

特定健診(健康診査)

集団 個別

対象者

※社会保険加入者の特定健診は加入している保険者が実施します。健康保険の保険者にお問い合わせください。

- ◆ 40歳以上の佐倉市の国民健康保険被保険者
- ◆ 佐倉市の後期高齢者医療被保険者
- ◆ 40歳以上の生活保護受給者

基本的な検査項目

- ①身体測定(身長、体重、腹囲測定*)
※75歳以上の方は、腹囲測定はありません。
- ②血圧測定
- ③問診
- ④診察
- ⑤尿検査(糖、蛋白)
- ⑥血液検査
 - ◇ 肝機能検査
(AST(GOT)、ALT(GPT)、 γ -GT(γ -GTP))
 - ◇ 血糖検査(空腹時血糖、HbA1c*)
* 飲食された方はHbA1cの検査のみとなります。
 - ◇ 腎機能検査(クレアチニン・eGFR)
 - ◇ 血中脂質検査
(中性脂肪(空腹時・随時)、HDL コレステロール、LDL コレステロール、non-HDL コレステロール*)
* 飲食された方は食事による脂質検査への影響を最小限にするため LDL コレステロールに代わり non-HDL コレステロール検査のみとなります。

詳細な健診項目

- ◆ ⑦～⑧については、下記の基準を満たし、健診当日の医師が必要と判断した方が対象
※基準に該当した場合でも、本人の希望では実施できません。
 - ⑦心電図
 - ◇ 血圧が収縮期血圧 140mmHg 以上または拡張期血圧 90mmHg 以上
 - ◇ 不整脈が疑われる場合
 - ⑧眼底検査
 - ◇ 血圧が収縮期血圧 140mmHg 以上または拡張期血圧 90mmHg 以上
- ◆ ⑨については、既往歴・自覚症状により健診当日の診察医師が必要と判断した方が対象
- ⑨貧血検査(赤血球、ヘモグロビン、ヘマトクリット)

注意事項

- 飲食** ◆ 健診前 10 時間以内は、できるだけ水以外は摂取しないでください。飲食した場合は、上記「基本的な検査項目」の*の内容で健診を実施いたします。
※病気・治療のため内服をしている場合は、検査時の食事及び服薬について、事前に主治医にご相談ください。
- 持ち物** ◆ 検査当日、朝一番の中間尿(※)を同封の尿容器にとってお持ちください(下図参照)。
※中間尿: 出始めの尿や最後の尿ではなく、排泄途中の尿を採取します。
尿の採取を忘れた場合、健診会場で尿をとって提出していただきます。
生理中はできるだけ避けてください。
- ◆ マイナ保険証等を忘れずにお持ちください。受診日に保険資格がなく健診を受診した場合は費用を全額お支払いいただきます。(自己負担金を除く)
 - ◆ 生活保護受給者は必ず「受診者負担金免除通知書」または「生活保護受給証明書」を提出してください。
- その他** ◆ 同日に、胃がん検診、大腸がん検診、肺がん検診(胸部レントゲン検診)、肝炎ウイルス検診、前立腺がん検診を受ける場合は、それぞれの検診の注意事項をよく読んで、受診してください。
◆ 人間ドック助成との併用はできません。(詳しくは、P.22「人間ドックの助成」をご覧ください。)



健診結果

- 個別検診** ◆ 医療機関の医師から説明のうえ結果を受け取ります。受け取り方法は受診の際ご確認ください。
- 集団検診** ◆ 受診後、1 か月半程度で結果をご自宅に郵送します。

「特定保健指導」が必要となった方には、市から委託を受けた実施機関から『健康アドバイス会』のご連絡をいたします。



- ◇ 特定保健指導は、特定健診の結果から、生活習慣病の発症リスクが高く、生活習慣の改善により予防効果が多く期待できる方に対して、生活習慣を見直すサポートを行うものです。
- ◇ 集団健診会場では、健診当日に健康アドバイス会の分割実施(初回面接の一部実施)を行っています。
- ◇ 特定保健指導に必要な情報を委託事業者に提供します。個人情報には厳重に管理され、特定保健指導以外の目的には使用しません。

