

胃・大腸・肺がん個別検診について

西原町では、「胃」、「大腸」、「肺」がん検診を実施しています。受診を希望される方は、事前に下記の指定医療機関へ予約をしてください。

【検査内容】

検診項目	検査内容
胃がん検診	胃エックス線検査 (バリウム検査)
大腸がん検診	検便 (便潜血検査)
肺がん検診	胸部レントゲン撮影

【平成28年度 がん検診指定医療機関一覧】

所在地	病院名	自己負担額	電話番号
西原町	アドベンチストメディカルセンター	3,867円	946-2844
中城村	ハートライフ病院予防医学センター★	8,180円	0120-123-026
与那原町	与那原中央病院	6,052円	945-8108
浦添市	浦添総合病院健診センター	5,853円	0120-861-109
	同仁病院	4,507円	876-2212
南風原町	沖縄県健康づくり財団	6,538円	889-6474
	沖縄県健康づくり財団 (ドックと同時受診の場合)		889-6792
那覇市	徳洲会新都心クリニック★	8,612円	860-0386
	那覇市立病院	6,128円	0120-784-155
北谷町	中部地区医師会検診センター★	6,668円	936-8290
豊見城市	とよみ生協病院	3,152円	850-9003

※「★」印の病院は、特定健診と一緒に受ける必要があり、がん検診のみの受診はできません。

※上記の料金は、胃、大腸、肺がん検診の合計金額です。詳細は医療機関、または健康推進課へご確認ください。胃がん検診を胃内視鏡検査に変更した場合は、別途料金がかかります。

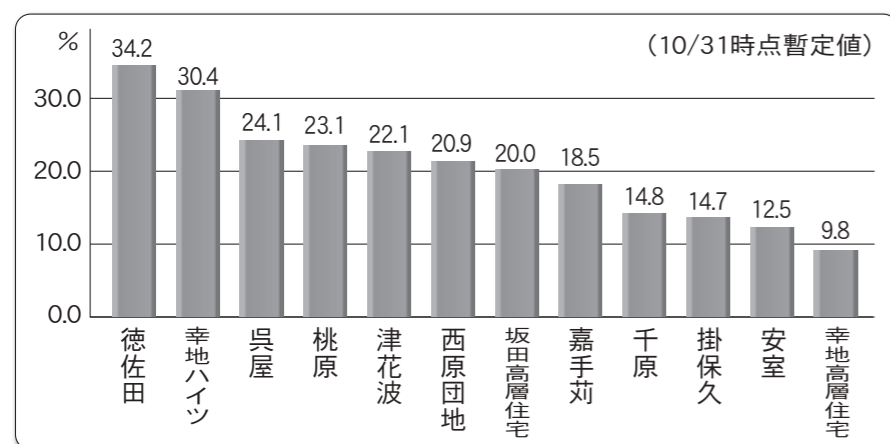
がんは2人に1人がかかる、身近な病気です。がん検診でしっかり予防しよう!



【お問い合わせ】 福祉部健康推進課 保健予防係 ☎945-4791

速報! 特定健診受診率

～Cグループ編 (健診対象者数が100人未満の地区)～



10月31日時点でトップは徳佐田地区! 前年度は惜しくもトップ3入りは叶いませんでしたが、今年度は大躍進の予感! ? 一方、掛保久、安室、幸地高層住宅の3地区は前年度も含めて32行政区全体の中でも受診率が低いです...今後の巻き返しに期待します!

すでに受診が済んでいる方も、家族や友人への声かけなど特定健診へのご協力をよろしくお願いいたします。

前年度の最終受診率 (確定)

- 👑 1位 幸地ハイイツ 61.8%
- 2位 津花波 59.6%
- 3位 呉屋 54.7%

10月号から3回にわたって健診対象者数規模ごとの受診率速報をお知らせしました。あなたの地区はいかがでしたか。

特定健診の受診期間は平成29年3月31日までです。個別健診(0円)・人間ドック(12,600円)のいずれかで受診することができますので、年に一度は特定健診の受診をよろしくお願いいたします。

【お問い合わせ】 福祉部健康推進課 保健予防係 ☎945-4791

健康だより

睡眠と健康について

師走で一年の締めくくりとして慌ただしい日々ですね。忘年会やイベントも多く生活習慣も乱れる時期です。健康的に日常生活を過ごすには規則正しい生活習慣が重要となってきますが、今回は、生活習慣の中でも『睡眠と健康』についてのテーマです。

