表の誕生日)の方が受けることができます。下記の医療機関に直接、申し込んでください。

31歳：H5.4.2～H6.4.1	41歳：S58.4.2～S59.4.1	51歳：S48.4.2～S49.4.1	61歳：S38.4.2～S39.4.1
33歳：H3.4.2～H4.4.1	43歳：S56.4.2～S57.4.1	53歳：S46.4.2～S47.4.1	63歳：S36.4.2～S37.4.1
35歳：H1.4.2～H2.4.1	45歳：S54.4.2～S55.4.1	55歳：S44.4.2～S45.4.1	65歳：S34.4.2～S35.4.1
37歳：S62.4.2～S63.4.1	47歳：S52.4.2～S53.4.1	57歳：S42.4.2～S43.4.1	67歳：S32.4.2～S33.4.1
39歳：S60.4.2～S61.4.1	49歳：S50.4.2～S51.4.1	59歳：S40.4.2～S41.4.1	69歳：S30.4.2～S31.4.1

※偶数年齢の方は、来年度が人間ドックの対象となりますので、本年度は地域健診や施設健診で健康チェックをお願いします。

71歳：S28.4.2～S29.4.1
73歳：S26.4.2～S27.4.1

予約受付 4月8日(月)から定員(850人)に達するまで

申込方法 希望する医療機関へ直接申し込み

医療機関名	電話番号(0969-)	予約の受付時間
天草地域健診センター	24-4166	平日 9:00～17:00
天草中央総合病院 健康管理センター	22-0077	平日 10:00～15:00
天草第一病院	24-3777	平日 8:30～17:00
牛深市民病院	73-4171	平日 9:00～16:00
天草慈恵病院 健診センター(苓北町)	37-1730	平日 8:30～17:30

■検査項目

項目	内容 (★は1泊2日コースのみ)
内科診察	問診、身体測定
理学検査	聴覚・視力・眼底検査
循環器系検査	血圧・心電図(安静・負荷★)
血液検査	赤血球・白血球数、ヘマトクリット値など
腎・泌尿器系検査	尿検査、尿素窒素、クレアチニン、尿酸など
脂質系検査	コレステロール値、中性脂肪
肝・膵機能検査	総ビリルビン、血清総蛋白、アルブミン値など
糖代謝検査	尿糖、空腹時血糖、ヘモグロビンA1c、糖負荷試験★
血液検査その他	炎症反応、梅毒反応、腫瘍マーカー
呼吸器系検査	肺機能検査、胸部X線撮影(2方向)
消化器系検査	便潜血2日法、上部消化管検査、S状結腸内視鏡★
腹部超音波検査	胆のう・すい臓・脾臓・肝臓・腎臓検査
婦人科検査ほか(女性のみ)	子宮頸がん検査、乳がん検査、骨粗しょう症検査

◆個人負担金

男性(日帰り) **11,900円**

男性(1泊2日) **17,400円**

女性(日帰り) **14,700円**

女性(1泊2日) **20,400円**

※50歳以上の男性は、オプションで骨粗しょう症検診を追加することができます。追加費用が発生しますので、詳細は健診機関にお尋ねください。

➤ ③個別健診(天草市国保加入者・後期高齢者医療加入者のみ)

下記の医療機関で、尿検査や血液検査などの基本の健診を受けることができます(通年実施)。直接希望する病院に電話等でお申し込みください。事前予約が必要です。※後期高齢者健診の心電図は、医師の判断になります。



