

重要

令和6年度 盛岡市

検診だより

検診の実施期間

6月25日(火)～10月31日(木)

(乳がん・子宮頸がん^{けい}検診・成人歯科健診は
来年3月10日(月)まで)

【担当】企画総務課 ☎603-8301
健康保険課 ☎626-7527

【広報ID】1006534

早期発見・早期治療で病気から大切な命を守るために、1年に1回は検診を受けましょう。
自覚症状がある人は、検診ではなく、速やかに医療機関で診察を受けてください。検診に必要な受診券は、**6月24日(月)まで**に対象者に郵送します。6月25日(火)になっても受診券が届かないときや紛失したときは、各検診の担当課までお問い合わせください。

大切に保管してください。

この受診券は、令和6年5月31日時点の住所情報に基づきお送りしています。

料金後納郵便

郵便区内特別

受診券見本(表)

【整理番号】

市内全域による住所・姓の記載はそのままご利用いただけます。

令和6年度 盛岡市健診・成人検診等受診券

各検診名称	実施期間
成人検診(がん検診)	令和6年6月25日(火)～
国保特定健康診査	令和6年10月31日(木)
後期高齢者健康診査	
子宮頸がん検診	令和6年6月25日(火)～
乳がん検診	令和7年3月10日(月)
成人歯科健康診査	

お問い合わせ先

①成人検診(がん検診) 603-8301 (市保健所企画総務課)
②国保特定健康診査 626-7527 (健康保険課業務係)
③後期高齢者健康診査 613-8439 (健康保険課高齢者医療係)
・結核レントゲン検診 603-8244 (市保健所母子保健課)
・玉山結核集団検診 683-3869 (玉山総合事務所健康福祉課)

市ホームページ及び6月15日号広報もろあけ折り込みの「検診だより」に、検査の詳細な内容や費用、実施医療機関を掲載しています。

「受けよう検診、守ろう健康」

企画総務課 ☎020-0884 盛岡市神野町3番29号
健康保険課 ☎020-6530 盛岡市内丸12番2号

がん検診等の大切なお知らせです。
印刷の不良等にごくらくりとお詫言わせてください。

受診時 要持参

令和6年度 盛岡市 受診券

●成人検診 ●国保特定健康診査 ●後期高齢者健康診査

○氏名
○住所
○生年月日
○年度末年齢
①成人検診(がん^{けい}検診)
●整理番号
●受診料

受診表見本(中)

3月31日での年齢です

乳がん検診 ×線・内視鏡*	肺がん検診	大腸がん検診	前立腺がん 検診
40歳以上	40歳以上	40歳以上	55歳以上の男性 過去に肺がん検診が 受けた人は対象外
月 日	月 日	月 日	月 日
子宮頸がん検診	乳がん検診	女性健康診査	肝炎ウイルス 検診
20歳以上の女性	40歳以上の女性 2年に1回	18～39歳の女性	40歳以上の女性 過去に受けたことのある人は対象外
月 日	月 日	月 日	月 日
健康診査	結核レントゲン 集団検診	骨粗鬆症 予防検診	成人歯科 健康診査
生活保護受給者等 40歳以上	65歳以上	40、45、50、55、60、65、70歳の女性	社保本人を除く 40歳以上 一律500円
月 日	月 日	月 日	月 日
もの忘れ検診	65歳以上		
月 日	月 日		

*①の内視鏡検査は、通称検査を同時実施する場合のみ、同一施設にて実施してください。

*②の検診は、検診実施期間中に実施してください。

2.国保特定健康診査 ●受診料 無料

●整理番号 ●有効期限

盛岡市国保被保険者 40歳～74歳

医療機関連携欄 詳細項目(設定検査)

3.後期高齢者健康診査 ●受診料 無料

●整理番号 ●有効期限

75歳以上、その他後期高齢者医療制度被保険者

◆医療機関での検診時はマスクを着用しましょう
◆発熱^{せき}や咳など、体調不良の時は検診を見合わせましょう

成人検診 (3ページへ)

【内容】各種がん検診など(※印で消されていない検診を選択して受けることができます)

