



小美玉  
シテイ  
ダイヤモンド  
見つける。  
みがく。  
光をあてる。

小美玉の今を伝えるマガジン

2022年  
May

5

第193号

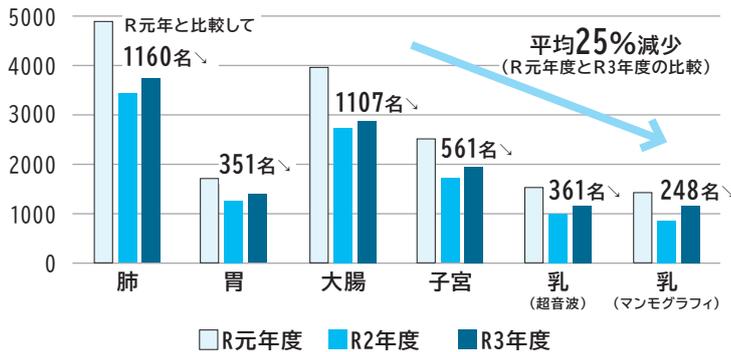
広報  
おみ  
たま  
お知らせ版



「健診はコロナが落ち着いてから」でいい？  
いいえ！ コロナ禍でも  
健診は毎年必ず受けましょう！

健診会場は感染対策を徹底しています！あなたの健康を守るため、今年も健診を受けましょう。  
次ページで健診の受け方をチェック！

市内のがん検診受診率の推移



市が実施するがん検診の受診者数をコロナ前(令和元年度)と比較すると、令和3年度は延べ**3,788名減少**していることが分かりました。コロナの影響により、依然として受診を控えている方が多い状況です。

■がん診断件数が全国的に減少

検診受診者数の減少により、令和2年の全国のがん診断数は前年と比較し**8,154件(9.2%)**減少しています。

特に早期がんの発見数の減少が顕著

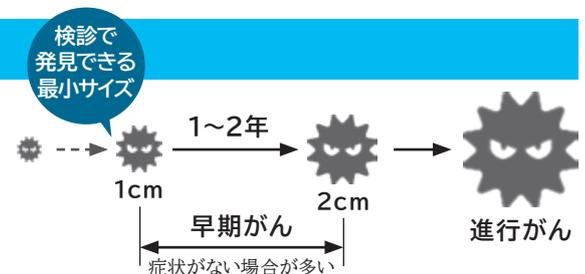
今後進行がんの発見が増えるおそれあり

肺がん 6.4%減少	胃がん 13.4%減少	大腸がん 10.2%減少
子宮頸がん 4.8%減少	乳がん 8.2%減少	全体 9.2%減少

日本対がん協会、がん関連3学会(日本癌学会・日本癌治療学会・日本臨床腫瘍学会)による全国調査より

自覚症状がなくても毎年検診を受けましょう

早期がんと言われる状態で見つけられる期間は1~2年です。しかし初期には自覚症状がない場合が多いため、発見には毎年の検診が重要になります。「2人に1人ががんになる」と言われています。毎年の検診を習慣にしましょう。部位による違いはありますが、早期がんで発見された場合約90%が完治します。



市の集団健診は、がん検診も特定健診もとってもお得です！

■50歳男性(国保加入)の場合



- 特定健診 1,000円
- 肺がん・結核検診 無料
- 胃がん検診 500円
- 大腸がん検診 500円
- 前立腺がん検診 500円

【通常の健診料金】

合計 20,306円

【集団健診の料金】

合計 2,500円

17,806円 お得!!

がん検診受診をすすめる動画  
(厚生労働省)

ショート ver

ロング ver



# 集団健診 【完全予約制】受診までの流れ



- \* 密集を避けるために、**受診を希望する方は全員予約が必要です。**
- \* 電話（健診予約センター）またはインターネットからお申込みください。詳細は下記をご覧ください。
- \* 予約された方に予約券・採便容器等を送付します（前年度受診者への事前送付はありません）。

## ステップ1 受ける健診（検診）を選ぶ

- 胃・大腸がん検診を含めた検診を受けたい
- 胃・大腸がん検診以外の検診のみ受けたい
- 大腸がん検診のみ受けたい
- 子宮頸・乳がん、骨粗しょう症検診を受けたい

- ▶ **総合健診（⇒ P.3）**
- ▶ **住民健診（⇒ P.3）**
- ▶ **大腸がん検診のみ（⇒ P.3）**
- ▶ **女性のがん検診（⇒ P.4）**

それぞれのページで  
健診日程・予約期間・対象者を  
チェックしましょう！

## ステップ2 予約する

各健診日程表で予約期間を確認し、期間内に下記のいずれかの方法でご予約ください。  
※定員になり次第、締め切ります。 ※予約期間中、保健センター（電話・窓口）での予約受付はできません。