対象者

※右記のすべてに該当する方が対象

- ◆ 40歳以上の方
- ◆ 職場等で検診を受ける機会のない方
- ◆ 下記の「検診が受けられない方」に該当しない方
- ◆ 下記の「主治医の許可が必要な方」で主治医の許可が得られている方

検診の内容

- ① 問診
- ② 胃部X線検査(バリウム)または【個別のみ】胃内視鏡検査※

※過去バリウム検査でアレルギー症状(発疹・かゆみ・息苦し)・誤嚥を起こしたことがある方、検査後の排便困難等の体調不良のあった方は個別検診で内視鏡による検査をお勧めします。(医療機関に早めにご予約ください)

検診を受けられない方

下記 1~14 に該当する方は検診を受けられません。(参考文献:胃 X 線検診安全基準)
当日の医師の判断や、飲食時にむせやすい方は検診が受けられない場合があります。

- | | |
|---|---|
| 1. 現在、食道・胃・十二指腸の病気で治療中(服薬中) または経過観察中の方 | 8. 椎体・靭帯などの治療中や、1年以内に手術を受け、検査台で体を動かすことが難しい方 |
| 2. 妊娠中・妊娠の可能性のある方 | 9. 【バリウム検査のみ】自力で立って体を支えられない方 |
| 3. 腎臓病(人工透析)・心臓病で水分制限のある方 | 10. 【バリウム検査のみ】当日まで3日間排便のない方 |
| 4. 脳圧亢進でシャント中の方 | 11. <u>当日の血圧が180/110mmHg以上ある方(いずれか一方でも)</u> |
| 5. 脳卒中(脳梗塞・脳出血)などの発作が1年以内にあった方 | 12. 当日、量に関係なく食事・喫煙された方・水、白湯以外の飲物を飲んできた方 |
| 6. 虚血性心疾患(狭心症・心筋梗塞)で1年以内に発作があった方 | 13. 当日、血糖を下げる薬を飲んだり、注射してきた方 |
| 7. 食道・胃・腸・心臓・肺・頭部・他腹部等の手術を受けて1年経過していない方 | 14. レントゲン技師の指示に従い体を動かさない方 |

主治医の許可が必要な方

下記 1~5 の方は必ず予約前に主治医の許可をとった上で、検診を受診してください。
(参考文献:胃 X 線検診安全基準、日本消化器がん検診学会関東甲信越地方会)

1. 腸閉塞(腸ねん転)の既往のある方
2. 1年以上前に食道・胃・腸の手術を受けた方
3. 心筋梗塞・狭心症・脳卒中の既往及び現在治療中の方
4. 【バリウム検査のみ】ペースメーカーを入れている方 ※X線による誤作動の可能性があるため
5. インスリンポンプ・持続血糖測定器(リブレ等)を使用中の方
(検診日に機器を自宅で取り外し、検診を受けることが可能か、事前に主治医にご確認下さい)

※ご高齢(概ね80歳以上)の方は、検診時の安全面を考慮し、健康状態によっては検診をお断りすることがございます。日頃から診察を受けている医療機関での受診をご検討ください。

集団検診での注意事項

個別検診を受診される場合には、検査前の準備等は医療機関の指示に従ってください。

- 食 事** ◆ 食事は、前日午後8時までに済ませ、それ以降は食事しないでください。
※タバコ・ガム・アルコールも不可です。
※食後すぐ就寝すると、翌朝まで胃の中に食物が残り、正しく検査できないことがあります。
※量に関係なく食事が確認されたら検査は受けられません。
- 水分摂取** ◆ 寝る前(午前0時)まで、水または白湯は摂取してもかまいません。
◆ 水または白湯は、検査2時間前までに200ml(コップ1杯)程度は摂取してもかまいません。
- 内服薬** ◆ 高血圧症、心臓病、てんかん発作のある方は、検査開始2時間前までに200ml(コップ1杯)程度の水または白湯で内服薬をお飲みください。
◆ 糖尿病で治療中の方は、検査当日は内服や注射等が実施できないことについて、主治医にご相談の上、受診してください。
- 服 装** ◆ 金具(ボタン、ファスナー、ホック等)がついていないズボン・スカート・下着類を着用してください。
◆ 湿布や貼り薬はレントゲンに写りますので、外してください。
◆ 腹巻やガードルはへそ下10cm位まで下げて受けてください。

