

要申込  
無料

# 胃・大腸がん検診

【対象：40歳以上（年度内に40歳になる方を含む）】

## 胃がん 検診内容

身体を大きくたくさん動か  
し、色々な角度から8  
枚の写真を撮影する検査

- ①申込者には検診の1か月ほど前に検診票を郵送します
- ②受付・問診にて、血圧、自覚症状などの確認
- ③検診車でバリウムを飲む
- ④胃のエックス線撮影

## 大腸がん 検診内容

自分で便を取って提出す  
るだけの簡単な便潜血検  
査

- ①申込者には検診の1か月ほど前に検診票と採便容器を郵送します。
- ②決められた日程で便を2日分採る。
- ③指定された提出日に、記入した検診票と容器を提出する。

種別	胃検診日及び大腸容器提出日	会場	受付時間	申込QR
胃のみ または 胃・大腸両方 を受診される方は こちら	6月7日(金)	保健センター (定員：1日100名)	午前7:30 ~10:30	
	6月10日(月)			
	6月11日(火)			
	6月12日(水)			
	6月13日(木)			
	6月15日(土)	豊田・中洲公民館 (定員：1日各50名)	午前7:30 ~10:00	
	9月10日(火)			
	9月11日(水)			
	9月12日(木)			
	9月13日(金)			
大腸のみ を受診される方は こちら	6月7日(金)	保健センター (定員：1日120名)	午後1:30 ~3:00	
	6月10日(月)			
	6月11日(火)			
	6月12日(水)			
	6月13日(木)			
	6月15日(土)	豊田・中洲公民館 (定員：1日各60名)	午後1:30 ~3:00	
	9月10日(火)			
	9月11日(水)			
	9月12日(木)			
	9月13日(金)			
※同世帯に胃検診を受診される方がいる場合は、ご一緒に午前のご案内になる場合があります。				

## 《検診を受ける方は必ずお読みください》

### 1. 胃がん検診を受診できない方

- ①今までに食道、胃、十二指腸のいずれかを切除された方（胃内視鏡治療〈EMR、ESD、ポリペクトミーなど〉胃の粘膜を部分的に切除した方、胃ポリリーブ切除した方含む）
- ②人工肛門を造設している方、酸素吸入をされている方。
- ③腎疾患(人工透析)や心疾患などで水分制限を受けている方。
- ④過去のエックス線撮影による胃がん検査でアレルギー症状があらわれた方、誤嚥をされた方。
- ⑤自分ひとりで立てない方、手すりをつかむことができない方。
- ⑥あお向けや腹ばいで寝ることができない方、体重130kg以上の方。
- ⑦1年以内に下記消化器の手術をされた方。(腹腔鏡手術を含む)  
※食道・胃・十二指腸・小腸・盲腸・大腸・胆のう・膵臓・肝臓が対象
- ⑧2ヶ月以内に大腸ポリリーブを切除された方。
- ⑨1年以内に脱腸・腸閉塞・腸捻転になった方、心疾患や脳血管疾患を発症した方。
- ⑩胃腸の病気で治療中の方(服薬のみも含む)。経過観察中の方(大腸憩室炎含む)。
- ⑪【女性のみ】妊娠中、妊娠の可能性がある方、不妊治療中の方。
- ⑫検査直前の血圧が最高血圧180mmHg または最低血圧が110mmHg以上の方。
- ⑬当日まで72時間排便のない方、当日食事や喫煙をしたり、水以外の水分を飲んだ方。
- ⑭当日体調の悪い方。(寝不足、めまい、頭痛、吐き気、腹痛、下痢など)
- ⑮当日糖尿病の薬を飲んだり、インスリン注射をされた方。  
※80歳以上の方は、誤嚥の危険性や身体的負担が大きいため、専門医による検査を受診していただくことをおすすめします。

### 2. 大腸がん検診を受診できない方

- ・現在、大腸の病気治療中、または出血(過去6か月以内)などの自覚症状がある方
  - ・痔の方
  - ・女性の方は、月経中の採便を避けてください。
- ※令和5年度に大腸の内視鏡検査を受けた方は、検診受診について主治医にご相談ください。

