

健康だより

～けん診を受けましょう!～

(対象)

目次	P1 …… 特定健診と後期高齢者健診について	国民健康保険、後期高齢者医療保険ご加入のかた
	P2～P3 …… けん診会場のお知らせ	全ての市民のかた
	P4 …… 令和4年度人間ドック・脳ドック(後期)の受診者募集	国民健康保険にご加入のかた

国民健康保険にご加入のかたへ

【問】国民健康保険課
(☎829-1225)

年度に1回、「特定健診」を受けていますか？

～～40歳から74歳までのかたが対象です～～



受診は無料
です！

《健診の内容》

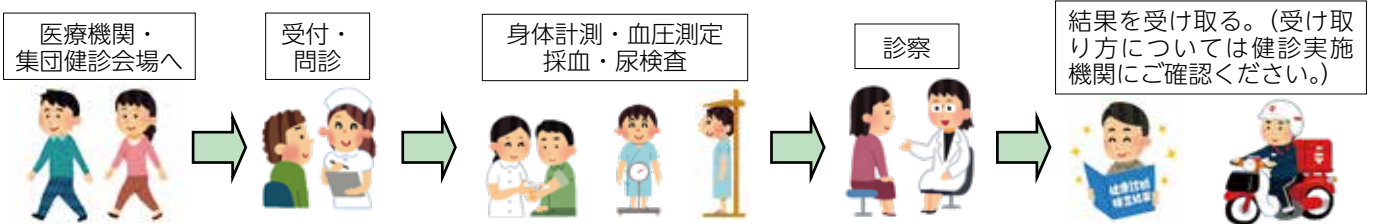
医師の診察	視診・触診・聴打診など
問診	病歴・服薬中の薬・生活習慣など
身体計測	身長・体重・腹囲・BMI
血圧測定	最高血圧(収縮期)・最低血圧(拡張期)
血液検査	血中脂質検査 中性脂肪・HDL(善玉)コレステロール LDL(悪玉)コレステロールまたはNon-HDLコレステロール
	肝機能検査 AST(GOT)・ALT(GPT)・γ-GT(γ-GTP)
	血糖検査 血糖値・HbA1c
	尿酸検査 尿酸
	貧血検査 血色素(ヘモグロビン)量・ヘマトクリット・赤血球数
	腎機能検査 血清クレアチニン・eGFR
尿検査	尿糖・尿たんぱく

自覚症状がないまま進行する、
高血圧や高血糖、脂質異常と
いった生活習慣病
→『動脈硬化』の原因となります

動脈硬化が進んでいくと…
脳梗塞や心筋梗塞などの大きな
病気を発症することがあります

自分はまだまだ大丈夫というか
たも!自分の体のケアの第一歩
として特定健診で健康チェック
しませんか?

- 《健診の流れ》
- ①医療機関もしくはけん診予約センター(P2参照)に受診の予約
 - ②当日は、保険証と特定健診受診券をご持参ください。
(特定健診受診券の再発行をご希望のかたは国民健康保険課(☎829-1225)へ)



※ 医療機関で受診される場合は予約が必要な場合がありますので、事前にお電話等で医療機関にご確認ください。
 ※ 公民館等での集団けん診は、事前に予約が必要です。(P2を参照)

後期高齢者医療保険にご加入のかたへ

【問】後期高齢者医療室
(☎829-1139)

《年度に1回健康診査を受けましょう!》

生活習慣病やフレイル(加齢による心身が弱っている状態のこと)などを早期発見するために、4月から翌3月までの期間に、無料で1回健康診査を受けられます。

- ・検査内容: 問診、身体計測、血圧測定、血液検査、尿検査
- ・受診方法: 希望する医療機関に予約し、**保険証を持参のうえ**受診してください。
- ・医療機関のほか、集団けん診会場や被爆者健診での同時実施も可能です。

お問い合わせは、後期高齢者医療室(☎829-1139)へ

あなたはどちらで受診しますか？

【問】あじさいコール
(☎822-8888)

① 医療機関におけるけん診の場合

(1) 特定健診、健康診査、長崎市がん検診について

●実施場所 市内の医療機関（特定健診については、長与町・時津町・西海市の一部医療機関でも受診可。）

受診可能な医療機関は、令和4年4月発行「けんしん特集号」に掲載しております。
令和4年4月掲載以降、追加や削除等により変更になった医療機関については、次のとおりです。