検診結果

- 個別検診** ◆ 医療機関から返却します。返却日や返却方法は受診の際にご確認ください。
- 集団検診** ◆ 受診後、1か月半程度で結果をご自宅に郵送します。

肺がん検診(胸部レントゲン検診)

集団

個別

対象者

※右記のすべてに該当する方が対象

- ◆ 40歳以上の方
- ◆ 職場等で検診を受ける機会のない方
- ◆ 下記の「検診が受けられない方」に該当しない方

検診が受けられない方

1. 現在、肺の病気で治療中の方、または病院で定期的に検査を受けている方
2. 妊娠中または妊娠の可能性がある方

検査項目

- ① 問診
- ② 胸部レントゲン撮影

注意事項

- 服装** ◆ ボタン、ファスナー・金属等、プリント、柄のないTシャツを着用してください。
◆ ネックレス・湿布等は外してください。
- その他** ◆ 過去に肺の病気になったことのある方、精密検査が必要と言われたことがある方は、個別検診をお勧めいたします。
◆ インスリンポンプ・持続血糖測定器(リブレ等)を使用中の方は、検診日に機器を自宅に取り外し、検診を受けることが可能か、事前に主治医にご確認下さい。

検診結果

個別検診 医療機関から返却します。返却日や返却方法は受診の際にご確認ください。

集団検診 受診後、1か月半程度で結果をご自宅に郵送します。

大腸がん検診

集団

個別

対象者

※右記のすべてに該当する方が対象

- ◆ 40歳以上の方
- ◆ 職場等で検診を受ける機会のない方
- ◆ 下記の「検診が受けられない方」に該当しない方

検診が受けられない方

1. 現在、大腸の病気で治療中の方、または病院で定期的に検査を受けている方

検査項目

- ① 問診
- ② 便潜血検査2日法

注意事項

- 容器の配布と提出** ◆ 集団検診用の採便容器は、各保健センター窓口で配付します。郵送を希望される方は健康管理センターまでご連絡ください。大腸がん検診を実施している集団検診で提出してください。
※集団検診では、医療機関の採便容器は提出できません。
◆ 個別検診用の採便容器は、医療機関で配付します。必ず受け取った医療機関に提出してください。※集団検診会場や、他の医療機関では提出できません。
◆ 提出の際は、受診券・問診票を忘れずにお持ちください。
- 便の取り方** ◆ 提出日を含め3日のうち、2日分の便を採取してください。
◆ 採便後は冷蔵庫あるいは冷所(2~10℃)に保存してください。(冷凍不可)
◆ 検査の精度を上げるために2日分の提出をお願いしていますが、1日分のみの提出もできます。
◆ 月経中の採取は避けてください。
◆ バリウムでの胃がん検診を受けた後、3日以内の便は正確な検査ができないため、提出できません。

検診結果

個別検診 医療機関から返却します。返却日や返却方法は受診の際にご確認ください。

集団検診 受診後、1か月半程度で結果をご自宅に郵送します。

肝炎ウイルス検診

集団

個別

対象者

※右記のすべてに該当する方が対象

- ◆ 40歳以上の方
- ◆ 下記の「検診が受けられない方」に該当しない方

検診が受けられない方

1. 今までに一度でも B 型肝炎・C 型肝炎ウイルスの検査を受けたことがある方
2. 現在、肝炎で治療を受けている方、又は経過観察中の方
3. 過去に B 型肝炎・C 型肝炎で受診している方

検査項目

- ① 問診
- ② 採血(HBs抗原検査・HCV抗体検査)

注意事項

- 問診票 ◆ 受診券セットに問診票は同封されていません。
【集団検診】予約された方に、当日検診会場でお渡しします。
【個別検診】予約された医療機関でお渡しします。

検診結果

- 個別検診 医療機関から返却します。返却日や返却方法は受診の際にご確認ください。
集団検診 受診後、1か月半程度で結果をご自宅に郵送します。

前立腺がん検診

集団

個別

対象者

※右記のすべてに該当する方が対象

- ◆ 50歳以上の方で5歳刻みの年齢の男性
- ◆ 職場等で検診を受ける機会のない方
- ◆ 下記の「検診が受けられない方」に該当しない方

検診が受けられない方

- ◆ 現在、前立腺の病気で治療中の方、または定期的に検査を受けている方
- ◆ AGA(男性脱毛症)治療薬を服用されている方(専門医にご相談ください。)

