

健診結果をきちんと伝えたいので、 結果を手渡しでお返しします

西原町では、西原町国民健康保険加入者の方や町内在住の20・30代の方で、特定健診（公民館での健診、または病院での人間ドックに限る）および若年健診を受診していただいた方へ、**保健師や栄養士が健診結果を手渡しで説明しながらお返ししています。**お一人お一人にあった説明と、生活習慣改善のための具体的な助言が好評です。



昨年度の結果説明の中では、特に多かった質問が“糖尿病の検査項目にあるHbA1cって何ですか？”という質問でした。“HbA1c”これは“ヘモグロビンエーワンシー”と読み、過去1～2ヶ月の血糖値の平均的な状態を教えてくれるものです。健診当日は朝ご飯を食べずに採血するため、血糖値は下がりやすいですが、普段は血糖値が高い糖尿病予備群の方でも正常値まで下がることもあるため、血糖値だけで糖尿病の可能性をみるには不十分と考えられています。そこでHbA1cを併せて測定することで、健診直前の飲食に左右されない普段の状態を知ることができます。健診の1週間前からご飯やお酒、お菓子の量を控えても、この検査では普段の様子が変わってしまう…ということなんです。

結果説明では、こうした検査項目の意味と実際の健診結果との関連を、専門知識を持ったスタッフがわかりやすい資料を添えて丁寧に説明します。

お忙しい中お時間をいただきますが、みなさんの健康管理のお役に立てればと考えていますので、ご理解・ご協力をお願いします。

お問い合わせ：福祉部健康推進課 保健予防係 ☎ 945-4791

保健師
だより

「子宮」を守れるのは、 あなただけ

29歳で子宮頸がんになり、手術を受けました。幸い一部摘出で妊娠は可能です。自覚症状は無く、たまたま受けた検診で見つかりました。正直自分が『がん』になるとは思ってなかったので、とてもショックでした。告知当時、子どもがまだ小さく、「子どもが成人するまで元気でいられるだろうか」そればかり考えて泣き続けました。そんな思いはしてほしくないの、ぜひ定期的に検診を受けてほしいです。**元気に生きていることは何にも変えられない**と痛感しています。早期発見で子宮を守ってください。（30代 女性）

上記のコメントは、20代にして子宮頸がんを発症した方の体験談です。『がん』と聞くと遺伝から発症するというイメージもありますが、**子宮頸がんは遺伝に関係なく、性交経験がある女性なら誰でもなる可能性のある病気です。**近年では20代後半から30代の若い女性の発症率が増えていて、全世界では毎年27万人もの女性が子宮頸がんによって命を失っています。これは時間に換算すると、約2分間に1人の割合です。日本では、1日に10人の女性が子宮頸がんによって亡くなっています。

自覚症状が全くないことがほとんどで、不正出血やおりものの増加、性交時の出血などに気がついたときには、がんが進行しているということも少なくありません。がんが進行すると、子宮を全て摘出する手術が必要になることもあり、妊娠・出産の可能性を失い、女性にとって心身ともに大きな負担となり、時に命にも関わります。

西原町では、**町内在住の20歳以上の女性全てを対象に**子宮がん検診をご案内しています。6月下旬には検診の受診券が届きますので、この機会にぜひ検診を受けて、大切な子宮を守りましょう！

検診に関するお問い合わせ 福祉部健康推進課 ☎ 945-4791

子宮頸がん・乳がん検診のお知らせ

子宮頸がん・乳がん検診を下記のとおり実施いたします。昨年度より、偶数年齢の制限はありません。子宮頸がん検診は20歳以上、乳がん検診は30歳以上の西原町民であれば毎年受診できます。
なお、**検診の受け方によって事前に申し込みが必要**ですので、ご確認ください。

対象者 対象の方には個別に受診券を郵送します。（6月上旬を予定）

子宮頸がん：20歳以上の町民（女性）
乳がん：30歳以上の町民（女性） } **（平成24年3月31日までに到達する年齢）**

検診の種類と料金 ★印の検診を受ける方は、事前に役場への申し込みが必要です!!

検診の種類	対象年齢	集団検診	個別検診
子宮頸がん検診（子宮頸部細胞診）	20歳以上	500円	1,600円
乳がん検診（視触診+マンモグラフィー併用）	40歳以上	★ 2,200円	2,700円
乳がん検診（乳房超音波検査）	30歳～39歳		★ 1,400円

※ 40歳以上の乳がん検診（集団、個別とも）は、視触診・マンモグラフィー検診併用が原則となります。
※ 30代の乳がん検診（乳房超音波検査）は、沖縄県総合保健協会にて実施します。

★印の検診の申し込み方法

■ 福祉部健康推進課にて受付を行います。
期間：6月15日（水）～6月30日（水） 9:00～17:00
（12:00～13:00、土日祝日、慰霊の日を除く）

場所：健康推進課窓口

電話での申し込みは受け付けませんが、代理の方で申し込みすることもできます。代理申込の場合は、氏名、住所、生年月日、電話番号、乳がん集団検診の場合は受診希望日を確認し申し込み手続きを行ってください。
*定員になり次第、申し込み受付を終了いたします。

集団検診の日程 *受診券と健康保険者証をお忘れのないようお願いします。

日 程	受付時間	場 所
7月22日（金）	13:30～14:30	西原町中央公民館
7月26日（火）		
8月5日（金）		
8月10日（水）		
8月16日（火）		

*個別検診の受診期間は、平成23年12月31日までとなります。

注意

次の方は、町が実施する乳がん検診は受診できませんので、ご注意ください。
▶ 妊娠中、妊娠の疑いのある方（子宮頸がん検診も含む） ▶ 授乳中または断乳後3か月未満の方
▶ 豊胸手術等乳房内に人工物が入っている方 ▶ 現在乳腺科の疾病治療中、または経過観察中の方
*心臓ペースメーカー装着の方は、視触診検診のみとなります。

お問い合わせ／福祉部 健康推進課 ☎ 945-4791