

# 「けんしん」へ行こう! ～私のために、家族のために～



岡山市では6月から「けんしん」が始まります。  
全国的にコロナ下での受診控えによる診断の遅れが  
問題になっています。今こそ「けんしん」を受けましょう!

岡山市が行うけんしん 実施期間:令和5年6月1日～12月31日(実施医療機関の休診日を除く)

種類	対象者	内容
がん検診	職場などで検診を受ける機会のない方(該当年齢あり)	肺・大腸・胃・乳・子宮頸がん検診、 肝炎ウイルス検査
国民健康保険 特定健康診査	40～75歳未満の方 (岡山市国民健康保険加入者)	からだの状態を確認する 基本的な健診
国民健康保険 35歳からの健康診査	35～39歳未満の方 (岡山市国民健康保険加入者)	*岡山市国民健康保険以外に加入の 方は、加入する健康保険におたずね ください。
後期高齢者健康診査	後期高齢者医療加入者	高齢者の健康寿命延伸の ための健診
生活保護等受給者 健康診査	生活保護等を受給している 40歳以上の方	からだの状態を確認する 基本的な健診

(年齢は年度年齢で令和6年3月31日時点の年齢)

- \*対象者、検査内容、検診料金、持参するもの、実施医療機関等の詳細は「けんしん・予防接種ガイド」や岡山市HPをご確認ください。
- \*受診するけんしんと医療機関を決め、各自で医療機関へご予約ください。
- \*余裕をもって早めに受診しましょう。  
(期間の終わりは、予約が取りづらくなります。)
- \*医療機関によっては、がん検診と健康診査の同時受診が可能です。  
ぜひ合わせて受診しましょう。
- \*けんしんの結果「要精密検査」と判定されたら  
必ず医療機関を受診しましょう。



岡山市けんしん

お問合せ 岡山市けんしん専用ダイヤル ☎086-803-1202



健康で豊かな生活をめざす  
愛育活動の情報誌  
発行/岡山市愛育委員協議会  
事務局/〒700-8546 岡山市北区鹿田町一丁目1-1  
岡山市保健福祉会館2階  
TEL.086-803-1263 FAX.086-803-1758

2023.6  
74

愛育委員は  
こんな活動を  
しています!

主体活動

さんさん育児相談

健康市民おかやま21(第2次)の取り組み

がん検診啓発活動

おやこクラブとの交流

協力・共同活動

がん検診のお手伝い

こんにちは赤ちゃん絵本セット

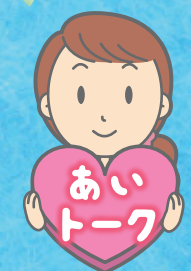
委託活動

いのちを育む事業

情報誌「ai」作成及び配布

保健事業のお知らせ配布

こんにちは赤ちゃん事業

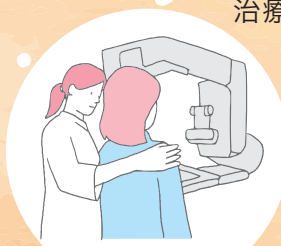


愛育委員は、近隣のみなさんへの「声かけ」「見守り」を通じて、地域の健康づくりのお手伝いをしています。現在、町内から選出された約5,400人の愛育委員が1人あたり約60世帯を担当して活動しています。



## 検診で乳がん発覚。 身をもって知る検診の大切さ。

「50歳になったら検診を受けんとおえんよ」と、近所のお節介なおばさんに誘われ初めて受診しました。59歳の時、何がきっかけか忘れてましたがマンモグラフィの検査を受けました。痛かったし、何も異常が無かったので、もうしばらくは受けたくないと思いました。翌年、岡山市から無料クーポンが送られてきたので「これは受けないと」思い受けました。そこには影がはっきりとあり、細胞を調べると乳がんであることがわかりました。あれから13年になりますが、元気に愛育活動をさせてもらっています。あの時に無料クーポンが送られて来なかったらと思うと、今でも「ゾッ」とします。乳がんは10年で1cmぐらいになるそうです。それから1年ごとに倍々になるようです。検診がどんなに大切であるか身をもって知りました。早期発見が早期治療に繋がると思えます。あなたの大切な方のためにも、検診を受けてください。たまには近所のお節介なおばさんになるのもいいかもしれません。(70代女性)