【自己負担額】3ページ参照

【対象】

- 1.市の国民健康保険または、後期高齢者医療制度に加入している人
- 2.生活保護の受給者
- 3.勤務先または加入している健康保険者★1でがん検診(人間ドックや扶養者検診、家族検診も含む)を受けない人

★1 健康保険者：全国健康保険協会(協会けんぽ) 各健康保険組合、共済組合、船員保険、国保組合など

【問】企画総務課 ☎603-8301

玉山総合事務所健康福祉課 ☎683-3869

もの忘れ検診：長寿社会課 ☎613-8144

結核レントゲン集団検診：指導予防課 ☎603-8244



▲健康保険証例 保険者を確認(協会けんぽホームページより)

国保の特定健康診査 (2ページへ)

【内容】メタボリックシンドロームの早期発見

【対象】40～74歳の市の国民健康保険加入者(※印で消されていない人が対象)

【自己負担額】無料

【問】健康保険課 ☎626-7527

風しん抗体検査のクーポンを持っている人は、特定健診と同時に受けることができます。

【問】指導予防課 ☎603-8244

後期高齢者健康診査

【内容】フレイル★2予防のための健診(※印で消されていない人が対象)。検査項目は腹囲、眼底検査を除く国保の特定健康診査と同じです

【対象】75歳以上の人と、65歳以上で後期高齢者医療制度の加入者

【自己負担額】無料

【問】健康保険課 ☎613-8439

★2 年齢を重ねたことにより、体や心のはたらき、社会的なつながりが弱くなった状態

10月は医療機関が混み合いますので、早めに受けましょう



無料クーポンについて

成人検診の受診のきっかけとなるように、下記の人に無料クーポンをお送りしています。4月21日以降に転入した該当年齢の人は、企画総務課 ☎603-8301へご連絡ください。

勤務先または加入している健康保険で下記の検診が受けられる人は、そちらで受けるようにしてください

■肝炎ウイルス検診

有効期間：6月25日(火)～10月31日(木)

41歳	昭和58年4月2日～ 59年4月1日生まれ
46歳	昭和53年4月2日～ 54年4月1日生まれ
51歳	昭和48年4月2日～ 49年4月1日生まれ
56歳	昭和43年4月2日～ 44年4月1日生まれ
61歳	昭和38年4月2日～ 39年4月1日生まれ

※令和7年3月31日時点の年齢

■乳がん検診

有効期間：6月25日(火)～来年3月10日(月)

41歳	昭和58年4月2日～ 59年4月1日生まれ
-----	--------------------------

■子宮頸がん^{けい}検診

有効期間：6月25日(火)～来年3月10日(月)

21歳	平成15年4月2日～ 16年4月1日生まれ
-----	--------------------------

各検診の受診方法

①「受診券」を用意する



②予約する
検診だより4ページの指定医療機関一覧から医療機関を選んで予約



③受診する【持ち物】

- ・受診券
- ・成人検診の自己負担額(該当する人)
- ・マイナンバーカード(マイナ保険証)または、健康保険証
- ・検診手帳(お持ちの人)
- ・お薬手帳(お持ちの人)

④結果の説明を受ける

受診した医療機関から結果の説明を受ける



【精密検査が必要な人】

がん以外でも精密検査が必要となる場合があります。異常があった人は、速やかに精密検査(有料)を受けましょう。



注意

- ★同年度内に人間ドックを受診した人は、検診の対象外です
- ★検診手帳は、受診した医療機関にあります。市ホームページからもダウンロードできます



国保の特定健康診査・特定保健指導

【問】健康保険課 ☎626-7527



メタボリックシンドローム（メタボ）とは、「内臓脂肪型肥満」に加えて高血圧や脂質異常、高血糖などの症状が複数重なった状態をいいます。この状態を放っておくと動脈硬化が進行し、心臓病や脳卒中、糖尿病などの生活習慣病になりやすいといわれています。

