

# ながはま0次健診(第3期)案内

京都大学医学研究科・長浜市

医学の発展と市民の健康づくりを目標に、京都大学医学研究科と長浜市が共同で実施している0次予防コホート事業の第3期事業は今年度で終了します。この案内を受け取られた方は、第3期最後(令和4年度)の0次健診を受けていただく年にあたりますので、お早めにお申し込みください。

- ・今年度の0次健診では、3ページの通り**新型コロナウイルス感染症対策**を講じます。
- ・健診前14日間に**発熱やかぜ症状、強いだるさ、息苦しさなどの症状**があった場合や同居家族に新型コロナウイルス感染症の陽性者がいる、またはあなた自身が濃厚接触者の経過観察期間に該当する場合、健診前5日以内に、同居家族に発熱やかぜ症状、強いだるさ、息苦しさなどがある場合は受診をお控えください。
- ・状況によっては**急遽0次健診を中止**する可能性があります。その場合、市の集団健診や医療機関で実施する特定健診も、状況によっては受診できない場合があります。

**予約受付** 完全予約制です(この案内が届いた日より受付開始)。

各健診日も定員があり、先着順に受け付けますのでお早めにご予約ください。

**予約方法** 健康づくり0次クラブまでお電話ください。

**0749-50-6210** (平日:午前9時～午後6時/土、日、祝除く)

健康づくり0次クラブは、長浜市と京都大学と業務委託契約を締結し、健診業務に携わります。

**健診日程** 保健センター高月分室

令和4年7月	22日(金)	23日(土)	24日(日)	25日(月)
9月	15日(木)	16日(金)	17日(土)	18日(日)

長浜市保健センター(ウェルセンター)

令和4年10月	14日(金)	15日(土)	16日(日)	17日(月)
11月	12日(土)	13日(日)	14日(月)	15日(火)
12月	15日(木)	16日(金)	17日(土)	18日(日)
令和5年2月	23日(木)	24日(金)	25日(土)	26日(日)
3月	18日(土)	19日(日)	20日(月)	

受付時間は、8時00分～10時45分、12時30分～13時45分の間で、15分毎に予約できます。

各時間帯に定員がありますので、お申し込みの際に希望日・時間を調整させていただくことがあります。(3時間程度の健診です。)

- 健診日の1か月前までに申し込まれた方には、健診日の3週間前を目安に受診票・質問票をお送りします。直前に申し込まれた場合、ご希望の日時に沿えないことがあります。
- 健康づくり0次クラブから予約に関してお電話をさせていただく場合があります。
- 0次健診受診のための詳しい内容は、申込み後に送られてくる説明書をご覧ください。

**健診費用** ご負担いただくことはありません。

長浜市が行っている国民健康保険特定健診、市の助成を利用して受診する「人間ドック」、生活習慣病健診と0次健診を重複して受診することはできません。特定健診等を二重に申し込まれないようお願いします。

## ながはま0次健診(第3期)の内容

0次健診では、通常の特定健診の内容に加え、さらに詳しい検査が受けられます。

### 主な検査項目

**血液検査** 採血は 42ml の予定です。血液は、健診に必要な項目の測定に使用するほか、研究のための検査や遺伝子の抽出に使わせていただきます。また、一部は将来開発される新しい検査などのために冷凍保存します。

#### お返す検査結果

白血球数・赤血球数・ヘモグロビン・ヘマトクリット・血小板数・血糖・HbA1c・総コレステロール・HDL コレステロール・LDL コレステロール・中性脂肪・アルブミン・AST・ALT・γGTP・クレアチニン・尿酸 等

**尿検査** 検査当日に会場で採尿します。一部の尿は、将来開発される新しい検査などのために冷凍保存します。

#### お返す検査結果

尿蛋白・尿糖・尿潜血・尿ウロビリノゲン 等

**生理検査** 通常の特健診項目(身長・体重・腹囲・血圧)に加えて、以下の検査を実施します。いずれの検査も痛みはありません。一部の検査を除いて結果をお返します。

#### 実施する検査項目

体組成・握力・動脈硬化度・頸動脈エコー・中心血圧・心電図・眼科・眼底・視聴覚統合・歯科・睡眠時無呼吸・家庭血圧・認知機能(記憶力テスト)・触覚・24時間蓄尿(1日の食塩摂取量)・頭部MRI・膝X線

### 注意事項

- 健診会場での検査や血液検査の結果のうち、医学的意義が明らかであり、皆様の健康づくりに役立つ結果のみをお返します。まだ研究段階にあり、検査結果の意義が不明瞭な項目についての返却は控えさせていただきます。
- 以下の検査は任意の検査です。結果をお返しできない検査もありますが、0次コホート事業から最先端の医学研究の成果を発信し、0次健診を末永く続けるためにとても大切な検査ですので、ご協力をお願いいたします。詳細は健診会場でご説明します。

任意の検査	検査方法	対象者	結果返却の目安
睡眠時無呼吸検査 家庭血圧・活動度	機器を自宅に持ち帰り、日々の血圧や睡眠の状態、活動を測定します。測定後、指定の日時・場所に機器を返却していただきます。	80歳未満の方	睡眠時無呼吸のみ4ヶ月後
24時間蓄尿検査 (食塩摂取量)	専用の容器を自宅に持ち帰り、1日の尿の40分の1量を採尿します。採尿後、指定の日時・場所に検体を提出していただきます。	60歳以上 80歳未満の方	2ヶ月後
認知機能検査 触覚検査	認知機能検査は記憶や日常生活に関する質問に答える検査です。触覚検査は、指先を軽く触ったときの感覚について伺う検査です。	65歳以上の方*	返却しません
頭部MRI/MRA 膝X線検査	後日、市内の指定の病院で撮影を行います。健診時に検査の説明・予約を行います(認知機能検査を受けて頂いた方のみ)。	第2期に頭部MRI・膝X線検査を受けた方	6か月後

