

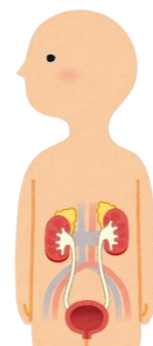
腎臓からのSOSを見逃していませんか？

腎臓の機能は、血管の老化や加齢とともに低下し、糖尿病や高血圧などの血管を傷つける病気があると、さらに進行が早まります。

自覚症状に乏しい腎臓の病気は、早期から適切な治療を受けることが大切です。

健診結果を見てみましょう。

尿検査	糖	-	腎機能	尿素窒素	12.1
	蛋白	+		クレアチニン	1.1
	潜血	-		eGFR	56.9



(+)が1つ以上は
医療機関の受診を

60未満は
医療機関の受診を



健診で尿蛋白が「+」と出たけど、どういう意味？

痛くもないし、体調も悪くないから、このまま様子を見ようかな。

現状

尿蛋白は腎臓の血管の糸球体に傷がついているサインです。
血液が流れる全身の血管のいたみも疑われ、脳卒中や心臓病の危険性が高まることが知られています。

放置すると…

腎臓の機能が低下した状態や尿蛋白(+)以上が持続する状態を慢性腎臓病(CKD)といいます。症状がないため、放置してしまうと徐々に腎臓の機能が悪くなり、むくみや貧血が進み、さらに進行すると透析が必要になります。

ちょっとまって！！
蛋白尿は腎臓の涙！
泣いている原因を探しましょう



予防

早期の受診が大切です。

CKDをきちんと管理すれば、脳卒中や心臓病の危険性が下がり、健康寿命を長く保つことができます。

厚生労働省のリーフレットを基に作成

※各種健診の詳細については、中面をご覧ください。

令和8年度 伊佐市検(健)診ガイド

あなたと大切な人のために・・・

1年に1回は受けよう 特定健診!!

伊佐市の特定健診受診率は45.0%で約2人に1人が受診しています。

特定健診を受ける おすすめポイント

無料！

伊佐市の特定健診は0円です。
約8,000円かかる検査を無料で受けられます。

受けなきゃ
もったいない!!



病気の早期発見！

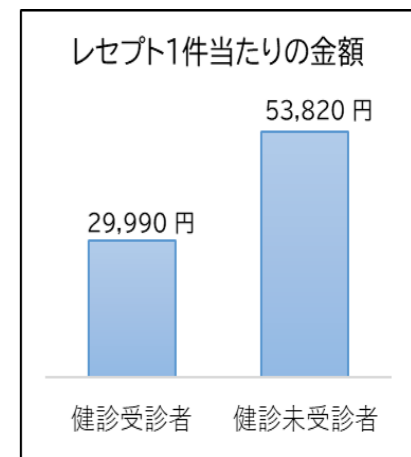
健診を受けることで、治療が必要な状況が確認できます。
集団健診を受診した1,531人(R7)のうち、486人に医療機関への紹介状が出ています。
病気の早期発見・早期治療につながります。

健診で兆候がわかる病気

- 糖尿病
- 高血圧症
- 脂質異常症
- 動脈硬化症
- 慢性腎臓病
- 胆石症
- アルコール性肝炎
- 脂肪肝など

医療費の節約！

健診を受けず、病気の治療が遅れると、重症化し治療や入院に多くの医療費がかかる場合もあります。



参考：KDBデータ(R6)

