

## 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2週間前までに検診票を郵送します。
  - ②受付・問診で血圧、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

自分で便を採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2週間前まで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	胃検診日および大腸容器提出日	会場	受付時間	申込みはこちら
胃のみ または 胃・大腸 両方 を受診される 方はこちら	6月 5日(金)	公民館別館(カルチャーホームすわ)	午前 7:30~10:30	
	6月 6日(土)			
	6月 8日(月)			
	6月 9日(火)			
	6月10日(水)	湖南・中洲公民館	午前 7:30~10:00	
	9月 7日(月)			
	9月 8日(火)			
	9月 9日(水)			
	9月10日(木)			
9月11日(金)	公民館別館(カルチャーホームすわ)			
大腸のみ を受診される 方はこちら	6月 5日(金)	保健センター	午後 1:30~3:00	
	6月 6日(土)			
	6月 8日(月)			
	6月 9日(火)			
	9月 7日(月)	湖南・中洲公民館	午後 1:30~3:00	
	9月 8日(火)			
	9月 9日(水)			
	9月 9日(水)			
	9月10日(木)			
※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、十二指腸の手術をしたことがある方。  
※胃の内視鏡治療(EMR・ESD)も含む。
- ②人工肛門を造設している方、酸素吸入をしている方。
- 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診でアレルギー症状があらわれた方、誤嚥をした方。
- 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おあ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した方。(腹腔鏡手術を含む)  
※小腸・盲腸・大腸・胆のう・膵臓・肝臓が対象
- ⑧2か月以内に大腸ポリープを切除した方。
- 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)、または経過観察中の方(大腸憩室炎を含む)。
- ⑪【女性のみ】妊娠中、妊娠の可能性のある方、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、インスリン注射をした方。

**※80歳以上の方は、誤嚥や転落の危険性が高くなります。  
そのため、市の検診ではなく、緊急時にも速やかに医療行為が  
受けられる医療機関での検査を検討してください。**

### 2. 大腸がん検診を受診できない方

- ①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
- ②痔の方
- ③女性の方は、月経中の採便を避けてください。

**※令和7年度に大腸の内視鏡検査を受けた方は、今年度検診を受ける  
必要性について主治医にご相談ください。**

# 乳がん検診 2年に1回受診 (隔年受診)

要申込  
無料

## マンモグラフィ検診 [対象:40~74歳]

対象者	1952(昭和27)年~1986(昭和61)年の間の西暦で偶数生まれの女性	
定員	先着840名(完全予約制)	
受付時間	午前9:00~11:15・午後1:00~2:15(最終受付)	
会場・日程	豊田公民館	6月22日(月)、6月23日(火)
	湖南公民館	6月24日(水)
	中洲公民館	6月25日(木)、6月26日(金)
	四賀公民館	6月29日(月)
	公民館別館 (カルチャーホームすわ)	7月 1日(水)、7月 2日(木)、7月 3日(金) 7月 6日(月)、7月 7日(火)、7月 8日(水) 7月 9日(木)、7月10日(金) 7月13日(月)、7月14日(火)、7月15日(水) 7月16日(木)、7月17日(金) 7月21日(火)、7月22日(水)

申込みは  
こちら



## 超音波検診 [対象:30~39歳、75歳以上]

対象者	1988(昭和63)年~1996(平成8)年の間の西暦で偶数生まれの女性 1950(昭和25)年以前の西暦で偶数生まれの女性	
定員	先着200名(完全予約制)	
受付時間	午前9:00~11:15・午後1:00~2:15(最終受付)	
会場・日程	公民館別館 (カルチャーホームすわ)	7月 6日(月)、7月 7日(火) 7月15日(水)、7月16日(木) 7月17日(金)

申込みは  
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7年	1932年	昭和17年	1942年	昭和63年	1988年
9年	1934年	19年	1944年	平成 2年	1990年
11年	1936年	21年	1946年	4年	1992年
13年	1938年	23年	1948年	6年	1994年
15年	1940年	25年	1950年	8年	1996年

※立位での検査となります。立位困難な方はお申し込み前にお問い合わせください。

### 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27年	1952年	昭和39年	1964年	昭和51年	1976年
29年	1954年	41年	1966年	53年	1978年
31年	1956年	43年	1968年	55年	1980年
33年	1958年	45年	1970年	57年	1982年
35年	1960年	47年	1972年	59年	1984年
37年	1962年	49年	1974年	61年	1986年

