



お知らせ保健

ID 535825868

問合せ 健康課

(新城保健センター)
(TEL 23・8551)

検診

集団がん検診(要申込)

日時 12月19日(火)午前

場所 新城保健センター

内容・費用

◆胃がん 5000円

◆大腸がん 3000円

◆前立腺がん 5000円

◆子宮がん 5000円

◆乳がん 5000円

(40歳代 6000円)

◆結核・肺がん 無料

◆前立腺がんは50歳以上の

男性が対象です。

※40歳代の方の乳がん検診

は二方向のレントゲン

撮影を行います。

※がん検診は年度に1回の

受診でお願いします。

申込 申込フォームもしく

は電話でお申し込み
ください。



▲申込フォーム

相談

健診結果説明・相談会(要申込)

日時 12月4日(月)

午前9時～

場所 新城保健センター

内容 お手元の健診結果に

ついての説明と相談

対象 健診受診者(特定健診、

勤務先や個人などで健

康診査を受けた方)

持ち物 健診結果票、筆記用具

お知らせ

慢性腎臓病(CKD)を 知っていますか?

慢性腎臓病は、成人の8
人に1人の割合で患者がい
ると言われ、近年注目され
ている疾患です。

■腎臓の働き

腎臓は、血液をろ過して

老廃物などを尿として排出
する役割があります。また、
血圧の調整や血液をつくる
ホルモンを分泌するのも腎
臓の機能です。

■慢性腎臓病とは

一つの病気を表す病名で
はなく、腎機能が慢性的に
低下している状態を指す総
称です。血液検査や尿検査
などで腎機能の低下や尿タ
ンパクなどが3か月以上続
くと、医師から診断されま
す。

初期は自覚症状がなく、
むくみ、頭痛、だるさなど
の症状があらわれた時には、
かなり腎機能が低下してい
ます。

慢性腎臓病を放置してい
ると、やがて腎不全となり、
透析治療や腎臓移植が必要
になります。

■原因となる生活習慣

誰もがかかる可能性があり、
肥満、喫煙、多量の飲酒、運
動不足、ストレスなどが原因
になります。糖尿病、高血圧、
脂質異常症などは発症のリス
クを高めます。

■糖尿病との関わりが強い

糖尿病の合併症に腎症が

あります。糖尿病による腎
症は透析導入の第1位で、
糖尿病にならない、悪化さ
せないことが大切です。

■生活習慣改善のポイント

生活を見直すことで、発
症や進行を抑えることがで
きます。

◆禁煙

喫煙により尿タンパクが
増加し、症状を進行させま
す。

◆飲酒は適量を守る

過度な飲酒により、尿酸
値が高い状態が続くと、尿
酸を排出する腎臓に負担が
かかります。

◆減塩

塩分を控えることで、高
血圧を予防し、腎臓への負
担が軽減されます。

◆適度な運動

糖尿病、高血圧などの生
活習慣病とともに発症を防
ぐことができます。

毎年、健診を受けて腎機
能の状態を確認しましょう。

ひとりで悩まないで
相談してみませんか?

名古屋いのちの電話

TEL 052・931・4343

(24時間365日)

新城保健センターでも、随
時相談が可能です。

(TEL 23・8551)

(平日午前8時30分～午後5時)

あなたもゲートキーパーに
なりませんか?

■ゲートキーパーとは

悩んでいる人に気づき、
声をかけ、話を聞いて、必
要な支援につなげ、見守る
人のことです。

■ゲートキーパー養成研修

市民の方を対象に、随時
実施しています。悩んでい
る人への声のかけ方、話の
聞き方のポイントなどを学
ぶことができます。(1時
間～1時間30分程度)

地区の集まり、職場など
に出向いて実施することも
可能です。詳しくは、新城
保健センターへお問い合わせ
ください。

