

に通っているから大丈夫」「忙しくて時間がない」と思っていますか？

平成24年度に茂原市の特定健康診査（集団）を受診した方の中で、全く異常がなかった方はわずか4.2%でした。知らないうちに、あなたの身体も生活習慣病予備群になっていくかもしれません。

◆特定健康診査のメリット

① 自覚症状のない生活習慣病を早期発見できます。

② 健診でメタボリックシンドロームのリスクが高いと判定された方は、特定保健指導で専門家のサポートが受けられます。

③ 脱メタボ！特定健康診査でメタボリックシンドロームのリスクが高いと判定され、茂原市の特定保健指導を受けた方のうち、約半数に体重・腹囲の減少がみられています。

④ やせている方や病院に通っている方も、隠れた病気が見つかることがあります。平成24年度の茂原市の特定健康診査（集団）受診者のうち、やせている方（メタ

ボリックシンドローム非該当）でも、全く異常がなかった人はわずか8.6%でした。

⑤ 特定健康診査を受ける人が増えて、みんなで病気を予防できれば、その分医療費が抑制され、ご加入の医療保険の負担が減ります。厚生労働省の調査でも、特定健康診査の受診率が高い市町村ほど、前期高齢者（65～74歳）の医療費が低いという結果が出ています。

⑥ 家計にも優しい！生活習慣病が重症化すると1カ月に500万円もの医療費がかかることがあります。家計の大きな負担になります。

◆年に1回、特定健康診査を受けましょう

特定健康診査は、茂原市の国民健康保険に加入している40～74歳の方を対象に医療保険者ごとに実施することとなっています。

社会保険等に加入している方は医療保険者またはお勤め先にお問い合わせください。

お問い合わせは、市保健センター

☎(25)1725、FAX(25)1865へ。

前立腺がん検診を受けましょう



◆前立腺がんが増えている！

もともと前立腺がんは日本で多いがんではありませんでしたが、現在では男性のがんの内3番目に多く、最も増加しているがんとして注目されています。

また、前立腺がんによる死亡者数は増え続け、2020年には2000年の約3倍になると予測されています。

◆こんな症状はありませんか？

前立腺がんは、前立腺の尿道から遠い部位に発生することが多く、がんの発生初期には自覚症状が全くありません。

しかし、がんが進行すると前立腺肥大と同じように尿道をふさいでしまい、次の様な症状が出現します。

尿が出にくい／少しずつ尿が出て時間がかかる／夜間に排尿する回数が増える／排尿

しても尿が残っているような感じがある（残尿感）／下腹部が張る／血尿が出る／精液が赤い

また、前立腺がんは50歳を過ぎると急激に罹患率が増加します。近親者に前立腺がんにかかった人がいると、確率がさらに高くなるという報告もあります。

◆前立腺がんは転移しやすい

前立腺がんは比較的進行が遅いがんと言われていますが、進行すると周囲の骨盤や脊椎に転移しやすくなります。

早期に発見できれば90%は治療可能ですが、初期は自覚症状がないため早期発見が難しいことが死亡率増加の原因になっています。たとえ自覚症状があったとしても、トイレが近くなったり、尿が出にくいなど前立腺肥大と症状が非常に似ており、年のせいだからと受診しない方が多く見受けられます。検診で要精密検査と判定された方は、必ず精密検査を受けましょう。

◆前立腺がん検診で調べること

前立腺がん検診においては、血液中のPSA（前立腺特異抗原）の値を調べる「P

SA検査」が欠かせません。PSAは体の中にもともと存在する成分ですが、前立腺がんがあると、血液中のPSAの量が急激に増えてくるので、がんの早期発見にも役立ちます。

検診では少量の血液を採血するだけで行うことができるため、負担の少ないものとなっています。

前立腺がんは自覚症状に乏しいがんですが、検診では胃がんや肺がんよりも発見率が高いがんでもあります。

◆50歳を過ぎたら症状がなくてもPSAの検査を！

市では特定健康診査と併せて前立腺がん検診を実施しています。

対象 平成25年4月1日現在50歳以上の男性※国民健康保険の資格不問／費用 500円／事前申込 不要／日程 6ページ参照／前立腺がんのみ受診する方の受付時間 13時30分～14時30分（夜間健診実施日は18時30分～19時30分）

お問い合わせは、市保健センター

☎(25)1725、FAX(25)1865へ。