要申込  
無料

# 乳がん検診 2年に1回受診 (隔年受診)

## マンモグラフィ検診 【対象:40~74歳】

対象者	1950(昭和25)年~1984(昭和59)年の間の西暦で偶数年生まれの女性。		
定員	先着880名(完全予約制)		
受付時間	午前9:00~11:30 午後1:00~2:30		
会場・日程	豊田公民館	6月24日(月)	
	湖南公民館	6月25日(火)	
	中洲公民館	6月26日(水)、6月27日(木)	
	四賀公民館	6月28日(金)	
	保健センター	7月1日(月)	
	医師会検診センター	7月2日(火)、7月3日(水)	
	保健センター	7月4日(木)、7月5日(金)、7月8日(月)	
		7月9日(火)、7月10日(水)、7月11日(木)	
		7月12日(金)、7月16日(火)、7月17日(水)	
	医師会検診センター	7月19日(金)	
保健センター	7月22日(月)、7月23日(火)		

申し込みはこちら



## 超音波検診 【対象:30~39歳、75歳以上】

対象者	1986(昭和61)年~1994(平成6)年の間の西暦で偶数年生まれの女性。	
定員	先着240名(完全予約制)	
受付時間	午前9:00~11:30 午後1:00~2:30	
会場・日程	保健センター	7月1日(月)
	医師会検診センター	7月2日(火)、7月3日(水)
	保健センター	7月18日(木)、7月22日(月)、7月23日(火)

申し込みはこちら



## 超音波検診対象者

年号	西暦	年号	西暦	年号	西暦
昭和5年	1930	昭和15年	1940	昭和61年	1986
7年	1932	17年	1942	63年	1988
9年	1934	19年	1944	平成2年	1990
11年	1936	21年	1946	4年	1992
13年	1938	23年	1948	6年	1994

## マンモグラフィ検診対象者

年号	西暦	年号	西暦	年号	西暦
昭和25年	1950	昭和37年	1962	昭和49年	1974
27年	1952	39年	1964	51年	1976
29年	1954	41年	1966	53年	1978
31年	1956	43年	1968	55年	1980
33年	1958	45年	1970	57年	1982
35年	1960	47年	1972	59年	1984

★40~50歳代の女性は特に乳がんにかかりやすい年齢です。

★乳がん検診では、自己検診で見つけれない『小さいしこり』も見つけることが可能です。

★乳がんは早期発見・治療すればほとんど治ります。早期発見をするためには2年に1回検診を受けることをおすすめします。



ご注意ください

○年齢によって検診の種類が異なります。対象外の検診は受けられませんのでご確認ください。

○次の症状がある方は検診対象となりません。

- 自覚症状のある方
- 乳房の疾患で治療中、経過観察中の方
- 豊胸術などで乳房内に人工物(異物)が入っている方
- 脳・心臓ペースメーカー、V-Pシャントが設置されている方 (超音波検診は可能なためご相談ください)
- 乳がん手術後または治療済の方  
※全摘出術後10年以上を経過し、かつ医療機関での観察期間を終えている方は健側のみ受診可能
- 妊娠中、または妊娠の可能性のある方
- 断乳後1年未満の方、授乳中の方 ※超音波検診は断乳していれば受けられます。

# 子宮頸がん検診 (検診車・医療機関) 【対象：20歳以上の女性(年度内に20歳になる方を含む)】

## 集団検診 (検診車)

要申込  
無料

日程	会場	受付時間
8月19日(月)	湖南公民館	午後 1:30~2:20  定員：1日60名 (先着順)
8月20日(火)	四賀公民館	
8月21日(水)	保健センター	
8月22日(木)		
8月23日(金)		
11月1日(金)		
11月12日(火)		
11月14日(木)		
11月20日(水)		
11月27日(水)		

● 検診予定者へは受診票を後日送付し、検診の日時や詳細をお知らせします。

### 《公民館での受診希望の方へ》

豊田・中洲地区の方は湖南・四賀公民館等お近くの公民館での受診をおすすめします。  
(来年度は豊田・中洲公民館で実施予定です。)

## 個別検診 (医療機関)

医療機関へ  
要予約  
無料

受診期間 6月1日(土)~令和7年2月28日(金) ※休診日を除く

【実施場所】今年度から2医療機関になり、集団検診の日程を増やしました。  
集団検診をご検討ください。

- あおぞらレディース & マタニティクリニック (要予約)  
【病院より：2月の予約枠が終了次第、検診は終了となります。】
- 諏訪赤十字病院 (要予約)  
【病院より：検診日は月・火・木・金です。】