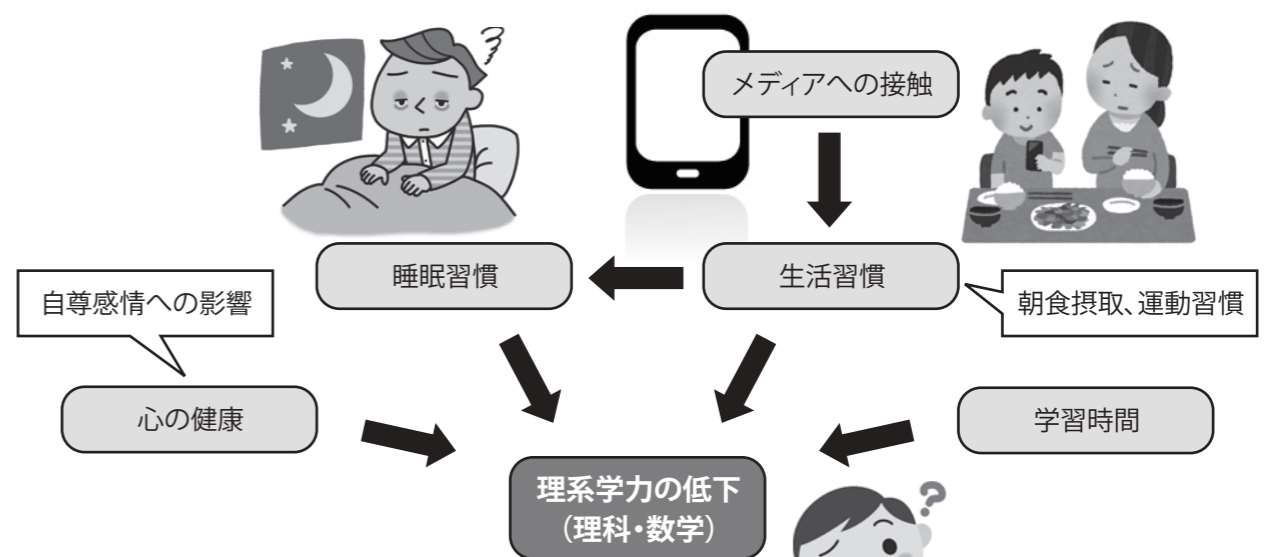
町民のみなさまは、ライフステージによって適正な睡眠時間を知っていますか。

<必要な睡眠時間>

乳児	幼児	児童(6~12歳)	成人	高齢者
9~12時間(夜間) +昼寝(30分~2時間)	12~14時間	10~11時間	7~9時間	

本町の3歳児健診において22時以降に就寝する児は41%、児童においては学年が上がることに比例して遅くなり、就寝が遅い児童は朝食も食べていないという結果が出ています。

子どもたちの健やかな成長のためには規則正しい生活習慣が鍵であると言われています。笹澤准教授(琉大)によると、睡眠不足により下記のような関連があると県内の小学生の学力との関連の研究で言われています。



携帯等のメディアの接触が長いと生活習慣や睡眠習慣が乱れ、そのことにより学習時間も低下し、情緒も不安定になることや意欲にも影響します。その結果、数学や理科等の考える力が低下し成績に大きく影響を与えているとの結果が示されています。

また睡眠、食事、運動等は肥満や心の健康にも繋がります。

この時期、崩れがちな生活習慣について家庭でのタイムマネジメントを今一度考えるきっかけにしてはどうでしょうか。

【お問い合わせ】 福祉部健康推進課 母子保健係 ☎945-4791

保健カレンダー

事業名	月日	曜日	対象者	受付時間	場所
2歳児歯科健診	12月1日	木	H26.6.1生まれ ~ H26.8.31生まれ	13:30~15:00	西原町役場保健センター
3歳児健診	12月8日	木	H25.7.12生まれ ~ H25.8.6生まれ	13:30~14:15	
1歳半健診	12月15日	木	H27.4.13生まれ ~ H27.5.15生まれ	13:30~14:15	
乳児一般健診(午前)★	12月10日	土	H28.1.21生まれ ~ H28.2.18生まれ	9:00~9:45	
乳児一般健診(午後)	12月10日	土	H28.7.14生まれ ~ H28.8.13生まれ	13:00~13:45	
BCG予防接種	12月19日	月	生後5か月~1歳未満	15:30~16:00	沖縄県健康づくり財団
集団健診(※要予約)	12月4日	日	未受診者	8:00~10:00	西原町役場保健センター

★生後9か月から11か月ごろのお子さんに絵本をプレゼントする「ブックスタート事業」を同時に実施しています。(対象者には個別で通知しています)