最新の医療機関については、右記QRコードか市ホームページにてご確認ください。

≪医療機関変更一覧≫

けん診
医療機関
一覧

地区	町名	医療機関名（通称） （五十音順）	電話番号	国保 特定健診	後期 健康診査	肺がん	大腸がん	胃がん		子宮がん	乳がん		胃がん リスク
								胃カメラ	胃X線		マンモ※1	エコー	
南	伊王島	伊王島診療所 (令和4年8月9日追加)	898-2300				○						○
東	八千代	T・クリニック長崎 乳腺外科・婦人科 (令和4年5月開院)	811-2233							○	◎	○	
東	江戸	宮川外科医院											

※1 乳がん(マンモ)の◎印は、視触診及びマンモグラフィ可。

② 集団でのけん診会場の場合

～お近くの公民館等で、集団によるけん診を行っています～

集団けん診は全て予約制です

●予約先 けんしん予約センター ☎0120-611-711

●予約受付時間 8時30分～20時00分

(平日17時15分以降と土、日、祝日、12月26日～1月4日は留守番電話対応)

○歯科健診のみ希望のかた…予約先：口腔保健支援センター(☎829-1436)

※集団けん診をご予約されたかたは歯科健診の予約は不要です。



◆ 集団けん診会場で受診できるもの、持ってくるもの ◆

(1) 特定健診及び健康診査

●長崎市国民健康保険ご加入のかた（40～74歳）

特定健診を受診される際は、保険証と特定健診受診券をご持参ください。

●後期高齢者医療保険ご加入のかた（75歳以上のかた、65歳以上75歳未満で一定の障害があり、広域連合の認定を受けたかた）

後期高齢者医療の健康診査を受診できます。保険証のみご持参ください。※受診券はありません

●協会けんぽ及び各共済保険の被扶養者のかた（40～74歳）

長崎市の特定健診実施会場で受診することができます。受診される際は、保険証と特定健診受診券をご持参ください。

(2) 長崎市がん検診 【問】健康づくり課 (☎829-1154)

●肺がん・大腸がん・胃がん・子宮頸がん・乳がん・前立腺がん検診（会場によって、実施する検診が異なります。）

●持参するもの ①保険証やマイナンバーカード等本人確認できるもの

②肺または胃がん検診は無地のTシャツ、子宮頸がんまたは乳がん検診はバスタオル

(3) 歯科健診について 【問】口腔保健支援センター (☎829-1436)

健診会場にて、歯科医師による歯科健診と歯科衛生士による歯科保健指導を無料で実施します。

がん検診
めざせ受診率50%超
厚生労働省のロゴマークです。

【申込にあたっての注意事項】

*会場ごとに予約開始日が異なります。3ページの日程表をご確認ください。

*会場によっては、予約開始後すぐに定員に達する場合がございます。

*新型コロナウイルス感染症対策のため、一部けん診が中止となる場合があります。

事前に「広報ながさき」または「市ホームページ」にてご確認ください。

*申し込みは、30分ごとに受付します（例えば、9時00分～、9時30分～、10時00分～など）。
(なお、予約時間はあくまで受付時間ですので、その時間にすぐけん診を受けられるわけではありません。)