◆個人負担金

特定健診 40~74歳
の市国保 **1,000円** ※40・65歳は無料

後期高齢者健診 **800円**

※生活保護受給者は、証明書持参で無料

医療機関名(所在地)	電話番号	医療機関名(所在地)	電話番号
あしはら医院(今釜町)	23-4988	牛深市民病院(牛深町)	73-4171
天草総合内科・内視鏡クリニック(亀場町亀川)	22-1155	小松医院(牛深町)	72-6111
天草第一病院(今釜新町)	24-3777	佐藤クリニック(牛深町)	73-3155
天草ふれあいクリニック(丸尾町)	24-1400	福本病院(牛深町)	73-3131
稲村医院(本渡町本渡)	23-8168	松本内科・眼科(久玉町)	72-2833
尾上医院(大浜町)	22-4433	中邑医院(久玉町)	74-0370
木山・中村クリニック(小松原町)	23-4412	河浦病院(河浦町)	76-1151
在宅とつながるクリニック天草(宮地岳町)	28-0515	天草慈恵病院 健診センター(苓北町上津深江)	37-1730
さかいクリニック(港町)	22-4133	猪口医院(苓北町坂瀬川)	37-0001
荘田医院(南町)	22-2497	苓北クリニック(苓北町富岡)	35-1119
永芳医院(栄町)	23-1166	上天草総合病院健康管理センター (上天草市龍ヶ岳町)	62-0983
ニュー天草病院(太田町)	22-3191	上天草内科呼吸器科クリニック (上天草市大矢野町)	0964 56-3100
開内科医院(下浦町)	23-0561	島田小児科医院(上天草市大矢野町)	0964 56-0005
宮崎内科胃腸科医院(亀場町亀川)	24-3133	中村医院(上天草市大矢野町)	0964 56-0003
毛利内科(本町)	22-3468	春田医院(上天草市松島町)	56-0052
産科婦人科本原クリニック(古川町) ※女性のみ	24-1175	姫戸医院(上天草市姫戸町)	58-3583
新和病院(新和町小宮地)	46-2003	宮崎外科胃腸科医院(上天草市大矢野町)	0964 56-0600
天草セントラル病院(五和町御領)	32-2111	村上医院(上天草市姫戸町)	58-3102
楽洋クリニック(五和町二江)	33-2020	やまうち医院(上天草市松島町)	56-0899
御所浦診療所(御所浦町御所浦)	67-2007	吉田クリニック(上天草市大矢野町)	0964 57-0246
くらたけ小松医院(倉岳町宮田)	64-3737		
栖本病院(栖本町馬場)	66-2165		
本原内科小児科医院(栖本町湯船原)	66-2010		

★通院中の方も特定健診を受診することができます。健診と同様の検査をしている場合は、検査数値等の情報を提供することで健診に代えることができます(みなし健診)。各保健センターにご相談ください。

➤ がん単独検診

子宮頸がん検診(20歳以上の女性)

子宮頸がんは、20代後半から増加する女性特有のがんです。2年に1回の検査とワクチン接種により予防できるがんと言われています。

次の医療機関で受診ができますので、直接希望する病院に電話で申し込みください。

健診機関名(所在地)	電話番号
天草中央総合病院(東町)	22-0011
産科婦人科 本原クリニック(古川町)	24-1175
鬼塚クリニック(亀場町食場)	24-3636
わせだ直子レディースクリニック(港町)	24-8711

予約および受診期間

8月1日から翌年1月末日まで

◆個人負担金

20歳、40歳の人 0円

市国保または70歳以上 700円

上記以外の人 1,400円

※生活保護受給者は、証明書持参で無料

乳がん検診(30歳以上の女性)

乳がん検診だけを受ける場合、地域健診や施設健診(天草地域健診センターを除く)で受ける以外に、あまくさ乳腺クリニックでも受診できるようになりました。女性医師及びスタッフによる対応です。

直接、病院に電話で申し込んでください。

料金は施設健診(8ページ)の金額と同じです。

予約および受診期間

6月1日から翌年1月末日まで

あまくさ乳腺クリニック(八幡町)

電話: 23-1100

大腸がん検診・郵送法(40歳以上)

大腸がんは、年間15万人以上が新たに罹患している患者数の多いがんです。「自分だけは大丈夫」という思い込みはキケンです。

自宅ですべての便を採取し送るだけの郵送による便潜血検査^{*}です。手軽に検査できますので、毎年の検査をおすすめします。申込者には、年明けに検査キットを郵送します。

申込方法 **ネット**(市公式 LINE) または **電話**で
(0969-24-0620)

申込期間 **11月1日**から**12月10日**まで

※大腸にがんやポリープがあると、移動する便とこすれて出血することがあります。便潜血検査は、この血が便についていないかを調べて病気の疑いを見つけ出すものです。

◆個人負担金

40歳の人 0円

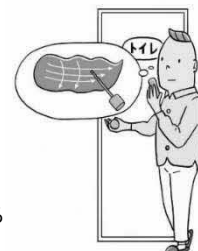
市国保または70歳以上 200円

上記以外の人 400円

※生活保護受給者は、証明書提出で無料



▲市公式 LINE の
「健康・保健」メニューから



➤ 歯科の健診(40歳～歯周疾患検診 / 75歳以上 歯科口腔健診)

口腔内のケアは、全身の健康に直結すると言ってもいいほど、重要です(詳細は、次のページ)。歯がぐらつくなどの症状や、歯ぐきが腫れてからではなく、年に1度は口腔内の検査を受けましょう。

