

2020年度 日帰り人間ドックの 利用について

**利用申込方法と支払い方法が
変更になります!!**

皆様の健康支援の一環として、受診時点で満35歳以上の被保険者および被扶養者の方を対象に、年度に一回の受診に限り、日帰り人間ドックの費用補助をしております。

2020年度につきましても、(一財)日本健康文化振興会に委託して実施します。



1 2020年度からの主な変更事項

①FAX または郵送による「ドック申込案内申請」がWEBからの利用申込になります！
事前の案内一式書類がなくなり、医療機関へ直接予約後（委託先を通しての予約の場合も）、WEBからの利用申込で手続きが完了となります。

※WEBがご利用いただけない場合には、FAX または郵送でも利用申込ができます。

②個人負担金（10,000円）が医療機関窓口でのお支払いになります！

郵便局からの事前振込がなくなり、受診日当日に医療機関窓口でお支払いとなります。

※一部、受診後にお振込（コンビニ等）となる医療機関がございます。

詳細は、健保ホームページ (<http://yokogawakenpo.or.jp>) 「2020年度 日帰り人間ドック」(3月下旬掲載予定) をご確認くださいのうえ、期日になりましたらお手続きをお願いいたします。

2 2020年度「利用申込期間」および「受診期間」

利用申込期間 (受診予定日または希望日の1ヵ月前)	2020年4月1日(水)～2021年1月29日(金)
受診期間	2020年5月1日(金)～2021年2月28日(日)

ご注意ください

毎年、医療機関へ直接予約した方の日本健康文化振興会への利用申込忘れが多く見受けられます。利用申込なく受診された場合には、費用補助ができない場合もありますのでご注意ください。なお、利用申込が遅れた場合は、受診日の変更をお願いしておりますのでご了承ください。

アルコールとがん

アルコールががんリスクを高めるのをご存知でしょうか？ とくに喫煙者が飲酒をすると、食道がんやがん全体の発症リスクが高くなること(交差作用)がわかっています。

お酒に弱い人は

飲酒によるがんの発症リスクが高い

飲酒は口腔がん、咽頭がん、喉頭がん、食道がんといった上部消化管がん、大腸がん、乳がんのリスクを高める要因です。とくに気をつけたいのがお酒を飲むと顔が赤くなるタイプ(お酒に弱い)の人です(グラフ1)。このタイプの人がかたばこを吸い、飲酒量が多くなると、食道がんリスクがより高くなるというデータもあります(表1)。お酒の強い、弱いは遺伝子によるものなので、お酒に弱い人は決して無理して飲まないようにしてください。

グラフ1 飲酒反応別・飲酒量と食道がんリスク

*「飲まない/まれ」を1とした場合

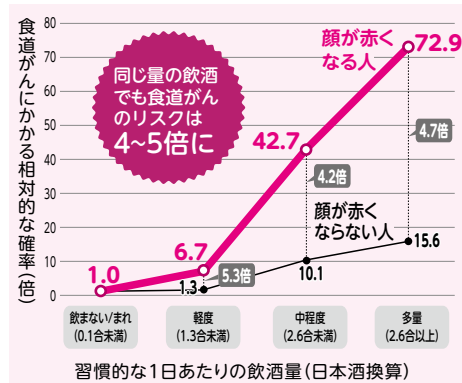


表1 喫煙別・飲酒反応別食道がんリスク

*顔が赤くならない非喫煙者を1とした場合

	喫煙	1日の酒量	
		2合未満	2合以上
顔が赤くならない人	非喫煙者	1.0	2.1
	喫煙者	1.0	2.0
顔が赤くなる人	非喫煙者	0.9	1.2
	喫煙者	1.0	3.4

※非喫煙者にはライトスモーカーを含む。喫煙者はヘビースモーカーの場合。

(参考資料) グラフ1: 女子栄養大学出版部「栄養と料理」2016年10月号 / Cancer Epidemiology Biomarkers Prev 2003;12:1227-33
表1: 国立がんセンター予防研究グループ 多目的コホート研究「飲酒と食道がんの発症率との関係について」