*留守番電話は後日折り返し後に受付完了となりますので、折り返しの電話をお待ちください。

けん診日程表



お近くの公民館等でもけん診が受けられるって、ご存知でしたか？

令和4年度各種けん診日程表 令和4年11月～令和5年3月

※1 健診とは「特定健診及び後期高齢者健康診査」となります。 ※2 歯科健診は予約不要です。詳しくは2ページを確認してください。

月日	曜日	時間		会場	町名	健診※1	がん検診						歯科健診※2	予約受付	
		午前	午後				肺	大腸	胃	子宮	乳	前立腺		開始日	終了日
11月	11月1日	火	8:30~11:30	13:30~14:30	京泊公民館	京泊3丁目	○	○	○	○	○	○			
	11月4日	金	9:45~11:45	13:45~15:00	横尾地区ふれあいセンター	横尾2丁目	○	○	○	○	○	○		10月7日	10月14日
	11月8日	火	9:45~11:45		日見地区ふれあいセンター	界2丁目	○	○	○	○	○	○			
	11月9日	水	9:45~11:45	13:45~15:00	ダイヤランドふれあいセンター	ダイヤランド4丁目	○	○	○	○	○	○			
	11月10日	木	9:45~11:45	13:45~15:00	山里地区ふれあいセンター	高尾町	○	○	○	○	○	○		10月11日	10月19日
	11月11日	金	9:45~11:45	13:45~15:00	古賀地区市民センター	古賀町	○	○	○	○	○	○			
	11月26日	土	9:30~11:30	13:00~15:00	南部市民センター	末石町	○	○	○	○	○	○		10月25日	11月2日
	11月28日	月	9:45~11:45	13:45~15:00	西公民館	丸尾町	○	○	○	○	○	○			
12月	12月3日	土	9:00~11:30		ホテルニュータンダ	常盤町	○	○	○	○	○	○			
	12月6日	火	9:30~11:30	13:00~15:30	健康づくりセンター	布巻町	○	○	○	○	○	○		10月31日	11月9日
	12月7日	水	9:45~11:45	13:45~15:00	福田地区公民館	福田本町	○	○	○	○	○	○			
	12月9日	金	9:45~11:45		三川地区ふれあいセンター	三川町	○	○	○	○	○	○			
	12月12日	月	9:30~11:00		女の都2丁目公民館	女の都2丁目		○	○	○	○	○			
	12月13日	火	9:30~11:00		平間町公民館	平間町		○	○	○	○	○		11月8日	11月16日
	12月13日	火		13:30~14:30	つつじが丘1・2丁目自治会集会所	つつじが丘2丁目		○	○	○	○	○			
	12月14日	水	9:30~11:00		ララなめし	滑石2丁目		○	○	○	○	○			
1月	1月10日	火	9:30~11:00	13:30~14:30	京泊公民館	京泊3丁目		○	○	○	○	○			
	1月10日	火		13:30~14:30	式見地区ふれあいセンター	式見町		○	○	○	○	○			
	1月11日	水	9:30~11:00	13:30~14:30	福田漁協	福田本町		○	○	○	○	○			
	1月11日	水		13:30~14:30	小榊地域センター	小瀬戸町		○	○	○	○	○			
	1月12日	木	9:30~11:00		茂木地区ふれあいセンター	茂木町		○	○	○	○	○		12月5日	12月13日
	1月13日	金	9:30~11:00		南部市民センター	末石町		○	○	○	○	○			
	1月13日	金		13:30~14:30	深堀体育館	深堀町5丁目		○	○	○	○	○			
	1月16日	月	9:30~11:00		ララなめし	滑石2丁目		○	○	○	○	○			
	1月17日	火	9:30~11:00		小江原地区ふれあいセンター	小江原3丁目		○	○	○	○	○			
	1月18日	水	9:30~11:00		日見地区ふれあいセンター	界2丁目		○	○	○	○	○			
3月	3月1日	水	10:00~11:30	13:30~15:00	長崎ブリックホール	茂里町	○	○	○	○	○	○		1月30日	2月7日
	3月3日	金	9:30~11:30	13:00~15:00	南部市民センター	末石町	○	○	○	○	○	○			
	3月8日	水	10:00~11:30	13:30~15:00	メルカつきまち 5階	築町	○	○	○	○	○	○		2月2日	2月8日
	3月13日	月	9:00~11:30		ホテルニュータンダ	常盤町	○	○	○	○	○	○		2月8日	2月10日
	3月14日	火	9:45~11:45	13:45~15:00	東公民館	矢上町	○	○	○	○	○	○		2月9日	2月16日
	3月15日	水	9:00~11:30	13:30~15:00	チトセピアホール	千歳町	○	○	○	○	○	○		2月10日	2月17日
3月	3月16日	木	10:00~11:30	13:30~15:00	長崎県勤労福祉会館 3階	桜町	○	○	○	○	○	○		2月13日	2月21日
	3月17日	金	9:45~11:45	13:45~15:00	浦上駅前ふれあいセンター (旧:江平地区ふれあいセンター)	岩川町	○	○	○	○	○	○		2月14日	2月22日

※ 胃がんリスク検診は、特定健診の会場で受診できます。 ※ 会場によっては、受付開始後すぐに定員に達する場合があります。

感染拡大防止にご協力ください



【会場にあたっての注意事項】

- * ご来場の際には、マスクの着用や手洗い・うがい等の感染防止にご協力をお願いします。
- * 密集を避けるため、申込時間帯以外の来場はお控えください。
- * 駐車場がない施設がありますので、車での来場はできる限りご遠慮ください。