希望する歯科医院に、直接電話でお申し込みください。

◆個人負担金

40歳の人

0円

市国保または70歳以上

400円

上記以外の人

900円

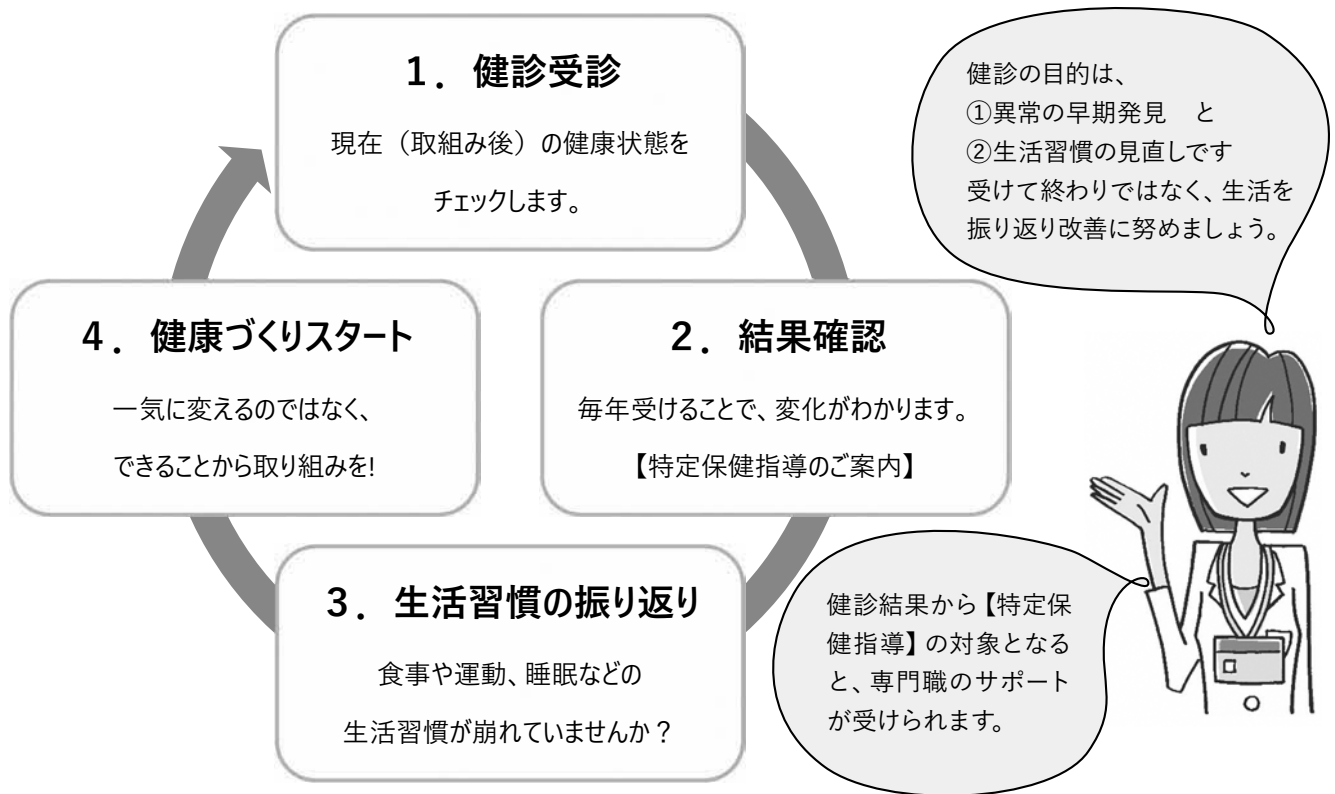
予約・受診期間 4月1日から翌年3月末日まで

※生活保護受給者は、証明書持参で無料

医療機関名(所在地)	電話番号	医療機関名(所在地)	電話番号
青木歯科医院(大浜町)	24-5222	山本歯科医院(五和町二江)	33-0336
アップル歯科クリニック(本渡町本戸馬場)	27-0118	田崎歯科医院(五和町御領)★後期を除く	32-0347
伊東歯科医院(南新町)	23-1551	オーラルケアサポートさくら(有明町大島子)	25-6377
小田歯科医院(本渡町本渡)	23-7733	はまさき歯科医院(有明町大浦)	54-0401
久々山歯科医院(今釜新町)	24-1188	御所浦診療所(御所浦町)	67-2007
じん歯科クリニック(中村町)	27-5200	松本歯科医院(栖本町馬場)	66-3000
スマイル歯科矯正歯科クリニック(大浜町)	24-4534	いるか歯科医院(牛深町)	72-6055
せどデンタルオフィス(志柿町)	66-9096	森口歯科医院(天草町高浜北)	42-0821
槌本歯科医院(中央新町)	23-5582	生田歯科医院(河浦町白木河内)	77-0039
中嶋歯科医院(東浜町)	24-3231	内崎歯科医院(河浦町河浦)	76-1553
中村歯科医院(南新町)	23-5252	青砥歯科医院(苓北町志岐)	35-0117
にしきど歯科医院(東浜町)	33-9760	あらき歯科医院(苓北町志岐)◆後期のみ	35-2460
新田歯科医院(亀場町亀川)	23-4182	いさみ歯科医院(上天草市大矢野町)	0964 56-1377
布井歯科(亀場町亀川)	22-3300	上天草総合病院(上天草市龍ヶ岳町)	62-1122
広瀬みのだ歯科(八幡町)	24-2060	道脇歯科医院(上天草市龍ヶ岳町)	62-1610
ファミリー歯科(東浜町)	22-2300	竹中歯科医院(上天草市姫戸町)	58-3188
松田歯科医院(栄町)	22-2432	嶽本歯科医院(上天草市松島町)	56-2648
みなみ歯科医院(南新町)	22-5511	としなが歯科矯正歯科(上天草市大矢野町)	0964 56-3113
蓑田歯科医院(太田町)	24-1010	松原歯科医院(上天草市松島町)	56-1212
岡田歯科医院(新和町小宮地)	46-3705		