スムーズに予約できておすすめです

### ネットで予約

健診 Web 予約サービス ▶▶▶  
<https://kenko-link.org/>



### ネット予約だけの便利なポイント

- ・電話予約に先行して申し込める！
- ・家族の分もまとめて予約 OK（本人含めて3名まで）
- ・空かない日程もキャンセル待ち OK

**受付時間** 24 時間（初日 9:00 ～ / 最終日 17:00 まで）

**予約手順** 次の手順で簡単に予約ができます。

1. 利用登録（初めて利用する方のみ※）⇒ 2. 希望する日時を選択⇒ 3. 受診項目を選択

※事前に利用登録（氏名などの必要事項の登録）をしておくと、予約がスムーズです。



### 電話で予約

健診予約センター（茨城県総合健診協会）

**電話番号** 0570-077-150

**受付時間** 9:00 ～ 17:00 ※予約期間内のみ受付

※予約以外に関するお問い合わせは、各保健センターへご連絡ください。

### ▼予約の際は以下をお伝えください

- ・保険証の種類
- ・氏名、生年月日、住所、電話番号
- ・希望日時、受診項目

## ステップ3 予約券（女性のがん検診は検診票）が届く

健診日の約 1 ～ 2 週間前までに届きます。持ち物や当日の流れは、予約券や検診票でご確認ください。

### ■新型コロナ感染防止にご協力ください

- 入館前の体調確認・体温測定
- マスク着用・こまめな手指消毒
- 受診者ご本人のみの入館（付き添いが必要な方は同伴可）
- 予約時間に合わせたの来館

### ■注意事項

- ・当日、体調がすぐれない場合は受診を見合わせましょう。
- ・感染状況によっては中止する可能性があります。その際は防災無線・市ホームページでお知らせします。

### P.1～4の 問い合わせ先

四季健康館

☎ 0299-48-0221

小川保健相談センター

☎ 0299-58-1411

玉里保健福祉センター

☎ 0299-48-1111（内線 3310・3311）

# 集団健診 6～7月 総合健診・住民健診の予約

## 1. 予約期間 定員になり次第締め切ります

ネット予約 5月10日(火)～13日(金)

電話予約 5月11日(水)～13日(金)

※予約期間終了後は、各健診会場へお問い合わせください。

申込方法の詳細はP.2をご確認ください

## 2. 健診日程 健診はすべて完全予約制です

	総合健診 ※今年度から受付開始 8:00		住民健診 ※地区指定日なし		大腸がん検診のみ		
対象	胃がん・大腸がん検診を含めた検診を受けたい方		胃がん・大腸がん検診以外の検診のみ受けたい方		大腸がん検診のみ受けたい方		
受付時間	8:00～11:30 (30分ごとの予約制)		9:30～11:00/13:30～15:00 (30分ごとの予約制)		9:00～11:00		
実施日	6月	7日(火) <b>美</b>	6月	6日(月) <b>美</b>	6月	14日(火) <b>美</b>	
		16日(木) <b>美</b>		15日(水) <b>美</b>		23日(木) <b>美</b>	
		19日(日) <b>小</b>		7月		15日(金) <b>玉</b>	29日(水) <b>小</b>
		20日(月) <b>小</b>				21日(木) <b>小</b>	25日(月) <b>玉</b>
		22日(金) <b>小</b>	29日(金) <b>小</b>				

健診会場 **美**: 四季健康館 **小**: 小川保健相談センター **玉**: 玉里保健福祉センター

## 3. 健診内容・個人負担金等

	総合健診	住民健診	大腸がん	対象者	内容	個人負担金 ※2
健康づくり健診	○	○	×	19～39歳	血圧・尿・計測・採血・心電図・眼底・貧血	各1,000円
特定健診 ※1	○	○	×	40～74歳国保ご加入の方		
後期高齢者健診	○	○	×	満75歳以上の方、一定の障がいがある65歳以上の方	血圧・尿・計測・採血 (希望者のみ)心電図・眼底・貧血	無料 1,000円
大腸がん検診	○	×	○	40歳以上	2日間採便検査	各500円
胃がん	バリウム検診	○	×	40歳以上	バリウム検査	
	リスク検診	○	×	40・45・50・55・60・65・70歳 バリウム検診受診者	血液検査(ピロリ菌検査等) ※バリウム検診とセット	
前立腺がん検診	○	○	×	50歳以上の男性	血液検査	無料
肺がん検診	○	○	×	40歳以上(結核検診を含む)	胸部レントゲン検査	
結核検診	○	○	×	65歳以上(肺がん検診を含む)		
肝炎ウイルス検査	○	○	×	40歳以上過去未受診者	血液検査(B・C型肝炎検査)	500円