【持ち物】● 保険証など住所の確認ができるもの

● 診察券 (お持ちの方)

【結果】受診した医療機関にお問い合わせください。

今年度から、「子宮頸がん検診受診票」は、各医療機関または保健センターに置いてあります。(健康カレンダーには綴ってありません)

1月、2月は  
医療機関が混雑するため  
早めの予約を  
お願いします。

申し込みはこちらから (集団)



受診する日時をご確認ください。



- 検診車または医療機関のいずれかで、ひとり1回 (基本、2年に1回で大丈夫です) 受けてください。
- 妊娠している方は、妊婦一般健康診査に子宮頸がん検診が含まれているためこの検診を受ける必要がありません。
- 月経2~3日目で出血量が多いときの検診はご遠慮ください。

## 骨粗しょう症検診 ※女性のみ

要申込  
無料

※対象年齢をご確認の上、お申込みください。

対象者	40歳 昭和59年4月1日生~昭和60年3月31日生 45歳 昭和54年4月1日生~昭和55年3月31日生 50歳 昭和49年4月1日生~昭和50年3月31日生 55歳 昭和44年4月1日生~昭和45年3月31日生 60歳 昭和39年4月1日生~昭和40年3月31日生 65歳 昭和34年4月1日生~昭和35年3月31日生 70歳 昭和29年4月1日生~昭和30年3月31日生 ※定員400名 (先着順) ※すでに骨粗しょう症で治療中の方はご遠慮ください。	申し込みはこちら 
内容	骨密度測定と結果説明・栄養相談	
検診日時	10月30日(水)・31日(木) 午前9:00~12:00 午後1:30~4:30 ※申込者には事前に案内ハガキを送付し検診日時をお知らせします。	
場所	保健センター	
結果	検診当日にお返しします。	

## オトナの歯科健康診査

医療機関へ  
要予約  
有料

健康であるために日ごろからお口のケアが必要です。  
ぜひこの機会に健診を受けましょう。

※今年度の対象者には、個別で通知を郵送致します。  
期間、内容等詳しくは通知をご確認ください。

対象者	20歳 平成16年4月1日生~平成17年3月31日生 30歳 平成6年4月1日生~平成7年3月31日生 40歳 昭和59年4月1日生~昭和60年3月31日生 50歳 昭和49年4月1日生~昭和50年3月31日生 60歳 昭和39年4月1日生~昭和40年3月31日生 70歳 昭和29年4月1日生~昭和30年3月31日生
内容	問診、口腔内診査、レントゲン撮影 (20歳・30歳のみパノラマもしくはデンタル10枚法撮影)
場所	諏訪市内の歯科医院



要申込  
無料

## 肺がん検診

【対象：40歳以上（年度内に40歳になる方を含む）】

申し込み



《検診内容》胸部エックス線撮影により胸の病変を診断する検査  
（被ばく量0.05ミリシーベルト）

日程	会場	受付時間
7月29日(月)	保健センター	午前9:00~11:00
		午後1:30~3:30
7月30日(火)	保健センター	午前9:00~11:00
	豊田公民館	午後1:30~3:30
7月31日(水)	保健センター	午前9:00~11:00
	湖南公民館	午後1:30~3:30
8月1日(木)	保健センター	午前9:00~11:00
	中洲公民館	午後1:30~3:30
8月2日(金)	保健センター	午前9:00~11:00
	四賀公民館	午後1:30~3:30
8月5日(月)	保健センター	午前9:00~11:00
		午後1:30~3:30

※胸部エックス線検診をご希望の方のうち、50歳以上で喫煙指数（1日喫煙本数×喫煙年数）600以上の方は、喀痰検査も受けられます。問診の際に検査容器をお渡ししますので、3日間採取後、**8月8日(木)**にご提出ください。

要申込  
有料

## 肺がんCT検診

【対象：40歳以上（年度内に40歳になる方を含む）】

申し込み



《検診内容》センサーが胸部の周囲をらせん状に回転し、胸部断層を低線量エックス線で撮影（被ばく量0.8ミリシーベルト）

日程	会場	受付時間
12月12日(木)	保健センター	午前9:00~11:00
	豊田公民館	午後1:30~3:30
12月13日(金)	保健センター	午前9:00~11:00
	湖南公民館	午後1:30~3:30
12月16日(月)	保健センター	午前9:00~11:00
	中洲公民館	午後1:30~3:30
12月17日(火)	保健センター	午前9:00~11:00
	四賀公民館	午後1:30~3:30
12月18日(水)	保健センター	午前9:00~11:00
		午後1:30~3:30

