

(成人保健)

令和7年度 家族の健康カレンダー

「家族の健康カレンダー」は、ご家族の健康管理にお役立てください。

1. まずは年齢ごとのおすすめ健(検)診を確認しましょう

※板野町に住民登録がある人が対象です。年齢は、令和8年3月31日時点での年齢です。  
※○印が利用できる検診です。

|                          | 健診・がん検診   |                    | 受診<br>間<br>隔          | あなたは何歳？<br>令和8年3月31日現在の年齢を<br>当てはめてみましょう |              |             |       |            |           | 集<br>団<br>健<br>診 | 医<br>療<br>機<br>関                                                        | 自己<br>負担金                                                                                        | 検 診 内 容                                                                    |
|--------------------------|-----------|--------------------|-----------------------|------------------------------------------|--------------|-------------|-------|------------|-----------|------------------|-------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|
|                          |           |                    |                       | 20歳                                      | 30歳          | 40歳         | 50歳   | 60～<br>74歳 | 75歳<br>以上 |                  |                                                                         |                                                                                                  |                                                                            |
| ご加入の医療保険の種類によって受け方が異なる検診 | 国保特定健診    |                    | 1<br>年<br>に<br>1<br>回 |                                          |              | 40～74歳国保加入者 |       |            |           | ○                | ○                                                                       | 無 料                                                                                              | ●糖尿病等の生活習慣病の発症や重症化予防、早めの治療につなげることを目的に行います。                                 |
|                          | 後期高齢者特定健診 |                    |                       |                                          |              |             |       | 75歳以上      |           | ○                | ○                                                                       |                                                                                                  | ●身体計測、血圧測定、血液検査（脂質、肝機能、血糖、尿酸、クレアチニンなど）、尿検査、診察を約半日で調べることができます。              |
|                          | 生活保護健診    |                    |                       |                                          |              | 40歳以上       |       |            |           | ○                |                                                                         |                                                                                                  | ●国保、後期高齢者加入の人は、健診項目に心電図、貧血検査が追加されます。<br>タオル1枚ご持参ください(心電図で使用します)。           |
| ご加入の医療保険の種類に関係なく受診できる検診  | 30歳代健診    |                    | 1<br>年<br>に<br>1<br>回 |                                          | 30歳代         |             |       |            |           | ○                |                                                                         | 1,000円                                                                                           | ●特定健診は、治療中の人も対象です。                                                         |
|                          | 腹部超音波検診   |                    |                       |                                          |              | 40歳以上       |       |            |           | ○                |                                                                         | 5,940円                                                                                           | 肝臓、胆のう、膵臓、腎臓、脾臓などを画像で調べます。検診前日は夜9時までに食事をすませ、検査当日は何も食べないでください。タオル1枚ご持参ください。 |
|                          | 結核・肺がん検診  |                    |                       |                                          |              | 40歳以上       |       |            |           | ○                |                                                                         | 無 料                                                                                              | 肺のレントゲン撮影を行います（65歳以上は結核検診含む）。喀痰検査は、50歳以上で喫煙指数（1日本数×年数）600以上の方(希望者)が対象です。   |
|                          | 大腸がん検診    |                    |                       |                                          |              | 40歳以上       |       |            |           | ○                |                                                                         | 無 料                                                                                              | 便に混じった腸からの出血を調べます。事前に採便容器をお渡しします。<br>自宅で2日間の便をとって、指定日に提出します。               |
|                          | 前立腺がん検診   |                    |                       |                                          |              | 50歳以上       |       |            | ○         | ○                | 200円                                                                    | 採血で前立腺特異抗原P S A値を検査します。<br>男性のみの検査です。                                                            |                                                                            |
|                          | 胃がん検診     | 胃部X線検査<br>(バリウム検査) | 2<br>年<br>に<br>1<br>回 |                                          |              | 40歳以上       |       |            | ○         |                  | 1,100円                                                                  | バリウムを飲んで胃のレントゲン撮影をします。検診前日は夜9時までに食事をすませ、検査当日は何も食べないでください。                                        |                                                                            |
|                          |           | 胃内視鏡検査<br>(胃カメラ検査) |                       |                                          |              | 50歳以上       |       |            |           | ○                | 4,100円                                                                  | 胃内視鏡（胃カメラ）を口または鼻から挿入し、食道・胃・十二指腸を調べます。検診前日は夜9時までに食事をすませ、検査当日は何も食べないでください。<br>昨年受診した人は、今年は受診できません。 |                                                                            |
|                          | 乳がん検診     |                    |                       |                                          |              | 40歳以上       |       |            | ○         | ○                | 1,500円                                                                  | 乳房専用のX線検査です。乳房を挟みながら圧迫して撮影することで、悪性の病気だけでなく、良性のものも見つけることができます。女性のみの検査です。                          |                                                                            |
|                          | 子宮頸がん検診   |                    |                       | 20歳以上                                    |              |             |       |            |           |                  | ○                                                                       | 1,200円                                                                                           | 子宮の入り口を軽くこすって細胞を取り、異常な細胞が無いかを調べる検査です。<br>女性のみの検査です。                        |
|                          | 肝炎ウイルス検診  |                    |                       | 対<br>象<br>期<br>間<br>に<br>1<br>回          |              |             | 40歳以上 |            |           | ○                | ○                                                                       | 300円                                                                                             | 採血でB型及びC型肝炎ウイルスに感染しているか調べます。過去に検査を受けていない人が対象です。                            |
| 歯周病検診                    |           |                    |                       |                                          | 40・50・60・70歳 |             |       |            | ○         | 600円             | 歯周病は、歯周病菌などによって、歯を支えている歯ぐきやそのまわりの組織が壊される病気です。現存歯・喪失歯の状況・口腔清掃状況などを検査します。 |                                                                                                  |                                                                            |

