

(成人保健)

令和8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9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 間隔	あなたは何歳？ 令和9年3月31日現在の年齢を 当てはめてみましょう						集 団 健 診	医 療 機 関	自 己 負 担 金	健(検)診内 容	
		20歳	30歳	40歳	50歳	60～ 74歳	75歳 以上					
国保特定健診	1 年 に 1 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。 ●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。 ●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。 タオル1枚をご持参ください(心電図で使用します)。 ●特定健診は、治療中の人も対象です。	
後期高齢者特定健診						75歳以上	○	○				
生活保護健診				40歳以上				○				
30歳代健診	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					○		1,000円		
腹部超音波検診				40歳以上				○		6,270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枚をご持参ください。	
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歳以上の方は年1回の結核検診が義務付けられています)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。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PSA値を検査します。男性のみの検査です。	
胃がん検診		胃部X線検査 (バリウム検査)			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 (胃カメラ検査)	2 年 に 1 回			50歳以上				○		4,100円
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。女性のみの検査です。
肝炎ウイルス検診		に 対 象 回 の 間			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を調べます。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 そら色 の用紙が令和8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。

2. あなたにあった健(検)診方法を確認しましょう

健(検)診の受け方

1. 受診前には必ず予約をしてください。
2. 問診票の受け取り方法
 - 集団健診、大腸がん検診を受ける場合は ①又は②
(結核・肺がん地区巡回検診は検診会場)
 - 板野町内医療機関で受ける場合は ③
 - 胃内視鏡検診を受ける場合は ①又は②
 - 乳がん・子宮がん検診を受ける場合は ① ② ③のいずれか

①ご自宅へ郵送
(予約時に確認してください)

②健康相談室窓口

③医療機関窓口

健康相談室にお申込みください



医療機関に予約の電話をした際には問診票があるか確認をしてください。



集団健診

予約申込先：町民センター健康相談室 ☎ 672-5580

12月健診分のみWEB予約できます

① 集団健診（町民センター）

健診会場：町民センター

健診日	受付時間	特定健診 後期高齢者健診 30歳代健診 生活保護健診	結核 肺がん 検診	大腸がん 検診	胃がん 検診	前立腺 がん 検診	乳がん 検診	肝炎 ウイルス 検診	腹部超音 波検診	申込開始日
9月3日(木)	午前9:00～午前11:00	—	—	○	—	—	—	—	○	8月5日(水)から 午前8:30～午後4:00 (土日祝除く)
9月4日(金)	午前8:00 ～ 午前10:00	○	○	○	○	○	○	○	○	
9月5日(土)		○	○	○	○	○	○	○	○	
9月25日(金)		○	○	○	○	○	○	○	○	
9月26日(土)		○	○	○	○	○	○	○	○	
12月3日(木)	午前9:00～午前11:00	—	—	○	—	—	—	—	○	11月5日(木)から 午前8:30～午後4:00 (土日祝除く)
12月4日(金)	午前8:00 ～ 午前10:00	○	○	○	○	○	○	○	○	
12月5日(土)		○	○	○	○	○	○	○	○	
12月11日(金)		○	○	○	○	○	○	○	○	

- 乳がん検診は先着30名、超音波検診は先着24名、胃がん検診は先着30名まで。
- 予約なしの当日受付も可能ですが、スムーズに健診が進められるように予約をご利用ください。
- 予約状況により混雑緩和のため受付時間の変更をお願いすることがあります。
- 腹部超音波検診に関心をいただき、毎年多くの方が受診をしていただいています。
より効果的な検診には、がん検診、特定健診を一緒に受けることをおすすめします。

健診の持ち物

- ① 受診券
- ② 検診票
- ③ 料金
- ④ 大腸容器(大腸がん検診を受ける人)
- ⑤ タオル1枚(超音波検診を受ける人)
- ⑥ マイナ保険証もしくは資格確認書

② 結核・肺がん地区巡回検診

	検診会場	検診時間
10月27日(火)	西中富明光台団地入口	午前 9:00～午前 9:20
	希望ヶ丘老人ルーム	午前 9:30～午前 9:50
	南公民館	午前 10:00～午前 10:30
	中久保会堂	午前 10:40～午前 11:00
	唐園老人憩の家	午前 11:10～午前 11:30
	矢武八幡神社	午前 11:40～午後 0:10
	羅漢老人憩の家	午後 1:30～午後 1:50
	黒谷老人憩の家	午後 2:00～午後 2:20
	町民ふれあいプラザ	午後 2:30～午後 3:00

	検診会場	検診時間
10月28日(水)	新田(柴田調剤薬局前)	午前 9:00～午前 9:30
	高樹老人憩の家	午前 9:40～午前 10:00
	古町集会所	午前 10:10～午前 10:20
	岡ノ前総合センター	午前 10:30～午前 10:50
	川端老人憩の家	午前 11:00～午前 11:30
	大坂 大宮駅前	午後 1:00～午後 1:20
	関柱老人憩の家	午後 1:30～午後 1:50
	吹田老人憩の家	午後 2:00～午後 2:20
	板野町町民センター	午後 2:30～午後 3:00