### 《肺がんCT検診を受診できない方》

- ・すでに血痰等の自覚症状がある方（医療機関を受診してください）
  - ・肺やその他の呼吸器系の病気で治療中、検査中の方
  - ・肺の手術をされた方
  - ・胃や大腸のエックス線検査を1週間以内に受けた方
  - ・令和6年度中に市検診以外で肺のCT検診を受診する予定の方
- ※心臓ペースメーカーを使用している方は、事前に主治医の許可を得てください。



- 令和6年度中に肺がん検診、結核健診、肺がんCT検診**いずれか1つ**しか受けることができません。
- 肺がん検診、肺がんCT検診は、**事前の申し込みが必要です。**
- 肺がんCT検診は**有料**です。**自己負担金 4,000円**がかかります。

### 《受診推奨頻度》

- ・国において推奨されている肺がん検診は、胸部エックス線（40歳以上で1年に1回受診）および喀痰検査（50歳以上で喫煙指数\*が600以上の方が対象）です。  
※喫煙指数：1日喫煙本数×喫煙年数
- ・CT検診は任意の検診で、喫煙指数が600以上の方は1年に1回、それに満たない方は3年に1回が望ましいです。CTは初期の肺がんやがん以外の小病変を検出するのに優れていますが、検査結果が「要精密検査」となる可能性が高まります。
- 申込者は検診の1か月ほど前に検診票を郵送しますので、必要事項をご記入のうえ、指定の日時に会場へお越しください。

申込不要  
無料

## 結核(胸部エックス線)健診【対象：65歳以上(年度内に65歳になる方を含む)】

※申込不要です。直接最寄りの会場へお越しください。

日程	時間	会場
7月17日(水)	午前	9:00~ 9:15 武津公民館
		9:25~ 9:40 赤沼公民館
		9:50~10:15 神戸公民館
		10:35~10:55 清水1区公民館
	午後	1:30~ 1:55 セイコー体育館
		2:15~ 2:35 湯の脇公民館
2:45~ 2:55 教育会館 木村岳風記念館 駐車場(川治い)		
7月18日(木)	午前	9:00~ 9:35 福島新町公民館
		9:45~10:00 福島公民館
		10:10~10:25 下金子公民館
		10:35~11:00 田辺公民館
	午後	11:15~11:30 神宮寺公民館
		1:30~ 1:50 旧県営桜ヶ丘団地跡地
午後	2:00~ 2:20 立石公民館	
	2:35~ 2:50 山の神神社前	
	3:00~ 3:15 双葉ヶ丘公民館入口	

日程	時間	会場
7月19日(金)	午前	9:00~ 9:15 洪崎公民館
		9:25~ 9:40 文出公民館
		9:50~10:05 小川公会堂
		10:30~10:40 上野公民館
	午後	11:05~11:20 後山構造改善センター
		1:30~ 1:50 北真志野公民館前広場
午後	2:00~ 2:20 郡医師会前	
	2:35~ 2:55 市役所正面玄関前	
	3:10~ 3:30 保健センター	

### 《追加健診》

日程	時間	会場
9月25日(水)	午前	9:00~ 9:20 中洲公民館
		9:35~ 9:55 四賀公民館
		10:15~10:30 湖南公民館
		10:40~11:00 豊田公民館
	午後	1:30~ 2:10 市役所正面玄関前
		2:25~ 3:05 保健センター

### 結核は過去の病気ではありません!



いまも1日に約28人が結核と診断されています。

そのうち、70歳以上の高齢者が新規感染者の2/3を占めています。結核の症状は、せき、たん、微熱、身体のだるさなどでかぜの症状と似ているため、気が付かないうちに進行してしまうことがあります。

高齢者は重症化することも多いため、早期診断・早期治療のために、毎年結核健診、または肺がん検診を受診しましょう(どちらも胸部エックス線の検査です)。

## 検診方法

### 胸部エックス線撮影

#### 【持ち物】

●結核健診受診票(この健康カレンダー4ページに綴られています。事前に記入してお持ちください。)

●健康手帳(お持ちの方)

