

2024年度

健

康

診

断

のご案内

年に1回
健診を受け、
明るい家庭を
守りましょう!



とっても
お手軽!!

女性専用 巡回健診の流れ

健診日・健診会場	「2024年度 全国巡回健診 日程表」をご覧ください、ご都合のよい会場をお選びください。 ※一部会場にて、乳がんのフィルムマンモグラフィ検査(乳腺レントゲン)と、子宮頸部がんの医師による直接採取検査を実施予定です。 また今年度も一部会場で胃部レントゲン検査を実施しない会場がございます。詳しくは日程表をご確認ください。
受付時間	AM9:00～AM11:00(所要時間は約2時間です) ※受付時間は、一部会場では異なります。※受付時間は、当日の混乱を避けるため、申込先着順で指定させていただきます。 ※午後の受付はございません。
申込締切	会場No.001～011…6月17日(月) 会場No.012～…各会場とも健診日の1ヶ月前 ※なお、申込締切後でも対応が可能な場合がありますので、(株)あまの創健 全国巡回健診企画室(電話:052-930-8071)までお問い合わせください。

STEP
1

健診会場を選んで、予約をする

「2024年度 全国巡回健診 日程表」にて、ご都合の良い会場をお選びいただき、インターネット(パソコン、スマートフォン、携帯電話)かハガキにてご予約ください。



WEB予約が
オススメ

詳しい申込方法は
P2をご覧ください。

STEP
2

受診票一式が届く

受診日の1週間前までに送付いたします。受診票は当日までに記入をお済ませください。



STEP
3

健康診断を受ける

受付時間票のお時間に、必要書類、検体容器をご持参のうえ、健診会場へお越しください。
所要時間は1時間半～2時間ほどです。

※一部男性技師が担当しますが、スタッフもほとんど女性です。

※一部会場にて保健指導が必要な方に当日、保健指導を実施いたします。

受診者が
女性だけで
安心!



STEP
4

健診結果を受け取る

健診受診日から約1ヵ月後に、健診結果をご自宅に郵送いたします。
健診結果報告書の中に「結果の推移グラフ」が記載されています。
続けて受診されている方は経年的な変化を確認できます。

はやく結果
が見られて
安心だわ



C、D判定があった方
精密検査が必要な方

医療機関を受診する

重症化の予防や、病気の早期発見のため、C、D判定になった項目は早めに医療機関を受診してください。



生活習慣病項目で
基準値から外れていた方

保健指導を受ける

総合的に生活改善が必要と判断される方で、健診当日に保健指導を受けなかった方は、後日保健指導を受けていただけます。
健診後に開催する「健康プラスセミナー※」では健診結果の見方や数値の改善に役立つポイントを紹介しています。
保健指導をきっかけに生活習慣を改善し、健康づくりをしていきましょう。

異常がなかった方

健康の維持を目標に!

健診を受けた方は健康維持のための生活改善ポイントを紹介する「健康プラスセミナー※」に無料で参加いただけます。
1年に1回は健診を受診して、健康状態が維持できているか確認しましょう。

※一部地域ではセミナーの実施はありません。

こんな方におすすめ!

検査項目紹介

※受診できる検査項目は、ご加入の組合様によって異なります。宛名台紙裏面の「全国巡回健診のご案内」もしくは別紙案内をご確認ください。

肺の検査

CEA

詳しくはP5を参照。

SCC

詳しくはP5を参照。

こんな方におすすめ



タバコを吸う方



40歳以上の方



眼の検査

眼底検査

糖尿病、高血圧、動脈硬化などを診断します。



こんな方におすすめ



40歳以上の方

肝臓の検査

AFP

詳しくはP5を参照。

肝炎

B型肝炎ウイルス抗原、C型肝炎ウイルス抗体の有無を調べます。輸血を受けたことがある方、刺青やボディーピアスを施している方は検査をおすすめします。

腹部超音波検査

肝臓、胆嚢、腎臓、膵臓、脾臓などの状態を調べます。

こんな方におすすめ



よくお酒を飲む方



膵臓の検査

CEA

詳しくはP5を参照。

CA19-9

詳しくはP5を参照。

腹部超音波検査

肝臓、胆嚢、腎臓、膵臓、脾臓などの状態を調べます。

こんな方におすすめ



よくお酒を飲む方



大腸の検査

便潜血検査

大腸からの出血の有無を調べます。

CEA

詳しくはP5を参照。

CA19-9

詳しくはP5を参照。

こんな方におすすめ



40歳以上の方



胆嚢の検査

CA19-9

詳しくはP5を参照。

腹部超音波検査

肝臓、胆嚢、腎臓、膵臓、脾臓などの状態を調べます。

こんな方におすすめ



よくお酒を飲む方



子宮・卵巣の検査

子宮頸部がん検査

細胞を採取して、子宮頸部がんや子宮頸管ポリープ、腫瘍疾患、外陰部の疾患を調べます。

HPV検査
(自己採取)