【健康チェック】

受診の前に必ずご確認ください。 ※ 1つでもチェックが付いた場合は、受診をお控えください。

- いわゆる風邪症状が続いている
- 2週間以内に新型コロナウイルス感染(疑い)のあるかたと接触した
- 息苦しさ(呼吸困難)、強いだるさ(倦怠感)などの症状がある
- 2週間以内に諸外国への渡航歴がある(そのかたと接触歴がある)
- 2週間以内に発熱(37.5度以上)があった

◆人間ドック・脳ドックQ&A◆

Q: 1枚の申込書で何名申し込むことができますか？

A: 1枚で最大3名まで申し込みが可能です。4名以上申し込まれる場合は、任意様式に申込書と同様の内容を記載してください。

Q: 人間ドックと脳ドックを1回ずつ受診できますか？

A: 1回ずつ受診することはできません。助成決定者に対して送付する「実施医療機関一覧表」には、人間ドックのみのコースや、人間ドックと脳検査のコースなどさまざまあります。そのコースの中からご希望のコースを1つ選択し、受診していただきます。

Q: 受診期間の延長はできますか？

A: できません。必ず受診期間内に受診してください。

令和4年度人間ドック・脳ドック（後期）の受診者募集

【問】人間ドック・脳ドック…国民健康保険課 ☎829-1225



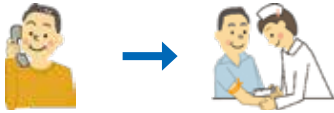
●募集要領

対象者	昭和23年1月2日～平成5年3月31日までに生まれの長崎市国民健康保険にご加入のかた ※ただし、昭和23年1月2日から昭和23年3月31日までに生まれのかたは、誕生日の前日までの受診となります。
定員	450人（定員を超えた場合は抽選）
助成金額	30代のかたは 17,000円 40歳以上のかたは 26,270円 （特定健診分含む）
自己負担額	医療機関により異なる（お選びいただいたコースの健診費用と助成金額の差額）
実施医療機関	助成決定者へ実施医療機関一覧表を送付（12月19日頃を予定）
受診期間	令和5年1月1日から令和5年3月31日まで
助成条件	①事前に国民健康保険課へ申し込み、助成決定通知書の送付を受けていること。 ②40歳以上のかた（今年度40歳になるかたを含む）は、 令和4年4月1日以降に特定健診を受診していないこと。 ③ 令和3年度までの国民健康保険税を滞納している世帯に属していないこと。

●注意事項

- ・ドック受診日に長崎市国民健康保険の**資格がない場合は助成ができません。**
- ・助成決定通知書の**複数回利用はできません。**お選びいただいた**1つのコース**への助成となります。

●申し込みから受診までの流れ

①申込み	②助成対象者の決定	③予約→受診
国民健康保険課へ 下記助成申込書 にて申込み 	助成決定者に対し、助成決定通知書・ 実施医療機関一覧表を送付 ※助成の対象から外れたかたに対しても 通知を送付します。 12月19日頃（予定） 	助成決定者は送付された実施医療機関一覧表から、 受診する医療機関およびコースを1つ選び、医療 機関に直接予約し、受診します。 
申込期限：令和4年11月10日（木） ※当日消印有効		
下記助成申込書の太枠の中を記載のうえ、封書にてお申し込みください。		
あて先：〒850-8685 長崎市役所国民健康保険課 ドック担当行 ※住所不要		

※裏面に人間ドック・脳ドックに関してよくある質問を掲載しておりますので、ご確認ください。

もし、
落選して
しまったら…

- ・お手持ちの「特定健診受診券」で、令和5年3月31日までに特定健診を受診しましょう。
- ・がん検診をご希望のかたには、長崎市は、がん検診の助成制度がありますので、詳しくは健康づくり課（☎829-1154）へ。

人間ドックの募集は、年2回！（※毎年4月と10月）

切り取り線

令和4年度 長崎市国民健康保険人間ドック・脳ドック（後期）助成申込書				長崎市受付欄 （※記入不要）
	被保険者番号（右詰め）※1	氏名	ふりがな	生年月日
1	ながさき	枝番		S・H 年 月 日
2	ながさき	枝番		S・H 年 月 日
3	ながさき	枝番		S・H 年 月 日
住所	〒 -		日中連絡のつく 電話番号	
長崎市				
今回の助成を申込むにあたり、長崎市が私の国民健康保険税の滞納情報を確認することに同意します。※2				
世帯主氏名 _____				

※1 被保険者番号は被保険者証をご確認の上、枝番まで記入してください。（420018は被保険者番号ではありません）

※2 同意されない場合は、完納証明書（一通300円）をご提出していただく必要がございます。