- ★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、自己検診で見つけられない「小さいしこり」を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 シヤ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	時間・定員
8月17日(月)	公民館別館 (カルチャーホームすわ)	【受付時間】 ①午後1:00 ②午後1:30 ③午後2:00 ※午後2:15最終受付
8月18日(火)		【検診時間】 午後1:30~2:20
8月19日(水)		
8月20日(木)		
8月21日(金)	湖南公民館	
11月9日(月)	四賀公民館	
11月10日(火)	公民館別館 (カルチャーホームすわ)	申込みはこちら 
11月11日(水)		
11月26日(木)		
11月27日(金)		

● 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。

ご注意ください  


- 検診車、または医療機関のいずれかで、**ひとり1回**受診ができます。(基本、2年に1回の受診を推奨しています)
- 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。
- 月経中で出血量が多い時の検診はご遠慮ください。

## 個別検診 (医療機関)

医療機関  
要予約  
無料

受診期間 6月1日(月)~令和9年2月27日(土) ※休診日を除く

【実施場所】… ● あおぞらレディス&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 健診センター (要予約)  
【検診予約先: AI電話(050-1721-6783)】

【持ち物】… ● 住所の確認ができるもの(マイナ保険証など)  
● 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。

【検診受診票】は、各医療機関または保健センターに設置してある用紙、またはホームページからダウンロードしてご利用ください。

(健康カレンダーには綴ってありません)

検診受診票ダウンロード先▶



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。

# 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うえ、申し込んでください。

対象者 (女性のみ)	40歳…昭和61年4月1日生~昭和62年3月31日生 45歳…昭和56年4月1日生~昭和57年3月31日生 50歳…昭和51年4月1日生~昭和52年3月31日生 55歳…昭和46年4月1日生~昭和47年3月31日生 60歳…昭和41年4月1日生~昭和42年3月31日生 65歳…昭和36年4月1日生~昭和37年3月31日生 70歳…昭和31年4月1日生~昭和32年3月31日生 ※すでに骨粗しょう症で治療中の方はご遠慮ください。	申込みはこちら 
内容	骨密度測定と結果説明・栄養相談 ※測定は、かかとの骨に超音波をあてて行います。	
検診日時	10月28日(水) 午前9:00~12:00・午後1:30~4:20 10月29日(木) 午後1:30~4:20 ※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	

定員  
240名  
(先着順)

# オトナの歯科健康診査

医療機関  
要予約  
有料

※今年度の対象者には、7月下旬に個別で通知を郵送します。  
期間、内容等の詳細は通知をご確認ください。

対象者	20歳…平成18年4月1日生~平成19年3月31日生 30歳…平成8年4月1日生~平成9年3月31日生 40歳…昭和61年4月1日生~昭和62年3月31日生 50歳…昭和51年4月1日生~昭和52年3月31日生 60歳…昭和41年4月1日生~昭和42年3月31日生 70歳…昭和31年4月1日生~昭和32年3月31日生
内容	問診、口腔内診査、 レントゲン撮影(30歳・50歳のみパノラマもしくはデンタル10枚法撮影)
費用	30歳・50歳:1,500円(レントゲン撮影をしなかった場合は500円) 20歳・40歳・60歳・70歳:500円
場所	諏訪市内の歯科医院

## 胸部エックス線 ※3種類の検診(健診)からいずれか1つを選んでください。



- 肺がん検診、肺がんCT検診、結核健診は、令和8年度中に**いずれか1つ**しか受けることができません。
- 申込者には検診の2週間～1か月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。
- 次の方は検診対象となりません。
  - 妊娠中または妊娠の可能性のある方
  - 胃のバリウム検査を1週間以内に受けた方
  - 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

### 肺がん検診【対象:40歳以上(年度内に40歳になる方を含む)】

《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)

要申込  
無料

日程	会場	受付時間
7月27日(月)	豊田公民館	午前9:30~11:30
		午後1:30~ 3:30
7月28日(火)	中洲公民館	午前9:30~11:30
		午後1:30~ 3:30
7月29日(水)	湖南公民館	午前9:30~11:30
	四賀公民館	午後1:30~ 3:30
7月30日(木)	公民館別館(カルチャーホームすわ)	午前9:30~11:30
		午後1:30~ 3:30
7月31日(金)	公民館別館(カルチャーホームすわ)	午前9:30~11:30
		午後1:30~ 3:30
8月 3日(月)	公民館別館(カルチャーホームすわ)	午前9:30~11:30
		午後1:30~ 3:30

※50歳以上で喫煙指数(1日喫煙本数×喫煙年数)が600以上の方は、肺がんCT検診の受診が推奨されています。

申込みは  
こちら



### 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)】

《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)