子宮頸部がんの主な原因とされるハイリスクHPVの感染を調べます。ご自宅で採取いただいた検体を受付で回収いたします。

卵巣がんリスク検査

自覚症状が出にくいとされる卵巣がんについて調べる検査です。

こんな方におすすめ



女性の方(特に40歳以上)



受診時に注意が必要な検査

検査項目	妊娠中	授乳中	月経中	食事制限	その他の注意点
便潜血検査	○	○	×	無	
乳がん検査 ※全会場で女性技師が対応します。	×	×	○	無	※断乳後1年以内の方、豊胸手術を受けられている方は受診不可です ※一部会場・一部地区ではマンモグラフィ検査を実施します。(対象40歳以上)
子宮頸部がん検査	×	○	×	無	※出産後1年以内の方は受診不可です ※一部会場・一部地区で実施します。
HPV検査 ※自己採取	×	○	×	無	※出産後1年以内の方は受診不可です
腹部超音波検査	×	○	○	有	
胃部レントゲン検査	×	×	○	有	※一部会場で実施します。

その他の検査

アレルギーセット検査

イヌ皮膚・ネコ皮膚・動物上皮(マルチ)のアレルギー反応を調べます。アレルギーは、大人になってから突然発症するケースもあります。

甲状腺の検査

甲状腺検査

血液中の甲状腺ホルモン(FT4)に加え、甲状腺刺激ホルモン(TSH)の量も調べます。特に妊娠時や更年期の女性には甲状腺機能の異常を呈する疾患が多いため、検査をおすすめします。

こんな方におすすめ



女性の方(特に40歳以上)

心臓の検査

NT-proBNP検査

心不全のスクリーニング検査です。食事が偏り気味の方や、ストレスの多い生活をしている方は検査をおすすめします。

こんな方におすすめ



タバコを吸う方

乳房の検査

乳がん超音波マンモグラフィ検査

乳がんや乳腺症、のう胞などを調べます。

こんな方におすすめ



女性の方(特に40歳以上)

脾臓の検査

腹部超音波検査

肝臓、胆嚢、腎臓、膵臓、脾臓などの状態を調べます。

こんな方におすすめ



貧血気味の方

胃の検査

胃部レントゲン検査

バリウムを飲んで食道から胃、十二指腸までの上部消化管を造影し、粘膜の変化や異常を調べます。

ペプシノーゲン検査

胃がんのスクリーニング、慢性萎縮性胃炎の診断や胃液分泌状態の把握をします。

ピロリ菌抗体検査

胃潰瘍、十二指腸潰瘍、胃がん発症のリスクを高めるヘリコバクターピロリ菌が血中に存在しているかを調べます。これまでに受診経験のある方は毎年受診する必要はございません。また、ピロリ菌の除菌治療を受けた方や、食道・胃・十二指腸疾患で治療中の方は、この検査をおすすめできませんのでご注意ください。

CEA

詳しくはP5を参照。

CA19-9

詳しくはP5を参照。

こんな方におすすめ



よくお酒を飲む方



40歳以上の方

腎臓の検査

腹部超音波検査

肝臓、胆嚢、腎臓、膵臓、脾臓などの状態を調べます。

シスタチンC

腎機能障害の早期診断を行います。

こんな方におすすめ



よくお酒を飲む方

骨の検査

骨密度検査

詳しくはP5を参照。

関節の検査

関節リウマチ検査

詳しくはP5を参照。

こんな方におすすめ



40歳以上の女性の方

※こちらはあくまで、おすすめ検査です。自覚症状がある方は医療機関へ受診いただきますようお願いいたします。
※治療を受けたことがある方、または治療中の方はおすすめできません。受診にあたっては主治医やかかりつけの病院へご相談ください。

腫瘍マーカー検査ってたくさん種類があってわからない!