39歳のあなたへ 若年健診

「まだ若いから」と油断は禁物です。
健診を受けて、自分の体の変化を確認しましょう。



75歳以上は年1回受診を！ 長寿健診

健診は1年に1回、体をチェックする機会です。
持病などで通院中の人でも健診を受ける必要があります！



令和8年度 検（健）診の内容及び対象年齢等一覧

検(健)診名	内 容	対象年齢等	時 期 (場 所)	料 金
特定(若年)健康診査	問診、血圧測定、尿検査、身体計測、腹囲測定、血液検査、心電図検査 ※必要な人に眼底検査。 ※若年健康診査は、眼底検査はありません。 ※長寿健康診査は、腹囲測定、眼底検査はありません。	39歳～74歳で伊佐市国民健康保険に加入している人	4/11(土)～18(土)(こころ館) 4/20(月)～23(木)(まごし館)	無 料
長寿健康診査		後期高齢者医療保険に加入している人	6/23(火)～24(水)(まごし館) 6/25(木)～29(月)(こころ館)	
肝炎ウイルス検診	B型、C型肝炎ウイルス検査(血液検査) ※40、45、50、55、60、65、70歳の人で過去に受診歴のない人は無料	40歳以上で過去に検査を受けたことのない人	特定健康診査 長寿健康診査 と同時に実施 ※事前申込み不要 ※若年健康診査対象者は受診不可	B型 100円 C型 500円
前立腺がん検診	前立腺特異抗原(PSA)検査(血液検査)	40歳以上の男性		500円
腹部超音波検査	超音波(エコー)による腹部検査	40歳以上の人		1,200円
骨粗しょう症検診	超音波による骨密度検査			300円
胃がん検診	問診、胃部X線間接撮影(バリウム)			1,200円
肺がん検診	問診、胸部X線デジタル撮影(二重読影) ※令和8年度から喀痰細胞診検査はありません。		7/10(金)～7/17(金) (市内9箇所)※土日は除く	500円
大腸がん検診	問診、便潜血反応検査(採便2日法)		9/11(金)～9/18(金) (市内9箇所)※土日は除く	600円
子宮頸がん検診	問診、頸部細胞診	20歳以上の女性		1,000円
乳がん検診	問診、乳房X線撮影(マンモグラフィ) ※50歳以上は1方向、40歳～49歳は2方向撮影 ※希望者は超音波検査も受けられます。	40歳以上の女性	予約制 8/21(金)～27(木)(こころ館) 9/2(水)～5(土)(まごし館)	1方向 1,000円 2方向 2,000円 超音波 4,800円
結核検診	胸部X線デジタル撮影(読影) ※肺がん検診や病院などで胸部X線撮影をされる予定の人は、市が行う結核検診を受診する必要はありません。	65歳以上の人	8/5(水)・6(木)・10(月) ・12(水)・17(月)～21(金) ・24(月)・25(火) (市内58箇所)	無 料
特定健康診査(個別健診)	問診、血圧測定、尿検査、身体計測、腹囲測定、血液検査 ※必要な人に心電図検査等	40歳～74歳で伊佐市国民健康保険に加入している人	予約制 7月～1月 (医療機関)	無 料
歯周病検診(個別検診)	問診、口腔内検査等	20、30、40、50、60、70歳の人	予約制 10月～2月 (市内歯科医院)	無 料
お口元気歯ッピー健診(個別健診)	問診、口腔内検査等 ※義歯(入れ歯)を使用中の人も受診できます。	76、78、80歳で後期高齢者医療保険に加入している	予約制 6月～1月 (県内歯科医院)	無 料

※対象年齢は、令和9年4月1日現在の年齢(年度末年齢)です。

こころ館：大口元気こころ館 まごし館：菱刈総合保健福祉センター

運動して商品券をゲットしよう!
～健康づくりチェックポイント～
～元気度アップ・ポイント～

健康づくりや疾病・介護予防を目的とした取組を行っています。申請を行いポイント手帳の交付を受け、貯まったポイントは商品券と交換できます。

【申請できる人】

伊佐市に住民登録がある40歳以上の人

【申請場所】

40歳～64歳の人：保健課(大口庁舎)

65歳以上の人：長寿介護課(大口庁舎・菱刈庁舎)

【ポイント付与】

- 原則、毎週水曜日の18時～20時に忠元公園で30分以上の運動を行った人に対し1ポイント付与します。
- 65歳以上の方は、伊佐市が実施する検(健)診でもポイントを付与します。受診の際にはポイント手帳をご持参ください



がん検診の受診券の送付について

- 過去5年間に市が行うがん検診を一度でも受けたことがある人
 - 年度内に40、45、50、55、60歳になる人(子宮頸がん検診は、20歳～60歳までの5歳刻みの人)
- 上記のいずれかに当てはまる人に受診券を送付します。

※受診券がなくても、対象年齢に該当する人は検診を受けられます。
※子宮頸がん、乳がん検診については、事前予約が必要です。

肺がん・大腸がん検診の会場見直しについて

受診者数や検診会場の広さ等を参考に、肺がん・大腸がん検診の会場見直しを行いました。
検診が近づきましたら、受診券・広報紙等でお知らせします。

問合せ先
伊佐市役所 保健課 健康推進係
TEL 0995-23-1311