検査項目

- ① 問診
- ② 採血(PSA値)

注意事項

- 問診票 ◆ 受診券セットに問診票は同封されていません。
【集団検診】予約された方に、当日検診会場でお渡しします。
【個別検診】予約された医療機関でお渡しします。

検診結果

- 個別検診 医療機関から返却します。返却日や返却方法は受診の際にご確認ください。
集団検診 受診後、1か月半程度でご自宅へ結果を郵送します。

骨粗しょう症検診

集団

対象者

※右記のすべてに該当する方が対象

- ◆ 20・25・30・35・40・45・50・55・60・65・70 歳までの 5 歳刻みの年齢の女性
- ◆ 下記の「検診が受けられない方」に該当しない方

検診が受けられない方

1. 骨粗しょう症と診断されたことがある、または現在治療中・過去に治療をしていた方
2. 閉経後に骨折(ヒビを含む)の既往がある方 ※骨折部位等詳しくは健康管理センターまでお問い合わせください。
3. 妊娠中または妊娠の可能性がある方(検査方法がレントゲン撮影のため)
※ 1、2 に該当する方は、整形外科へご相談ください。

検査項目

- ① 問診
- ② 腕の骨のレントゲン検査

注意事項

受診券セットには問診票が同封されていません。予約申込後、問診票を郵送します。

検診結果

- 当日結果をお返しします。 ※検査の結果「要指導」「要精密検査」となった方は検診終了の時間が遅くなります。
- ◆ 「要指導」の場合 → 当日、栄養士が健康アドバイスを行います。(「異常なし」の方でも、健康アドバイスを受けることができます。)
 - ◆ 「要精密検査」の場合 → 当日、医療機関受診用の書類をお渡します。

子宮頸がん検診

集団

個別

対象者

※右記のすべてに該当する方が対象

- ◆ 20 歳以上の女性
- ◆ 妊娠中または妊娠の可能性のない方
- ◆ 職場等で検診を受ける機会のない方
- ◆ 前年度、子宮頸がん検診を受診していない方
- ◆ 下記の「検診が受けられない方」に該当しない方

検診が受けられない方

1. 現在、子宮の病気で治療中の方

検査項目

- ① 問診
- ② 内診および子宮頸部細胞診

注意事項

- ◆ すその広いスカートを着用してください。
- ◆ 子宮筋腫等で、子宮摘出の手術を受けている方は、個別検診でご相談ください。
- ◆ 検診の3日前より、膣洗浄はさけてください。
- ◆ 正しい判定のために、月経中と月経直後は避けてください。

【性経験のない方へ】

- ◆ 子宮頸がんの発生にはそのほとんどがヒトパピローマウイルス(HPV)の感染が関連しているとされています。
- ◆ HPVは、性交渉により感染するため、性経験のない人に子宮頸がんが発生する可能性は極めて低いとされています。
- ◆ 子宮頸がん検診では、検査時に器具を使用することで損傷、出血などを生ずることがあり、治療が必要になる場合があります。集団検診(検診車内)での検診は不適切と考えられますので、個別医療機関にご相談ください。

検診結果

- 個別検診** 医療機関から返却します。返却日や返却方法は受診の際にご確認ください。
- 集団検診** 受診後、1 か月半程度で結果をご自宅に郵送します。

対象者

※右記のすべてに該当する方が対象

- ◆ 30歳以上の女性 ◆ 職場等で検診を受ける機会のない方
- ◆ 下記の「検診が受けられない方」に該当しない方

検診が受けられない方

- ・豊胸手術(ヒアルロン酸の注入含む)を受けた方は手術を受けた病院にご相談ください。
- ・現在、乳房の病気で治療中や、経過観察中の方
- ＜マンモグラフィ検査が受けられない方＞
 - ①ペースメーカ・ポート・シヤント等、胸部に埋め込み型の医療器具が入っている方
 - ②妊娠中または妊娠の可能性のある方
 - ③胸部の手術や肋骨骨折をして、1年以内の方
 - ④インスリンポンプ・持続血糖測定器(リブレ等)を使用中の方
(検診日に機器を取り外し、検診を受けることが可能か、事前に主治医にご相談ください。)
- ＜超音波検査が受けられない方＞
 - ・妊娠中または妊娠の可能性のある方(主治医の許可があれば受診できます。)
 - ・エコーゼリーでアレルギーを起こしたことがある方