要申込  
有料

日程	会場	受付時間
12月10日(木)	豊田公民館	午前9:30~11:30
	中洲公民館	午後1:30~ 3:30
12月11日(金)	湖南公民館	午前9:30~11:30
	四賀公民館	午後1:30~ 3:30
12月14日(月)	公民館別館(カルチャーホームすわ)	午前9:30~11:30
		午後1:30~ 3:30
12月15日(火)	公民館別館(カルチャーホームすわ)	午前9:30~11:30
		午後1:30~ 3:30
12月16日(水)	公民館別館(カルチャーホームすわ)	午前9:30~11:30
		午後1:30~ 3:30

※肺がんCT検診は**自己負担金4,000円**がかかります。

※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回の受診が推奨されています。

※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。

※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。

申込みは  
こちら



日程	会場	受付時間
6月29日(月)	武津公民館	9:00~ 9:10
	赤沼公民館	午前 9:25~ 9:40
	神戸公民館	午前 9:50~10:10
	清水1区公民館	10:35~10:55
	セイコー体育館	1:30~ 1:50
	湯の脇公民館	午後 2:10~ 2:25
	教育会館	午後 2:35~ 2:45
	木村岳風記念館駐車場(川沿い)	2:55~ 3:20
	6月30日(火)	福島新町公民館
福島公民館		9:45~10:00
下金子公民館		午前 10:10~10:25
田辺公民館		10:35~11:00
神宮寺公民館		11:15~11:30
北真志野公民館前広場		1:30~ 1:45
郡医師会前		午後 2:05~ 2:20
公民館別館(カルチャーホームすわ)		2:35~ 3:10

日程	会場	受付時間
7月1日(水)	渋崎公民館	9:00~ 9:15
	文出公民館	9:25~ 9:40
	小川公会堂	午前 9:50~10:05
	上野公民館	10:30~10:40
	後山構造改善センター	11:05~11:20
	旧県営桜ヶ丘団地跡地	1:30~ 1:50
	立石公民館	午後 2:00~ 2:20
	双葉ヶ丘公民館入口	2:35~ 2:50

《追加検診》

日程	会場	受付時間
9月25日(金)	中洲公民館	9:00~ 9:25
	湖南公民館	午前 9:45~10:00
	豊田公民館	10:15~10:35
	四賀公民館	10:55~11:15
	市役所正面玄関前	午後 1:30~ 2:15
	公民館別館(カルチャーホームすわ)	2:30~ 3:10

《健診方法》

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。

3つの胸部エックス線検査の違い

(いずれか1つを選んで受診してください)

	結核健診	肺がん検診	肺がんCT検診
検査方法	レントゲン撮影 (正面からの写真を撮影)		CT撮影 (輪切り写真を撮影)
対象者※	65歳以上	40歳以上	
申込み	不要	必要	
結果通知	約1か月後	1か月半~2か月後	
読影 撮影した 画像の確認	1名の医師 が行う		2名の医師が行う

※それぞれ、年度内に65歳になる方と、年度内に40歳になる方を含む。

○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。

○次の方は健診対象となりません。

- 妊娠中または妊娠の可能性のある方
- 胃のバリウム検査を1週間以内に受けた方
- 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
- 65歳未満の方(9ページの肺がん検診、または肺がんCT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、体の状態をチェックするチャンスです！～

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

基本的な項目



問診・診察 身体測定 血圧測定 尿検査 血液検査(※)

医師の判断による追加項目



心電図 眼底

※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)、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25日(月)～9月19日(土)

対象者には、健診開始の約1週間前に受診券・問診票等を郵送します。

実施場所 諏訪市内の健診実施医療機関

受診券・問診票に同封の実施医療機関一覧表(パンフレット)でご確認ください。

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、または後期高齢者医療制度に加入していないと受診できません。

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。

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。

詳細はこちら▶



問 諏訪市役所 市民課国保医療係 TEL:52-4141(内線117)

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



問診・診察 身体測定 血圧測定 尿検査 血液検査(※)

※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)、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)

申込みはこちら



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62年4月1日～平成20年4月1日に生まれた方)
定員	1日70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(日)、10月19日(月)、10月30日(金)、10月31日(土) ※10月19日は午前のみ

・健診日程およ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。  
・健診の約2週間前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「個人情報の取扱いについて」をよくお読みいただき、同意の上、申し込んでください。

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(すわともカードのポイント)を受け取ることができます。

詳細はこちら▶

