



# 健康せきかわ21 いきいきライフ

5月20日(月)の特定健診・胸部検診を皮きりに7月中旬まで各種健診が始まります。高血圧や糖尿病、がんなど生活習慣病の多くはほとんど自覚症状がないままゆっくり進行するケースが多く、進行すると命に関わる危険もあります。「昨年受けたし、今年はやらない」ではなく、少なくとも年に1回は健診を受けましょう！

村の健診は皆さんに費用の一部をご負担いただいておりますが、参考のために一部健診費用を紹介します。



健診の種類	実際にかかっている一人当たりの健診料金	受診者負担金 (健診会場で徴収する受診料)
特定健康診査 ＜集団健診＞	5,154円	1,300円 ※ただし、40・45・50・55歳の方は500円
胃がん検診	4,515円	【35～39歳】 1,500円 【41歳～】 1,000円 【40・50歳】 無料
子宮がん検診 ＜集団健診＞	3,780円	800円

健(検)診スケジュール(集団健診のみ)		
5月 ※7月6日(土)に未受診者検診あり	特定健診	同時開催
	肺がん検診(胸部レントゲン)	
	前立腺がん検診	
	肝炎ウイルス検診	
6月	子宮がん検診	同時開催
	乳がん検診	
7月	胃がん検診	同時開催
	大腸がん検診	

今年も各種健康診査の季節になりました!!  
 お得な村の健診を  
 ぜひご利用ください

**おし歯ゼロの子に  
ピッカピッカ賞!**

3歳児健診で、おし歯が1本もなかった子どもたちに「ピッカピッカ賞」が贈られました。

(順不同・敬称略)

【3月8日実施】

- ▽山本 理玖斗 (下関)
- ▽安城 里咲 (下関)

【各種健診の問い合わせ先】  
 住民福祉課 健康介護班  
 TEL 64-11472

このように村の健診は年齢制限などありますが、少ない負担で受診できる貴重な機会です。また特定健診の結果は保健師が一人ずつ説明してお返ししますのでフォローも充実しています。

詳しい日程等については「広報せきかわお知らせ版」に掲載しますのでご覧ください。

# 村の健診や村民健康ウォーキングに参加して 自分にご褒美を!!

～平成25年度 にゃん吉健康スタンプラリー実施中～

昨年度に引き続き「にゃん吉健康スタンプラリー」を実施しています。昨年度はダブルチャンスを含め60名の参加がありました。

「そんなにたくさん集まらない・・・」とあきらめないでください。スタンプ4個で賞品が必ずもらえます。

例えば特定健診と同日の胸部検診、特定健診結果説明会、村民健康ウォーキングでスタンプが4個集まります。ついでにがん検診も受診して8個集めて賞品2個も夢ではありません！イベント年間予定表とスタンプカードはイベント会場又は役場住民福祉課に置いてあります。

また、役場ホームページからもダウンロードできます。

【スタンプラリーの問い合わせ先】

住民福祉課 健康介護班 ☎64-1472



ほくが  
目印にや。

## 健康講座

100

### 非結核性抗酸菌

新潟県立坂町病院 浅野良三

一度染色されると酸で脱色されにくい菌は抗酸菌と呼ばれ、最も有名な菌に結核菌があります。

抗酸菌の中で、結核菌群以外の抗酸菌を一括して非結核性抗酸菌 (nontuberculous mycobacterium, NTM) と呼び、その感染症が非結核性抗酸菌症です。

NTMは土壌、水など広く自然界に生存しています。また、池、噴水、温泉水、一般家庭浴水及び循環風呂浴水など身近な生活水からも検出されています。NTMは、結核菌群と異なり病原性が弱く、体の抵抗力の弱い人だけが感染する日和見感染と考えられています。しかし、最近原因は不明ですが、健康な中年、特に女性に感染者が増えています。

環境中の粉塵や水しぶきなどと一緒に菌を吸引するなどで、感染が起ると考えられています。

しかし人から人への感染は起こりにくいと考えられていますので、感染者が排菌していても周りの人に感染することとはなく、結核のように隔離入院をすることもありません。最初は自覚症状のないことが多いのですが、進行すると咳、血痰、微熱等が主症状となります。他に体重減少、倦怠感、寝汗、息切れ、胸痛などが見られます。胸部X線やCTと喀痰細菌検査で診断します。



治療は、抗結核剤と抗生剤を組み合わせて、1～2年以上続けます。その間、症状の改善、痰から菌が出なくなるなど、レントゲン所見の改善などを治療効果の目安にして治療を続けます。治療を終了した後も、再悪化がないか定期的に経過観察を行います。完全に治癒したとは言えませんが、できるだけ長い期間経過を観察します。



\*このコーナーへのお問い合わせは、県立坂町病院へ。

☎62-3111