検査項目

- ◆ 30歳から39歳の方 → ①問診 ②超音波検査(個別検診または集団検診)
- ◆ 40歳以上の方 → ①問診 ②超音波検査(個別検診のみ)または、マンモグラフィ検査(個別検診または集団検診)
※前年度にマンモグラフィ検査を受診した方は超音波検査のみ。
※マンモグラフィ検査(個別)は、聖隷佐倉市民病院健診センターのみとなるため、お早めにご予約ください。

注意事項

- 問診票 ◆ 受診券セットに問診票は同封されていません。
集団検診→問診票はお申込後、郵送します。
個別検診→問診票は受診する医療機関でお渡します。
- 自覚症状 ◆ 自覚症状がある方は早急に医療機関への受診が必要です。
(乳房のしこり、ひきつれやくぼみがある、乳首がただれている、痛みがある、指でつまむと血や黄色の分泌物が出る等、気になる症状がある方は、検診ではなく直ちに専門の医療機関を受診してください。)
- その他 ◆ 集団検診は年齢により検査方法が異なります。そのため、日程が異なりますのでご注意ください。
◆ 四十肩・五十肩のある方はマンモグラフィ検査では十分な検査ができない場合があります。
(90度まで腕が上がらない方は、超音波検査をお勧めします。)

検診結果

- 個別検診 医療機関から返却します。返却日や返却方法は受診の際にご確認下さい。
- 集団検診 受診後、1か月半程度でご自宅へ結果を郵送します。

成人歯科健診

対象者

※右記のすべてに該当する方が対象

- ◆ 19歳以上の方
- ◆ 現在歯科医院に通院していない方

検査

- ① 問診
- ② 口腔内の視診(むし歯・歯周病・歯周ポケットの測定)
※ 口腔内で心配なことがあればご相談ください

注意事項

- ◆ 治療が必要となった場合、健診当日に治療することはできません。後日、保険診療で治療開始となります。

口腔がん検診

*今年度から、対象が変更になりました。

対象者

※右記のすべてに該当する方が対象

- ◆ 40歳以上の5歳刻みの年齢の方 (例)40歳・45・50・55・60……
- ◆ 口腔がんの治療中、経過観察でない方

検査

- ① 問診
- ② 口腔内の視診・触診

注意事項

- ◆ 検診後の精密検査・治療などは保険診療となります。検診とは別に費用が発生しますので、ご了承ください。
- ◆ 検診当日に精密検査等を行う場合がございますので、マイナ保険証等をお持ちください。

成人歯科健診・口腔がん検診 共通事項

注意事項

- ◆ 協力医療機関に予約をしてください。
- ◆ 受診券を忘れずにお持ちください。
- ◆ 診査票は協力医療機関でお渡しします。

健診結果

- ◆ 医療機関から返却します。

よくある質問

Q: 成人歯科健診と口腔がん検診の違いは何ですか。

A: ・成人歯科健診は、主にむし歯・歯周病、歯垢・歯石の有無、咬合・顎関節・口腔粘膜の状態を診る健診です。
・口腔がん検診は、口腔がんを発見するための検診です。
協力医は佐倉市口腔がん検診の認定医になります。

市の検診以外でがん検診を受診された方へ(お願い)

佐倉市では、職場検診や人間ドック等、「市の検診以外で5大がん検診(胃/肺/大腸/乳/子宮頸)を受診された方」の受診状況の把握に努めています。受診状況のご提供にご協力をお願いします。

対象者

- ◆ 佐倉市にお住まいの方
- ◆ 市の検診以外の方法で5大がん検診を2025年4月1日から2027年3月31日の間に受診された方。

検査内容

14、15、17、18 ページに記載の各がん検診の検査項目と同じ内容

検査内容

- ・ちば電子申請サービスによる回答。(右の2次元コード)
- ・佐倉市ホームページまたは健康管理センターで配布する申請書を健康管理センターに郵送または窓口へ提出。