#### 【結果】

約1か月後を目安に、受診者全員に郵送します。

#### 【服装について】

・撮影は素肌の上に両面無地の装飾のないTシャツ1枚で行います(色は問いませんが、プリント付き、ポケット付きは不可)

《撮影できない服装(外していただきます)》

- ・ブラジャー(スポーツブラも不可)
- ・キャミソール、ブラトップ等のカップ付下着
- ・厚手の服(セーター、トレーナーなど)
- ・ボタン、ファスナー、ホック、ビーズ
- ・ネックレス(スポーツ用、肩こり用も不可)
- ・コルセット、腹巻
- ・プリント、レース、刺繍(ワンポイントも不可)
- ・湿布、カイロ、磁石付絆創膏
- ・髪の毛も写りますので、長い方は後ろで1つにまとめてください。

フィルム撮影からデジタル撮影へ変更となったことにより、従来では問題にならなかったものが写り込み、読影不能となる場合がありますので、ご協力をお願いします。

#### 【その他】

結核健診を受診する方は、肺がん検診及び肺がんCT検診を受診することができません。

※65歳未満の方は、結核健診の対象外となりますので、肺がん検診を受診してください。

# 生活習慣病予防のための健診 ～年に一度は必ず健診を受けましょう！～

諏訪市国民健康保険・後期高齢者医療制度 ご加入の方  
**諏訪市国民健康保険特定健診・後期高齢者健診**

申込不要  
**無料**

検査内容



※血液検査：脂質検査（HDLコレステロール、LDLコレステロール、中性脂肪）、腎機能検査（クレアチニン、eGFR、尿酸）、血糖検査（血糖値、HbA1c）、肝機能検査（AST、ALT、γ-GT）、貧血検査、その他（尿酸、アルブミン、白血球）

期 間 **5月27日(月)～9月21日(土)**

※対象者には、健診開始1週間前を目処に受診券・問診票等を郵送します。

対象者

- ・ 諏訪市国民健康保険に加入している40～74歳の方
- ・ 後期高齢者医療制度に加入している方

※妊娠中や介護老人福祉施設等に長期入所の方は**対象外**となります。

※健診受診日に諏訪市国保に加入していないと受診できません。

35歳以上の諏訪市国保・後期高齢者医療制度 ご加入の方  
**人間ドック補助金**

費用一部助成

申請は、人間ドック受診後に、郵送または市民課⑥番窓口にて行うことができます。詳しくは、右記QRコードからご確認ください。

(問) 市民課国保医療係 内線115



社会保険等 ご加入の方

特定健診や人間ドック費用の補助に関することは、ご加入の健康保険組合または勤務先にお問い合わせください。

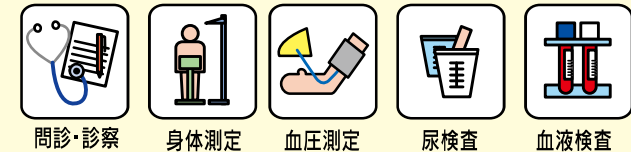
19歳から39歳の市民の方

**ヤング健診（40歳未満健康診査）**

要申込  
**無料**

若いうちから健康に目を向け、自分のからだの状態を知ろう！

検査内容



※血液検査：脂質検査（HDLコレステロール、LDLコレステロール、中性脂肪）、腎機能検査（クレアチニン、eGFR、尿酸）、血糖検査（血糖値、HbA1c）、肝機能検査（AST、ALT、γ-GT）、貧血検査、その他（尿酸、アルブミン、白血球）

勤務先等で健診を受診する機会がない方はぜひご利用ください。



対象者	19歳から39歳の市民の方 (昭和60年4月1日～平成18年4月1日に生まれた方)
定員	1日100名程度
受付時間	午前9:00～10:30 午後1:00～2:30
会場	保健センター
日程	10月18日(金)、10月20日(日)、10月21日(月)、10月27日(日) <b>※10/21、10/27 は午前のみ</b>

- ・ 健診日程及び受付時間等は申込状況により変更となる場合があります。
  - ・ 健診の3週間前を目処に健診日時や注意事項等をお知らせします。
- ※健康カレンダー1ページの「個人情報の取り扱いについて」をよくお読みいただき、同意の上、お申し込みください。

健康づくりポイント

健診の受診などにより、健康づくりポイントを受け取ることができます。  
 詳しくは、右記QRコードからご確認ください。

