

特定健診を受けると、腎臓の状態が分かります！

問合せ先 市役所国民健康保険課特定健診担当 (☎31-4570)

特定健診でわかる腎臓に関する検査項目

尿たんぱく	異常なし	要経過観察	要医療	【尿たんぱくはどのように出るの?】 血圧や血糖値・LDLコレステロール・尿酸値が高い場合や、肥満などの血管を傷つける要因があると、毛細血管の塊である糸球体が傷つき、尿たんぱくが持続的に出る一因となります。
	(-)	(+)	(2+) 以上	
eGFR ml/分/1.73m未満	異常なし	要経過観察	要医療	【eGFRって?】 eGFRとは、元気に働いている腎臓を100%とした場合に、自分の腎臓は何%くらい働いているのかを推定するものです。例えば、健診結果でeGFRが40.8ml/分/1.73m未満だった場合、腎臓の動きは約40%ということになります。
	60以上	45~60未満	45未満	

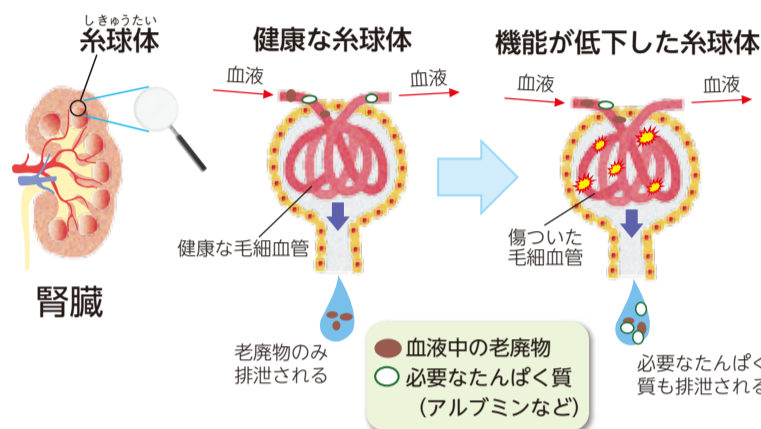
*判定の基準：人間ドック学会より



腎臓の動きが弱まると?

腎臓は身体の左右に1つずつあり、重さは1つ100~150グラム程度で、握りこぶしほどの大きさです。腎臓には、「糸球体」という毛細血管が集まった組織が密集しており、1つの腎臓には100万個の糸球体があります。

動脈硬化やウイルス感染などで弱った腎臓は、糸球体の機能が低下して、身体にとって必要な栄養分や水分を再吸収する力や、不必要な老廃物を排泄する力が弱まります。そして、腎臓の動きが弱まってきても自覚症状はありません。また、脳梗塞や心筋梗塞にもなりやすいことが分かっています。



特定健診を受けることが大事な理由

腎臓の動きが弱まってきても、自覚症状はなく、気付かずに放置している人が多いのが現状です。毎年特定健診を受けて自分の腎臓の動きを知り、必要な時は、自覚症状がなくても医療機関を受診することが大切です。

40~74歳の釧路市国民健康保険加入者の皆さんへ

今年度の特定健康診査受診券の有効期限は **3月31日(木)** です。
*受診券が見当たらない方は、再発行しますので、ご連絡ください。

特定健診等とがん検診を受け忘れていませんか?

3月28日(月)・29日(火)に「くしろ市民健診」を実施します

問合せ先 市役所健康推進課 (☎31-4524・4525)

臨時の「くしろ市民健診」を2日間実施します。この機会にぜひ健診を受診して、病気の予防と早期発見に努めましょう。

当日は、特定健診等の健康診査とがん検診をセットで受診することができます。*新型コロナウイルス感染症の感染拡大等により、中止となる場合があります。

●日程・会場

日程	健診会場	実施機関
3月28日(月)	市役所防災庁舎	若者健診・特定健診・健康診査 釧路市医師会健診センター (☎25-4774) がん検診 釧路がん検診センター (☎37-3370)
3月29日(火)		



●申込先

受付期間	申込先
予約受付中 3月14日(月) までにお申し込みください。	釧路市医師会健診センター (☎25-4774) ●受付時間 月~金曜日(祝日を除く) 午前9時~午後5時

申し込みの際には、はじめに「くしろ市民健診の申し込み」とお伝えください。



託児はありません

●健診(検診)の種類、内容など 各種健診は釧路市に住民票がある方が対象です。それぞれ年度内1回のみ受診となります。

種類	定員	対象者	健診(検診)料金	内容
若者健診		18~39歳で健診(血液検査)の機会が無い方 *18歳は年度内に19歳になる方が対象です。	無料	身体計測・腹囲・血圧測定・尿検査・血液検査・診察 *市国保のオプション検査は受診できません。
特定健診	各日計120人	市国保加入の40~74歳の方	無料	身体計測・血圧測定・尿検査・血液検査・診察
		医療保険加入者の被扶養者で40~74歳の方	ご加入の医療保険者にお問い合わせください。	
健康診査		後期高齢者医療制度に加入の方	500円	身体計測・血圧測定・尿検査・血液検査・診察
		生活保護受給者で40歳以上の方	無料 *事前に担当ケースワーカーに連絡してください。	
がん検診(胃・肺・大腸)	各日 胃30人 肺60人 大腸60人	40歳以上の市民	胃...1,140円 肺...370円(喀痰+610円) 大腸...550円 3種同時...1,450円(喀痰+420円)	胃: 胃部X線検査(バリウム検査) 肺: 胸部X線検査(問診結果により喀痰検査実施) 大腸: 便潜血検査

胃・肺・大腸がんの検診を同時に受診すると**通常2,060円**の検診料金が**1,450円**で受けられます!