

手遅れになる前に！ 若い今こそ健康チェック！

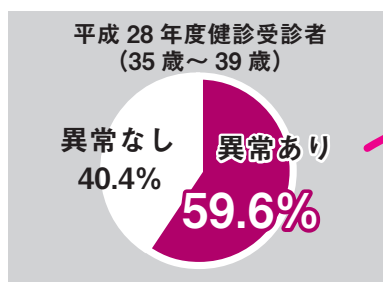
18歳～39歳の健康診査がスタートしました！

■問い合わせ：保健センター成人保健グループ ☎ 64-1039

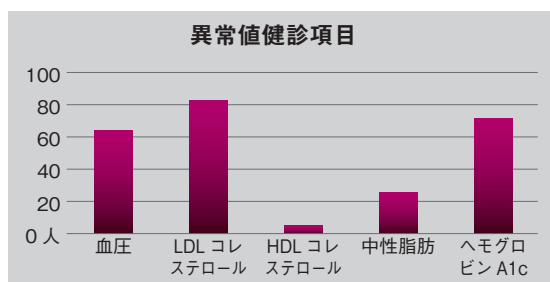
「若いから自分は大丈夫！」とっていませんか？ 実は、平成28年度に健診を受けた**35歳～39歳**の方のうち、なんと**約60%の方に健診項目で異常値**がみられました。

生活習慣病（心筋梗塞・脳血管疾患など）を起こす血管の変化は、10年～15年かけてじわじわと進んでいます。でも、その間に自覚症状はほとんどありません。では、どうしたら分かるかというところ…、それは年に一度健診を受けることです！

今年度から、18歳～39歳（平成30年3月31日現在）の龍ヶ崎市民なら、どなたでも市の健診を受診できるようになりました。若い今だからこそ、体の中の状態を健診でチェックしましょう！



異常ありの検査項目は…



健診項目・料金は？

健診項目

- 身体計測 ● 腹囲測定 ● 問診
- 血圧測定 ● 尿検査【糖・蛋白】
- 血液検査【脂質（HDL コレステロール・LDL コレステロール・中性脂肪）／肝機能（AST・ALT・γ-GT）／糖代謝（ヘモグロビンA1c）／尿酸／腎機能（クレアチニン）】

料金

自己負担はなんと **1,180円!!**

市が約7,000円助成しています！

- 集団健診の場合、オプション検査【心電図・眼底検査・貧血検査】が+1,750円で受けられます
- 35歳・生活保護世帯・平成28年度市民税非課税世帯の方は無料。ただしオプション検査は有料です

健診は、「集団健診」と「医療機関健診」が選べます。集団健診は日程が決まっており、医療機関健診は保健センターへの申し込みが必要です。詳しくは「保健センター年間予定表」か、市公式ホームページをご覧ください。

もしかしたら私も慢性腎臓病!? クレアチニン検査を受けよう



慢性腎臓病（CKD）は、1つの病気の名前ではなく、腎臓の機能が徐々に低下していくさまざまな腎臓病（糖尿病腎症、慢性糸球体腎炎、腎硬化症など）の総称です。

現在、**成人の8人中1人がCKD**との報告もあり、新たな国民病といわれています。

CKDは自覚症状がありません

CKDの怖いところは、初期にはほとんど自覚症状がなく、症状が現れた時にはすでに病気が進行していることがほとんどです。腎臓は、一度悪くなってしまうと元に戻ることができません。



早期発見するには、健診などを受け、血液検査（クレアチニン）・尿検査（蛋白）を行うことが重要です。市の健診では、CKD早期発見のため、市独自で右記の対象者にクレアチニン検査を行っています。ぜひ健診を受け、腎臓の状態をチェックしましょう！

市の健診で血液検査（クレアチニン）・尿検査（蛋白）が受けられる方

- 18歳～39歳の方
- 龍ヶ崎市国民健康保険加入の40歳以上74歳以下の方
- 後期高齢者保険制度加入の75歳以上の方など