健(検)診を受けるときの注意事項

|                |                                                                                                                                             |
|----------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ①日程、受診方法について   | 「家族の健康カレンダー」をよくお読みください。受診当日時点で、板野町以外にお住まいの方は検診を受けることができません。事業所等に勤務され、検診の機会がある方は、そちらを優先してください。                                               |
| ②クーポン対象者について   | 歯周病検診、乳がん無料クーポン・子宮頸がん無料クーポン対象者には、別便で案内します。肝炎ウイルス無料クーポン対象者は、がん検診受診券に印字されます。                                                                  |
| ③料金について        | 検診内容により自己負担金が必要です。また、医師の判断により、保険診療を行い、別途料金が発生する場合があります。医師とよくご相談ください。                                                                        |
| ④がん検診受診券について   | 宛名を記載した黄色の用紙が令和7年度の「がん検診受診券」です。利用できる検診には●印が印字されています。受診するときにお持ちください。「がん検診受診券」では、特定健診（血液検査など）を受けることはできません。                                    |
| ⑤特定健診について      | 板野町国保加入者(40～74歳)の人には、住民課より緑色の受診券が郵送されます。有効期限をよくご確認ください。受診時には、特定健診受診券とマイナ保険証もしくは資格確認書をお持ちください。国保以外の保険に加入されている場合は、加入している保険者又は勤務先の担当者にご確認ください。 |
| ⑥後期高齢者特定健診について | 受診時に、必ず桃色の受診券をお持ちください。お持ちでない方は住民課までお問い合わせください。                                                                                              |
| ⑦30歳代健診について    | 集団健診でお受けください。受診時にマイナ保険証もしくは資格確認書をお持ちください。                                                                                                   |
| ⑧生活保護健診について    | 集団健診でお受けください。                                                                                                                               |
| ⑨欠診届について       | 職場健診、長期入院、介護度が高い方などで案内がご不要な方は受診券を停止できます。お問い合わせください。                                                                                         |