- 予約不要。問診票は検診会場でお渡しします。
- 結核・肺がん検診の医療機関検診はありません。
- 男女の順番が交互の場合は、お待ちいただくことがあります。
- 脱ぎ着しやすい服装で検診がスムーズに進められるようにご協力ください。

③ 大腸がん検診（町民センター）

検診日	容器提出時間	提出場所	容器配布期間
10月2日(金)	午前8:30 ～ 午前11:00	町民センター 健康相談室	9月7日(月)から 午前8:30～午後4:00 (土日祝除く)
10月7日(水)			
10月16日(金)			

医療機関健(検)診

① 板野町内で受けることができる医療機関

健(検)診内容および期間	医療機関	電話番号
国保特定健診（受診券交付時～1月）※受診券の有効期限まで 前立腺がん検診（7月～12月） 肝炎ウイルス検診（7月～12月）	井上病院	088-672-1185
	近藤内科医院	088-672-5630
	三愛内科	088-672-0176
	新野医院	088-672-0571
	豊岡医院	088-672-0052
	ファミリークリニックしんの	088-672-5148
	みやざき内科診療所	088-672-6618
歯周病検診（7月～11月）	稲富歯科医院	088-672-0005
	かず歯科	088-672-7757
	堤歯科	088-672-1255
	浜歯科	088-679-7007
	ひろせ歯科医院	088-672-6480
	ユアサ歯科	088-679-4618

② 板野町外で受けることができる医療機関

検診内容			胃がん 内視鏡 検査	乳 がん	子宮 がん	
検診期間			6～3月			
市町名	医療機関	電話番号				
徳島市	伊月健診クリニック	予約088-653-2051 088-653-2315	○	○	○	
	沖の洲病院	088-622-7111	○	○	○	
	徳島検診クリニック	088-632-9111	○	○	○	
	とくしま未来健康づくり機構 (徳島県総合健診センター)	088-633-2266	○	○	○※1	
	虹の橋病院	088-633-0800	○	○	○	
鳴門市	徳島県鳴門病院	088-683-0123	○※2	○	○	
阿波市	徳島県農村健康管理センター	0883-36-6611	○	○※3	○	
徳島市	水の都記念病院	088-632-9299	○	○		
	たまき青空病院	088-642-5050	○	○		
	むくの木クリニック	088-624-7575	○	○		
	兼松病院	088-685-4537	○	○		
藍住町	藍住たまき青空クリニック	088-678-7727	○	○		
徳島市	こかわ医院	088-622-2125	○			
	大塚外科内科	088-665-7722	○			
	日比野内科	088-654-5505	○			
	徳島クリニック(健診部)	088-653-6487	○			
	伊月病院	088-622-1117	○			
	川島病院	088-631-0110	○			
	片岡内科消化器クリニック	088-611-1251	○			
	おかむら内科クリニック	088-678-7505	○			
	高岡消化器内科	088-652-9528	○			
	中瀬病院	088-665-0819	○			
	ほとり内科	088-666-3830	○			
	いもと内科クリニック	088-678-2338	○			
	松村内科・胃腸科	088-631-3311	○			
	松茂町	春藤内科胃腸科	088-699-3777	○		
	北島町	新居内科	088-698-8808	○		
上板町	井関クリニック	088-637-6066	○			
	ともなり消化器・肝臓内科 クリニック	088-694-5515	○			

検診内容			乳 がん	子宮 がん	
検診期間			6～3月		
市町名	医療機関	電話番号			
徳島市	徳島平成病院	088-623-8624	○	○	
	徳島市民病院	088-622-5121	○	○※1	
吉野川市	吉野川医療センター	0883-26-2222	○	○	
徳島市	稲山病院	088-631-1515	○※4		
	田岡病院	088-622-7788	○		
	徳島クリニック(内科診療部)	088-622-7712	○		
	徳島健生病院	088-622-7771	○		
松茂町	井上医院	088-699-8070	○		
徳島市	梶産婦人科	088-622-1680		○	
	蕙愛レディースクリニック	088-653-1201		○	
	おかだレディースクリニック	088-678-6698		○	
	しんくら女性クリニック	088-602-2088		○	
	祖川産婦人科クリニック	088-633-1133		○	
	富岡医院	088-642-8111		○	
	協立病院	088-668-1070		○	
	山城公園レディースクリニック	088-676-3370		○	
	鳴門市	レディースクリニック兼松産婦人科	088-685-1103		○
		だいとうレディースクリニック	088-683-1588		○
北島町	ルナウィメンズクリニック	088-697-2322		○	
藍住町	中山産婦人科・小児科	088-692-0333		○	
石井町	遠藤産婦人科	088-674-6818		○	
	手束病院	088-674-0024		○	
	なかたに産婦人科	088-674-1295		○	