\*現在、乳がん検診無料クーポンは、その年度中に41歳になる方が対象です。平成22(2010)年当時は61歳になる方も対象でした。

現在元気に活躍されているお二人の貴重な体験をご紹介します

# よし！ 検診へ行こう！

私たち、検診で早期発見ができました！

## 検診の結果にすぐ対処。 元気で過ごせる毎日に感謝。

14～5年前から毎年検診を受け、別に異常なく過ごしていましたが、昨年8月大腸がん検診で便に「潜血アリ」の通知が届きました。初めての事でビックリ！その通知を持ってかかりつけ医へ行くと、すぐに専門医のいる病院へ予約をしてくれて、腸の検査をしました。その結果、腸に3cmのポリープと、その後ろに何か影が見えるとの診断を受け、内視鏡によりポリープと影は「腫瘍」と分かったので、取っていただきました。手術3時間5日間の入院となりました。「もう1年発見が遅かったら立派な癌になっていたよ。今見つけて良かった」との事。無事に退院でき、元気で毎日過ごせる事が本当に良かったと思っています。大腸がん死亡率が高いと聞き先生に尋ねると、「要精密検査の通知が来ても何も自覚症状が無いからと、診察に行かない人が多い」と聞きびっくりしました。がん検診は必ず受けて、通知が来たら必ず診察に行ってください。(70代女性)



検診の詳細は各戸配布の  
“けんしん・予防接種ガイド”に載ってます！



## 愛育委員がキルトを 製作するのはなぜ？



キルトにはアメリカ開拓時代の女性たちが、自分たちの気持ちや希望などを図柄に込めて伝えて来たという伝統があります。その伝統とメッセージ性を受け継ぎ、アメリカで始まったのが「エイズキルト」です。

岡山市愛育委員会では、平成5年度から加えられた重点目標「エイズの正しい知識の普及」を受けて、平成9年度から「エイズキルト」に取り組み、イベント会場へのキルト貸出しや、キルトづくり体験などを通じて啓発運動を行っています。

平成15年度には「健康づくりキルト」を作成。その後は「東日本大震災復興応援キルト」「50周年記念キルト」など、時代に合ったテーマを掲げ、愛育活動への想いを繋いできました。昨年度は、子育て支援の一環として産前産後の母子の健康を願いながら、「中区さんさんステーション」に掲示する「子育て応援キルト」を作成しました。

一針一針想いを込めて。これからも、キルトづくりを通じてメッセージを送り続けていきます。



エイズキルト



東日本大震災復興  
応援キルト



50周年記念キルト



子育て応援キルト

## 探訪 Part II

市内98学区・地区それぞれの愛育活動をシリーズで紹介しています。

愛育活動は状況に応じて感染対策をして行っています。

### 大元学区

「いきいき大元21の会」で3年ぶりに学区ウォーキング大会を開催しました。当日は小雨があがり、各種団体の協力で集合した70名で歩きました。

学区の大元中央公園→野田西交差点を南下→八幡宮や宗忠神社に立ち寄り、公園に戻るまでの3kmです。親子連れと地域の方々が一緒に街並みを眺めながら歩きました。「とても楽しかった」と感想をいただきました。



### 横井学区

岡山市の北に位置し、笹ヶ瀬川を挟んで東西にある地域です。活動の一環に「わんぱくクラブ(おやこクラブ)」と年に6回程度の交流があります。その都度出し物を準備し、手遊びや歌をうたったりして楽しく過ごしています。コロナ禍以前は大勢の子ども達が参加していました。今では随分少なくなり、赤ちゃん訪問の時にお知らせしたり、周知に努めています。これからも子育て支援を続けていきたいと思ひます。



### 雄神学区

岡山市の東南に位置し、あたご梨・ヤーリー梨・ぶどうが特産の地です。今年は3年ぶりに「コミュニティふれあいの日」を開催することができました。防災訓練や小学生が描いたポスターの展示、くじ引き、花の販売など多くのブースで地域住民が楽しみました。愛育委員はがん検診啓発用のトイレットペーパーを配布し交流しました。これからも子どもから大人まで年代を問わず皆でふれあう日をつくり活動を続けていきます。



### 第一藤田学区

第一藤田学区は田園に囲まれたとてもどかな地域です。昨年9月藤田公民館で開催された「健康学びの森」で、「たいせつなあなたへ」のリーフレットを配布し、乳がん検診の呼びかけを行いました。実際にマンマモデルに触れて、乳房のしこりを実感していただきました。今後も地域の方々が笑顔で元気に過ごせるように活動していきたいと思ひます。

