

# けんこうだより



番水さん 野本さん 長野さん 川村さん  
妹背牛町の保健師

## ◆第2期妹背牛町健康増進計画について(4)

令和6年3月に策定した「第2期妹背牛町健康増進計画」で取組みの柱としている7つの分野について、シリーズでお伝えしています。今回は「生活習慣病・がん予防」について掲載します。

計画のダイジェスト版は町ホームページに掲載しておりますのでご覧ください。



ダイジェスト版

このページの内容についてのお問い合わせ  
健康福祉課健康グループ TEL 32-2412

生活習慣病・がん予防

### 第1期計画の振り返り ..... 第2期計画の目標

#### <第1期の目標>

- ①年に一度は健康診断を受ける
- ②適正体重をめざす
- ③治療を受けて持病を上手にコントロールする

#### <第1期の振り返り>

- ・男性の肥満は減少傾向(30.9%)
- ・女性の肥満・やせの両方が増加(肥満23.2%、やせ8.0%)
- ・がん検診の受診率は20%に満たない
- ・がんによる死亡が多い

#### <みんなの目標>

- ①適正体重を目指そう
- ②定期的に健診を受けよう
- ③精密検査になったら受診しよう
- ④定期受診や服薬を継続しよう

#### <評価指標と目標値>

評価指標	町の現状(R5)	目標(R17)
適正体重を知っている人の割合	男64.2% 女65.6%	増加
肥満者の割合	男30.9% 女23.2%	男28%以下 女20%以下
特定健診の受診率	47.6%	65%
がん検診受診率	肺	17.8%
	胃	19.7%
	大腸	18.3%
	子宮	20.5%
	乳	30.6%
		50%以上

..... 健診を受けましょう .....

妹背牛町はがん検診の受診率が低く、がんによる死亡が多い傾向にあります。

生活習慣病やがん等の病気を早期に発見する方法の一つとして、定期的に健診を受けることはとても有効な手段です。

町では若い頃から定期的に健診を受ける機会を持っているだけでなく、20歳以上の方から健診を受けられる体制を整えております。ぜひご自身や家族の体の状態の確認のために健診を役立ててください。

## ▶ 集団健診

(妹背牛町保健センター)

- 近くで手軽に受けられます!
- 仕事の合間に来られる方もいます。

日程	7月9日(水)～11日(金) 10月18日(土)～19日(日)
内容	特定・一般健診および各種がん検診 ※子宮・乳がんは7/9と10/19のみ
申込み	5/15(木)から

令和7年度の健診について、詳しくは4月末の町内回覧や5月新聞チラシ等でご案内します。

## ▶ 個別健診

- 自分で都合のよいときに受けられます!
- 人間ドックやミニドックを受けられるところもあります。

健診実施機関	受診可能時期	特定一般	肺	胃	大腸	乳	子宮
北空知の10医療機関	通年	○	がん検診は実施しません				
旭川がん検診センター	通年	○	○	○	○	○	○
旭川厚生病院健診センター	通年	人間ドック				○	○
深川市立病院健診センター	令和8年1月～3月	人間ドック・ミニドック				○	○