➤ 健診コラム ①健診は健康管理の第一歩

健診は、受けて終わりではありません。結果を見て、前回からどこが変わったのか、変わっていないのか（維持できているのか）を確認し、生活習慣を見直すきっかけにしてください。結果（数値）をどう見ればいいのか分からない、どのように取り組みを始めようか悩む場合は、保健センターに相談ください。保健師や管理栄養士といった専門スタッフがアドバイスします。



➤ 健診コラム ②全身の健康はお口の健康から！

健康を支え、毎日を楽しむために“お口”が大切な役割を担っているのをご存知ですか。歯が痛む、しみる、口臭が気になる・・・そんなお口の状態では、食事も楽しめず、人との会話も遠慮がちになるなどの影響が。

また、歯周病菌や歯周病でできた炎症物質は、全身をめくりさまざまな病気を引き起こしたり、悪化させる要因になっていることもわかっています。歯周病やむし歯になってから歯科医に行くのではなく、そうなる前に対処することが大切です。

 **5人中4人は歯周病の可能性が!!**

- | | |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> 朝起きた時に口の中がネバネバする | <input type="checkbox"/> 歯ぐきが腫れることがある |
| <input type="checkbox"/> 口臭がなんとなく気になる | <input type="checkbox"/> 歯みがきをすると、歯ぐきから出血することがある |
| <input type="checkbox"/> 食事の後、歯と歯の間に物がつまりやすい | <input type="checkbox"/> 歯がぐらつくような感じがある |
| <input type="checkbox"/> 歯ぐきの色が赤い、または赤黒い | <input type="checkbox"/> たばこを吸う |



ひとつでも当てはまる場合は、**歯周病の可能性**があります。歯周疾患検診を受けて、早めに対処を！

➤ 健診コラム ③受けてください!命を守るがん検診

「がん」は加齢に伴い罹患する率が高くなります。高齢化が進んでいる今、^{※1}2人に1人ががんになり、^{※2}がんで亡くなる確率は5人に1人と言われ、誰でも罹患する可能性があります。一方で、がんの治療技術は進化を続けており、早期発見・早期治療で治せる確率も高くなっています。

コロナ禍による受診控えなどもあり、進行してからがんが見つかるケースが増えています。自分の命を守るために、定期的ながん検診を受けましょう。※1 全国がん登録罹患データ ※2 人口動態統計がん死亡データ

胃がん検診

■40歳以上 ■年に1回 ■バリウム検査

日本人がかかりやすいがんで、検診で見つかる胃がんの約70%が早期のがんです。早期発見・早期治療を受ければ、今や「治るがん」と言われています。だからこそ、定期的な検診が大切です。



肺がん検診

■40歳以上 ■年に1回 ■胸部X線検査

肺がんの死亡数は、男性1位、女性2位とがん死亡数が多い部位です。肺がんの最大の原因は、たばこです。喫煙者だけでなく受動喫煙者も肺がんになるリスクが高くなると言われています。



大腸がん検診

■40歳以上 ■年に1回 ■便潜血検査(2日式)

大腸がん検診を受けたことがある人は、受けていない人に比べて大腸がんによる死亡率が約70%も低下するという研究結果があります。死亡数は、女性1位、男性2位で、年間15万人以上が新たに大腸がんが見つかっています。



乳がん検診

■30歳以上の女性 ■2年に1回 ■超音波検査/マンモグラフィ検査

超音波検査は、ゼリーを塗った乳房の上から人体に害のない高周波の音波をあてて乳腺内を調べます。マンモグラフィでは、乳房専用のX線撮影(レントゲン)で病変を発見します。女性では、罹患率が最も高いがんです。

子宮頸がん検診

■20歳以上の女性 ■2年に1回 ■問診・視診・細胞診

20~30代の女性に増えているがんです。主にHPV(ヒトパピローマウイルス)感染が原因で、ウイルス自体は多くの女性が感染しますが、一部が子宮頸がんに行進します。ワクチン接種により発症の抑制が期待されます。



★職場で健康診断を受けられる方も、受診項目に“がん検診”がない場合や、オプションを追加しなかった場合は、是非市のがん検診を受けてください。市の助成により、通常よりも安価な料金で受けることができます。