令和4年度の市の国保加入者の特定健康診査受診結果によると、男性の56.2%、女性の20.4%がメタボやその予備群。

メタボはとても身近な問題です。

皆さんも特定健康診査を受けて、メタボを早期に発見・改善しましょう。

※加入する健康保険が変わった場合、それまで加入していた健康保険者から発行された特定健康診査受診券は使用できません

※国保以外の健康保険に加入している人の特定健康診査については、各健康保険者にお問い合わせください

※6月～9月に健診を受けていない人は、文書や携帯電話へのショートメールで受診案内が届く場合があります

市の国保の特定健康診査は、指定医療機関で受ける個別健診です。

なお、玉山地域では、個別健診のほか、指定された日時・会場で行われる集団健診を受診することができます。

①受診券が届く

■対象

市の国保加入者（40～74歳）

※次の人は対象外です

- ・妊産婦
- ・病院または診療所に6カ月以上継続して入院している人
- ・養護老人ホームなどの施設に入所・入居している人

特定
健康診査へ
Go!

②健診の予約・申し込み

■個別健診

【期間】6月25日(火)～10月31日(木)

※医療機関での健診を個人で受診します。予約が必要な場合があるので、受診する医療機関に確認してください。実施医療機関は4ページをご覧ください

※8月以降は混み合うため、なるべくその前に受診しましょう。事前予約もご活用ください

■集団健診（玉山地域の人のみ）

【期間】8月19日(月)・21日(水)、9月18日(水)、10月6日(日)・18日(金)・19日(土)

【申し込み】玉山総合事務所健康福祉課 ☎683-3869

③健診を受診する

■検査項目

問診：服薬歴・喫煙習慣など

計測：身長、体重、BMI*、腹囲、血圧

*BMI＝体重(キロ)÷身長(センチ)の2乗

血液検査：中性脂肪、HDLコレステロール、LDLコレステロール、肝機能、血糖、貧血、クレアチニン（eGFR値による腎機能評価含む）、尿酸など

尿検査：尿糖・尿タンパク

心電図・眼底検査：医師が必要と認めた場合のみ

健診は無料で受けられます！



④健診結果を知る

■健診で分かる主な疾患

内臓脂肪型肥満や高血圧、糖尿病、貧血、心疾患、肝疾患、腎疾患、痛風など

⑤特定保健指導の必要な人に、特定保健指導「ニコニコチャレンジ」の利用券が届く

特定健康診査を受けるとこんないいことが！

- ・メタボの早期発見
- ・健康状態を正確に把握
- ・生活習慣改善のきっかけに
- ・健康維持が医療費の抑制に

特定保健指導

体重 -2キロ

腹囲 -2センチ

【問】健康増進課 ☎603-8306

ニコニコチャレンジ



ひまわりクラス

【対象】

生活習慣病発症のリスクが高い人



よつばクラス

【対象】

生活習慣病発症のリスクが中程度の人

参加申し込み

教室や個別面接で、保健師・管理栄養士と一緒に、自分に合った生活習慣の改善プランを立てます

プランに沿って生活習慣の改善に取り組めます。保健師・管理栄養士から月1回程度の手紙や電話による支援があります

プランに沿って自主的に生活習慣の改善に取り組めます

3カ月後、体の状態や生活習慣の変化を確認します

過去にチャレンジを利用し終了した人の約半数が、3カ月後に体重 -2キロ ・腹囲 -2センチ を達成しています。ご自身の健康のために、ぜひご利用ください。

ひまわりクラス及びよつばクラス利用終了者のうち、体重・腹囲の値が改善した人の平均値

	腹囲	体重
令和2年度	-4.0センチ	-2.5キロ
令和3年度	-3.8センチ	-2.3キロ
令和4年度	-3.8センチ	-2.5キロ

ニコニコチャレンジ参加者の声 /

- ・野菜を多く取るようになりました
- ・小まめに動くようになりました
- ・毎日の積み重ねが大切だと気付きました
- ・3カ月間でプランの行動が定着し、体調が良くなりました
- ・これからも無理なく続けたい



※特定保健指導の対象者となる選定基準とメタボリックシンドロームの判定基準は異なります

成人検診(各種がん検診など)