腫瘍マーカーとは、体内に腫瘍が出来たときに出る特殊な物質の総称です。血液中の濃度を測定することで、がんを発見するためのスクリーニング(ふるいわけ)検査として行います。

CEA

消化器系(食道、胃、大腸、膵臓)のがんのスクリーニングとして広く用いられています。
がん治療後の経過観察にも有効です。高齢者や喫煙者では若干高値になる傾向があります。

CA19-9

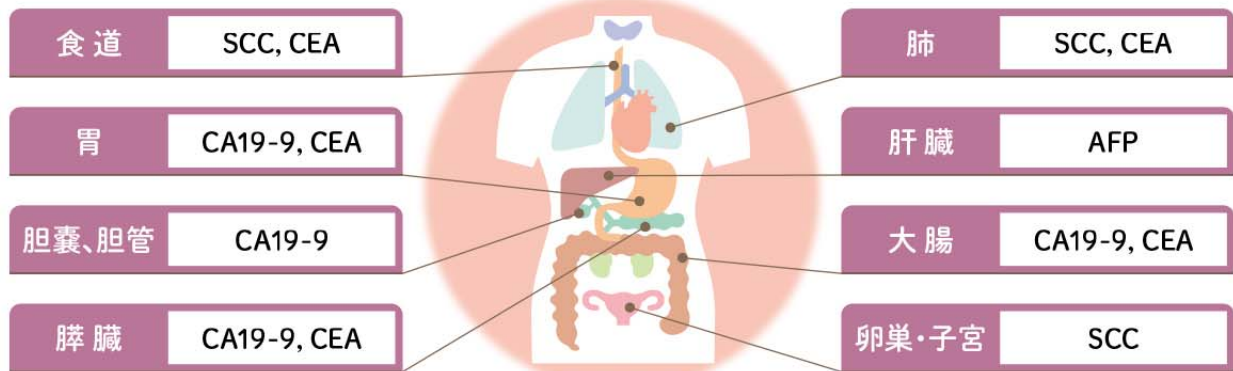
膵臓がん、胆道がんをはじめとする各種消化器がんの高い陽性率を示します。
がん以外の膵炎や胆石でも高くなることがあります。CA125と合わせて婦人科系のがんの早期発見に有用です。

AFP

胎児の血液中にみられる物質で、出生後消失しますが、肝細胞がんで上昇します。
肝硬変や慢性肝炎で上昇する事もあります。

SCC

主に子宮がん(頸部扁平上皮がん)で高くなります。肺がん、食道がんでも高値になります。
扁平上皮がんを診断する指標として用いられます。



骨密度検査って必要?

女性では50歳前後で閉経を迎えると、エストロゲンと呼ばれる女性ホルモンが急激に減少し、骨密度も急激に低下します。

2022年に実施された国民生活基礎調査(厚生労働省)によると、寝たきりや自立した生活ができない要介護状態になった原因の第3位は「骨折・転倒」でした。

自分の骨密度を知ることによって、できるだけ早く適切な治療や、生活習慣の改善を行なうことにより、骨密度の低下をくい止めることが重要です。

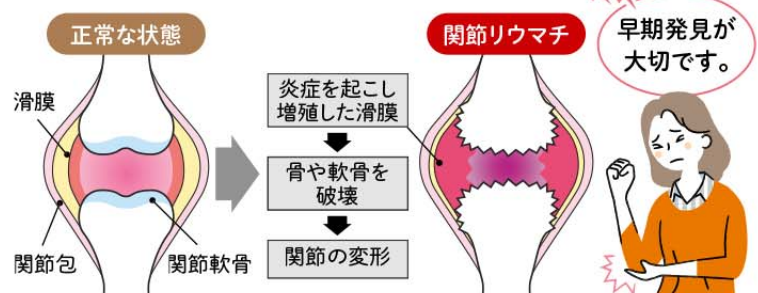


関節リウマチ検査ってなに?

日本では60~70万人が発症していると推定されており、特に30~50代の女性の発症率が高い傾向にあります。

関節リウマチは、全身のさまざまな関節に強い炎症が起こる自己免疫疾患です。特に関節の内部を覆っている滑膜細胞に炎症が起こり、増殖します。次第に滑膜から軟骨、骨へと波及し、やがて関節自体を破壊し、関節変形をもたらします。

関節リウマチは早期に診断できれば、病気の進行を抑制する治療が可能です。



※受診できる検査項目は、ご加入の組合様によって異なります。宛名台紙裏面の「全国巡回健診のご案内」もしくは別紙案内をご確認ください。

今年度も婦人科検査を医療機関で受診いただけます(一部地域)

! 基本検査を受診された方が対象となりますので、ご注意ください。全国巡回健診当日の受診ではありません。

子宮頸部がん(医師採取)検査

乳がんマンモグラフィ検査(40歳以上)

婦人科検査、受診の流れ



受診ができる医療機関につきましては、「健向Navi」上のお知らせ一覧でご確認ください。

(「健向Navi」へのログイン方法は、P2をご参照ください。)

ポイントサービスのご案内

全国巡回健診受診者を対象に、ポイントサービスを実施しております。貯まったポイントは、翌年度の全国巡回健診にて利用することができます。是非、ご利用ください。

もらえる!