○紙面の都合上、掲載されていない医療機関（遠距離）があります。希望する医療機関がある場合は、お問い合わせください。

※1子宮頸がん検診の対象者：

とくしま未来健康づくり機構はドック受診に限ります。

徳島大学病院、徳島県立中央病院、徳島市民病院、徳島赤十字病院は、分娩予定の妊婦に限ります。

※2胃がん検診者：徳島県鳴門病院は、ドック検診に限り対象となります。

●二施設分離方式の施設については次の病院でマンモグラフィを受診してください。

※3 阿波病院

※4 虹の橋病院

○徳島県鳴門病院 ドック検診は町の補助があります。

詳しくは直接病院（088-683-0123）にお問い合わせください。

無料クーポン券が利用できる検診

対象者は、下記の生年月日の方です。受診時に、無料クーポン券またはがん検診受診券をご提示ください。

	対象者	案内方法
子宮頸がん検診(女性のみ)	平成17年4月2日～平成18年4月1日生	別便でクーポン券を郵送します
乳がん検診(女性のみ)	昭和60年4月2日～昭和61年4月1日生	別便でクーポン券を郵送します
肝炎ウイルス検診	昭和60年4月2日～昭和61年4月1日生	がん検診受診券に●印が印字されています。

健康診断Q & A

Q. 「健診」は、ふつうの診療とどう違うのですか？

A. 健診は、保険証を使って病気やケガの治療などを受ける一般の保険診療と違い、特に自覚症状のない「健康」な人を対象に、自分ではわからない異常の早期発見を目的としています。健診は、特定の病気を確定診断するものではありません。健診によって精密検査が必要になった場合は、かかりつけ医に相談したり、専門医を受診しましょう。

Q. 特定健診・胃がん検診・超音波検診前日の食事について、注意することはありますか？

A. 健診前夜の夕食は、午後9時までに済ませ、それ以降（健診当日の朝まで）飲食は避けてください。できるだけアルコールは控えてください。ただし、お水のみは、脱水予防のため、健診当日の朝7時までは摂取可能です。（健診当日の朝はコップ1杯程度まで）

Q. 血液検査をするのですが、どうして空腹でないといけないのでしょうか？

A. 中性脂肪や血糖の数値は、食事により上昇します。メタボリックシンドロームの診断基準であるため、空腹時での検査をお願いします。

Q. 健診当日、いつも飲んでいる薬はどうしたら良いですか？

A. 高血圧治療中の人は、朝コップ1杯のお水で血圧のお薬だけ内服してください。医師の指示により、当日服用する必要がある場合は、コップ1杯のお水で、朝7時までに飲むようにしてください。糖尿病の薬や粉薬を服用している人は、健診前には飲まないでください。

Q. 「胃部X線(バリウム)検査」と「胃内視鏡(カメラ)検査」の違いは何ですか？

A. 「胃部X線検査」は、発泡剤で胃をふくらませた後、バリウムを飲んで行う検査です。胃の粘膜に付着したバリウムを様々な方向から撮影します。メリットは胃カメラのような苦痛が少ないことです。異常が見つければ、後日改めて「胃内視鏡検査」を受ける必要があるほか、便秘になりやすい、放射線の被曝があるというデメリットもあります。「胃内視鏡検査」は、口または鼻から小型カメラのついたチューブを使って胃の中を直接観察する検査です。胃の粘膜の状態や胃の中の小さな異常を見つけることに有効です。難点は、カメラを挿入するときに苦痛を感じる人が多いことです。50歳以上の人は、「X線検査」か「胃内視鏡検査」のどちらかを選択することができます。「胃内視鏡検査」は2年に1回の検査です。「胃部X線検査」は、40歳以上を対象に毎年実施します。

Q. 健(検)診を受けた後はどうすればいいですか？

A. 健(検)診後約1ヶ月で結果通知書を郵送します。大切に保管し、健康管理にお役立てください。健(検)診の結果、精密検査が必要とされた場合は必ず精密検査を受けましょう。一方、健(検)診で異常がなかった場合でも将来にわたって健康を保証するものではありませんので、ご注意ください。

【健(検)診における個人情報の取り扱いについて】

健(検)診結果や精密検査結果は、健(検)診の精度維持管理のために板野町で管理し統計資料等に使用します。また、健(検)診結果により町から電話や訪問等で連絡を取らせていただくことがあります。受診者のプライバシーが外部に漏れることはありませんのでご了承ください。

お問い合わせ

- がん検診・その他各種検診について
- 国保特定健診・後期高齢者健診について

福祉保健課 健康相談室(町民センター内) ☎672-5580
住民課 ☎672-5984