【問】企画総務課 ☎603-8301、玉山総合事務所健康福祉課 ☎683-3869

成人検診については、市ホームページと市LINE公式アカウントでも確認できます



成人検診の種類や内容など(対象者の年齢は、令和7年3月31日時点) ※受診券が必要です

検診の種類	検診の内容 (全ての検診で問診を行います)	自己負担額 (検診費用)	対象者	
			男性	女性
肺がん検診	胸部レントゲン撮影	1000円 (4400円)	40歳～	
	胸部レントゲン撮影・かく痰検査(50歳以上で一定の喫煙歴があり、医師が必要と認めた人が対象)	1700円 (7340円)		
大腸がん検診	便潜血反応検査	1100円 (4683円)	40歳～	
胃がん検診 ※個別検診はX線か内視鏡検査を選択してください	指定医療機関で個別検診	胃内視鏡(内視鏡検査前に必要な感染症検査やピロリ菌検査など実施した場合は別途自己負担あり) 3600円 (1万4720円)	40歳～	
	指定医療機関で個別検診	バリウムでの胃X線検査 2800円 (1万1980円)		
	巡回検診車で集団検診(日程は下表のとおり)	1400円 (5830円)		
肝炎ウイルス検診	血液検査(C型肝炎ウイルス・B型肝炎ウイルス) (肝炎ウイルス検診を受診したことがない人が対象)	1000円 (4042円)	40歳～	
健康診査	▶計測(身長・体重・腹囲測定・血圧) ▶尿検査(タンパク・糖) ▶心電図検査 ▶血液検査(脂質・血糖・貧血・肝機能・クレアチニン(eGFR値による腎機能評価含む)・尿酸など)	無料	40歳～(生活保護受給者、中国残留邦人支援給付受給者)	
訪問診査	健康診査と同じ内容(受診者宅へ訪問)	無料	40歳以上の在宅で寝たきりの人 上記の家族で介護のため医療機関での検診が難しい人	
介護家族訪問診査	健康診査と同じ内容(受診者宅へ訪問)	無料	40歳以上の在宅で寝たきりの人 上記の家族で介護のため医療機関での検診が難しい人	
女性健康診査	▶計測(身長・体重・血圧) ▶尿検査(タンパク・糖) ▶血液検査(貧血・LDLコレステロール・HDLコレステロール・中性脂肪)	1500円 (6460円)	—	18～39歳
子宮頸がん検診	子宮頸部の細胞診・内診	1800円 (7440円)	—	20歳～
乳がん検診 (受診は2年に1回)	視触診・乳房X線検査(マンモグラフィ検査) (豊胸手術を受けた人や妊娠または授乳中の人、ペースメーカー装着の人は対象外)	1900円 (8080円～8400円)	—	40歳～
骨粗しょう症予防検診	超音波法による、かかとの骨強度測定	900円 (3700円)	—	下柙内を参照
成人歯科健康診査※1※2	歯周疾患などの健診・歯科保健指導 (70歳以上の人には、口腔機能検査あり)	一律500円	40歳～(社会保険本人は除く)	
前立腺がん検診	血液検査(PSA腫瘍マーカー)	1000円 (3416円)	55歳～	—
もの忘れ検診★	認知機能やうつ症状の問診	無料	65歳～	
結核レントゲン検診 (巡回検診車で実施)	集団検診:胸部レントゲン直接撮影(実施時期7月～10月) ※日程については、広報もりおか6月15日号8ページに掲載	無料	65歳以上の希望者	

- ◆検査費用の自己負担額は指定医療機関で支払ってください
※精密検査が必要になった場合は保険診療で有料です
- ◆すでに経過観察中・治療中の疾病がある人は、検診の対象外となる場合があります

成人検診を無料で受けられる人

- ◆65歳以上で後期高齢者医療被保険者証を持っている人(保険証の提示が必要です)
- ◆生活保護の受給者
- ◆中国残留邦人支援給付の受給者
- ◆市民税非課税世帯(世帯全員が非課税) ※課税状況が変わったときは、検診を受ける1週間前までにお問い合わせください
- ◆令和7年3月31日現在で70歳以上の人

- ※1 昭和23年4月1日～昭和24年3月31日生まれの人は、個別に郵送される後期高齢者医療歯科健診を受診してください
- ※2 岩手医大内丸メディカルセンター歯科医療センターと県立中央病院などを除き、市内の歯科医療機関で年度内に1回受診できます

★もの忘れ検診って?