**検査項目は、新型コロナウイルス感染症対策の観点から、変更となる可能性があります。**

### 質問調査について

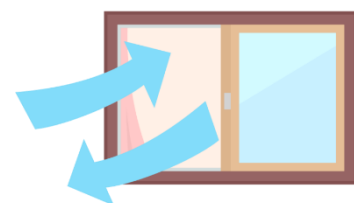
- ふだんの睡眠や体の動かし方、飲酒、喫煙、ストレス、これまでの病歴などについての質問です。たくさんの質問がありますが、調査の基本となる重要なデータですので、できるだけ正確にお答えください。
- 質問票の回答方法は次の2種類です。予約の際に回答方法をお聞きしますのでお知らせください。健診日の1か月前までに申し込まれた方には、受診日の3週間前を目安に回答用の資料と受診票をお送りします。回答には60分程度かかりますので、資料が届いたら早めにお済ませください。
  - ① インターネットから回答する  
(おすすめしています！)      ご自宅のパソコンやスマートフォンから回答する方法です。詳しい方法は、受診票と一緒に送りする説明書をご覧ください。
  - ② 冊子(質問票)で回答する      予約後にお送りする質問票(冊子)に回答し、返信用封筒で事前に市役所まで返送して頂く方法です。

## 0次健診における感染症対策について

受診者の皆様が安心して0次健診を受けていただけるよう、徹底した新型コロナウイルス感染症対策を行います。具体的な対策は以下のとおりです。

### ★会場★

- 例年に比べ、1日当たりの受診人数を少なくしています。
- 検査を待つ人同士の間隔をなるべく広く取ります。
- 人の手が触れるところはアルコールで消毒します。
- 定期的に換気を行います。
- トイレ掃除を頻繁に行います。
- 会場でのお茶・お菓子の提供は致しません。



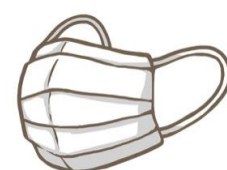
### ★スタッフ★

- 不織布マスクを着用します。
- 手洗いや手指のアルコール消毒を徹底します。
- 健診開始前の健康チェックを徹底します。



### ★皆さんにご協力いただきたいこと★

- 受付時間を守り、不織布マスクをつけてご来場ください。
- 手指のアルコール消毒にご協力ください。
- 水分の補給が必要な方は、個人の水筒をお持ちください。
- 会場での食事や会話はお控えください。
- 予約された方には「新型コロナウイルス感染症に関する問診票」を送ります。事前に記入し、健診日当日に持参してください。
- 受付前に体温を測定します。



ご理解とご協力をお願いいたします。

上記のような感染対策を行いますが、年齢や基礎疾患、ワクチン接種の有無等による重症化や感染の不安を感じる方に、受診を強いるものではありません。

# 0次健診を優先してお受けください！

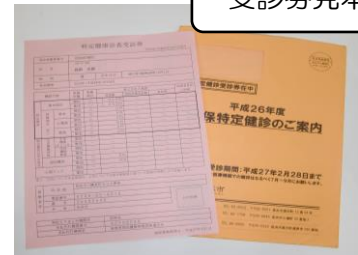
0次健診を受診される年度は、市が実施する一部の健診と重複して受診ができません。  
(0次健診を受診したことで一部の健診も受診したことになるため)  
下記に該当する方は内容をよくお読みいただき、0次健診のご予約をお願いします。

## 長浜市国民健康保険にご加入の方

### 令和4年度に重複受診ができない健診

- 長浜市国民健康保険特定健診
- 長浜市の助成を利用して受診する「人間ドック」
- 国民健康保険治療中患者情報提供

- ※ 重複してお受けになると、健診費が実費負担になります。
- ※ 0次健診当日に必ず受付で国保特定健診受診券を提出してください。受診券は5月下旬頃に送付されます。
- ※ 0次健診には長浜市国民健康保険特定健康診査の項目がすべて含まれています。
- ※ 令和5年度以降は必ず、市の総合健診や医療機関で特定健診を受診してください。



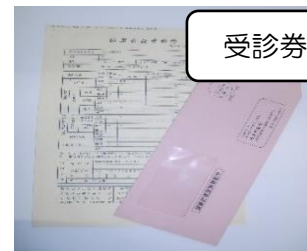
受診券見本

## 後期高齢者医療制度にご加入の方(75歳以上)

### 令和4年度に重複受診ができない健診

- 医療機関で受診する「後期高齢者健診」

- ※ 重複してお受けになると、健診費が実費負担になります。
- ※ 受診券は対象者にのみ6月下旬に送付されます。  
送付された方は0次健診当日に受付で受診券を提出してください。
- ※ 0次健診には「75歳以上の人の健康診査」の項目がすべて含まれています。
- ※ 令和5年度以降は受診していただけます。



受診券見本

### 0次健診にはがん検診は含まれません。

市の各種健(検)診の詳細は、4月配布の「健康づくり日程表」を参照の上、別途お申込みください。(健康推進課 65-7759)

保健センター高月分室(高月支所西側)  
〒529-0233 長浜市高月町渡岸寺 160 番地



長浜市保健センター(ウェルセンター)  
〒526-0845 長浜市小堀町32番地3