以下の4つのポイント付与条件の実績に応じてポイントを付与します!

① 関節リウマチ検査受診 **100**ポイント

③ 卵巣がんリスク検査受診 **100**ポイント

② 連続受診者(2年連続) **100**ポイント

④ オンラインセミナー **100**ポイント

(2023年度に巡回健診を受診された方)

※ポイントは1ポイントにつき1円となります。

ポイントサービスに関する問い合わせ先

(株)あまの創健 ポイントサービス係
TEL 052-931-0041 (土日祝を除く 9時~16時)
お問い合わせの際は「ポイントプログラムの件で」とお伝えください。

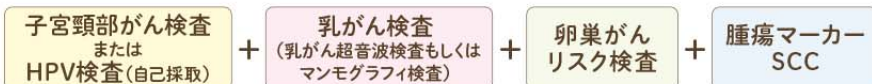
健康診断予約受付に関する問い合わせ先

(株)あまの創健 巡回健診企画室
TEL 052-930-8071 (日祝を除く 9時~16時)

PICK UP

オプション検査を組み合わせ、気になる部分をチェック!!

婦人科検査を充実させたい A子さんの場合



この際、婦人科
項目をガッツリ
調べたい!

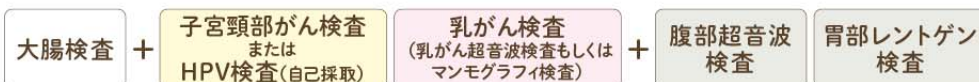
最近、更年期
障害が気にな
るのよね。



更年期が気になる B美さんの場合



がん検査で早期発見に繋がりたい C奈さんの場合



がん検査を
受けて
予防したいわ!

! 加入している組合様によって、受診できる検査項目が異なります。受診ができる項目については、宛名台紙裏面の「全国巡回健診のご案内」もしくは別紙案内をご確認ください。

太っていないなくても、もしかして **隠れメタボ** かも!?

わたしは太って
いないから大丈夫!

いいえ。
「**隠れメタボリック
シンドローム**」
の可能性があります。

太って見えない「内臓脂肪型肥満」の人で、腹囲(女性)90cm以下、BMIが25未満でも、高血糖・脂質異常・高血圧のうち2つ以上が当てはまる場合には、**隠れメタボリックシンドローム**です。「栄養バランスの偏り」や「運動不足」などが隠れメタボの原因になると考えられます。低カロリー食でエネルギー源である糖質が不足すると、脳が飢餓だと判断して肥満スイッチをONにしてしまい、脂肪を蓄えようとしています。

また、運動をしない、極端な食事制限を行なうダイエットの場合は、筋肉が減少するため、代謝が低下し、中性脂肪が増加します。中性脂肪の増加によって、高血糖・脂質異常・高血圧が起こることが考えられます。

食べすぎ・運動不足・喫煙・飲酒 など
悪い生活習慣の積み重ね

危険ゾーン

腹囲
(おへその高さで測ります)
男性 85cm以上
女性 90cm以上

内臓脂肪型肥満 +

中性脂肪が多い
HDLコレステロールが少ない

中性脂肪 150mg/dl 以上
または
HDLコレステロール 40mg/dl 未満

血圧が高め

収縮期血圧(最高血圧) 130mmHg 以上
または
拡張期血圧(最低血圧) 85mmHg 以上

血糖値が高め

空腹時血糖値 110mg/dl 以上

のいずれか2つ以上が当てはまると
メタボリックシンドローム といいます

脳卒中 動脈硬化 心筋梗塞

身体の各部に血液を運ぶ動脈が、硬くなったり、もろくなったり、つまったりします。

健康診断を受診して、
病気になるリスクを
減らしましょう!



皮下脂肪型(洋ナシ型肥満) 肥満

お尻や太ももなどに皮下脂肪がつき、下半身が太った感じになる。

皮下脂肪

内臓脂肪型(リンゴ型肥満) 肥満

お腹あたりに内臓脂肪がつき、上半身のボリュームが増す。

皮下脂肪 内臓脂肪

太っていないでも安心しないで!

昨年、受診された方の生の声です!

いつもは指定病院でしたので、こちらで受けてみたかった。採血しにくい私でしたが非常に上手な対応でした。

A子さん



場所が近所がいい。会場内も時間を細かく受付してあるので、検査もスムーズに流れてよかったです。

B美さん



腎臓のがんをステージIで見つけていただきました。本当にありがとうございました。

C奈さん