※1 40～74歳で国保以外の方は、市で特定健診を受診できるかどうか、加入先の健康保険組合へお問い合わせください。

※2 今年度75歳以上、身障1・2級、精神1・2級、療育A・A、生活保護受給者は、全ての健診が無料です(ただし、後期高齢者健診の希望による有料健診項目は除く)。

### ■注意事項

- ・自覚症状がある方、医療機関で経過観察中・治療中の方は医療機関等での検査をおすすめします。
- ・今年4月以降に人間ドックや職場等で受診済・受診予定の方は対象外です。

## 今後の健診の予定

	8月	9月	10月	11月	12月	1月
総合健診	○	○	○	○	○	
住民健診	○	○	○	○	○	
大腸がん検診日	○	○	○	○	○	○

広報紙掲載予定

お知らせ版 6月号

(5月26日発行)

お知らせ版 9月号

(8月25日発行)

お知らせ版 11月号

(10月27日発行)

健診日程・予約期間は、  
▶市ホームページ  
▶特定・後期高齢者健診受診券に  
同封のチラシ  
をご覧ください。

市ホームページ



# 集団検診 6～7月 女性のがん検診の予約

## 1. 予約期間

定員になり次第締め切ります

ネット予約 5月15日(日)～18日(水)

電話予約 5月16日(月)～18日(水)

※予約期間終了後は、各検診会場へお問い合わせください。

申込方法の詳細はP.2をご確認ください

## 2. 検診日程

検診会場 **美**：四季健康館 **小**：小川保健相談センター **玉**：玉里保健福祉センター

6月	17日(金)	<b>小</b>	7月	5日(火)	<b>美</b>
	22日(水)	<b>美</b>		6日(水)	<b>美</b>
	24日(金)	<b>玉</b>		<b>骨</b> 8日(金)	<b>美</b>
	27日(月)	<b>美</b>		12日(火)	<b>小</b>
<b>骨</b> ：骨粗しょう症検診実施日			13日(水)	<b>小</b>	
			<b>骨</b> 31日(日)	<b>玉</b>	

### ■当日の受付時間

【乳がん検診のみ】10:00～10:10, 10:20～10:30

【子宮頸・乳がん検診】

12:30～12:40, 12:50～13:00, 13:10～13:20

【骨粗しょう症検診のみ※】13:40～13:50

※同日に女性のがん検診も希望する方は、がん検診の受付時間で一緒に受診できます。

## 3. 検診内容・個人負担金等

対象者年齢 令和5年3月31日基準	子宮頸がん検診	乳がん検診		骨粗しょう症検診	受診間隔	個人負担金
		超音波	マンモ			
20～29歳	○	—	—	○	1年に1度	1項目 500円
30～39歳	○	○	—	○		
40～56歳	○	○	○	○	マンモは	
57歳以上	○	—	○	○	2年に1度	

※個人負担金が無料の方

- ・クーポン対象の方
- ・75歳以上の方
- ・身障手帳1・2級
- ・精神手帳1・2級
- ・療育手帳A・A
- ・生活保護受給者

- ・自覚症状のある方(不正出血、異常なおりもの、乳房のしこり・痛み等)、医療機関で経過観察中の方、毎回精密検査になる方は、医療機関を直接受診しましょう。
- ・妊娠中の方、令和4年4月以降に人間ドックや職場等で受診済・受診予定の方は対象外です。
- ・産後3か月までの方は子宮頸がん検診が受けられません。

### 今後の検診の予定

	8月	9月	10月	11月
女性のがん検診	○	○	○	○
骨粗しょう症検診	○		○	

### 広報紙掲載予定

お知らせ版 6月号

(5月26日発行)

お知らせ版 7月号

(6月23日発行)

お知らせ版 8月号

(7月28日発行)

お知らせ版 9月号

(8月25日発行)

### 市ホームページ

検診日程・予約期間は、市ホームページでもご覧いただけます。



## 女性のがん医療機関検診も始まります

検診期間：6月1日(水)～令和5年2月28日(火)

■登録医療機関 下記以外は健康増進課へお問い合わせください。

所在地	医療機関	電話番号	子宮	乳
小美玉市	小埴医院	0299-58-3185	○	—
	けやきクリニック	0299-36-7777	○	—
石岡市	富田産婦人科医院	0299-23-0311	○	—
	松葉産婦人科	0299-23-2157	○	—
	山王台病院	0299-26-3130	—	○
水戸市	北水会記念病院	029-303-3005	○	○
	水戸中央病院	029-309-8521	○	○
土浦市	霞ヶ浦医療センター	029-822-5050	○	○

### ■対象年齢・検診項目

集団検診と同じです

※集団検診を受診した方は対象外

### ■受診の流れ

①登録医療機関へ予約

②保健センターへ

電話・ネット・窓口で

受診券申し込み

※電話・ネットは検診日2週間前まで

③医療機関で検診→会計→終了

※個人負担金 1項目 1,000円

### 受診券申し込み