認知症の早期発見・早期治療を目的とした検診です。認知症は誰にでも起こり得る脳の病気です。年に一度は受診しましょう。

【問】長寿社会課 ☎613-8144

【問】指導予防課 ☎603-8244

表 胃がん集団検診(バリウムでのX線のみ)の日程

〈盛岡・都南地域〉

実施日	会場(所在地)
8/2(金)	羽場小学校(羽場17)
8/4(日)★	盛岡タカヤアリーナ(本宮五)
8/9(金)	サンライフ盛岡(仙北二)
8/9(金)・10/9(水)	西部公民館(南青山町)
9/3(火)・10/12(土)★	青山地区活動センター(青山三)
9/4(水)・10/4(金)	上田公民館(上田四)
9/5(木)	加賀野児童センター(加賀野四)
9/6(金)	上堂老人福祉センター(上堂三)
9/7(土)★	高松地区保健センター(上田字毛無森)
9/10(火)・10/5(土)★	都南地区保健センター(津志田14)
9/11(水)	中野地区活動センター(東安庭字小森)
9/11(水)・10/11(金)	北松園児童センター(北松園四)
9/12(木)	河南公民館(松尾町)
9/12(木)・10/10(水)	松園地区公民館(東松園二)
9/13(金)	緑が丘地区活動センター(黒石野二)
	見前南地区公民館(西見前13)

実施日	会場(所在地)
10/2(水)	乙部体育館(乙部6)
10/3(木)	みたけ老人福祉センター(みたけ三)
10/9(水)	太田地区活動センター(中太田深持)

〈岩手医大設置会場〉

実施日	会場(所在地)
8/20(火)～23(金)・9/25(水)～27(金)・10/22(火)～25(金)・10/28(月)～30(水)	岩手医大内丸メディカルセンター内地下1階設置会場(内丸)

〈玉山地域〉

実施日	会場(所在地)
7/25(木)	農民研修センター(下田字仲平)
7/26(金)・27(土)	好摩体育館(好摩字野中)
7/30(火)	巻堀地区コミュニティセンター(巻堀字巻堀)
7/31(水)	玉山地区公民館(日戸字鷹高)
8/25(日)・26(月)	玉山総合福祉センター(渋民字泉田)

胃がん検診の受付時間

〈盛岡・都南地域〉

月曜～金曜: 6時半～9時

★土・日曜: 6時半～7時半
8時～9時

〈岩手医大設置会場〉

7時半～10時

〈玉山地域〉

6時半～8時半

胃がん検診の申し込み方法

7月1日(月)必着で、成人検診受診券に添付の申し込み用はがきを返送してください。7月2日(火)以降は、企画総務課 ☎603-8301で受け付けます。

骨粗しょう症予防検診が医療機関で受けられます!

本年度からは、より受診しやすくするために、ご自身で医療機関を予約して受診する個別検診に変わります。それに伴い、受診できる対象の性別と年齢が変更となりますので、ご注意ください。(集団検診は実施しません。)

【対象】年度末に40歳、45歳、50歳、55歳、60歳、65歳、70歳の**女性**
※すでに骨粗しょう症と診断された人、現在治療中の人を除きます

定医療機関一覧から医療機関を選んで予約してください。検診当日は受診券が必要です。

【問】企画総務課 ☎603-8301

【期間】6月25日(火)～10月31日(休)

【受診料】900円

【申し込み】検診日より4ページの指

受診券の発行はこちら



「骨粗しょう症」と聞くと、高齢者のなる病気だと思いませんか? 食事の偏りや運動不足、睡眠不足によっても、骨の成長が阻害され、骨密度を増やすことができず、若くても骨折しやすくなる場合があります。

まずは、ご自身の骨の状態を知るために、40歳を過ぎたら、節目の年齢で骨粗しょう症検診を受けましょう。

厚生労働省ホームページ
「骨活のすすめ」



