

保存版 令和6年度 小諸市健康診断のご案内



市民の皆さんに自分の健康状態を知っていただくため、住民健診を行なっています。生活習慣病やがんなどの早期発見・重症化予防のために受診しましょう。

健康診断の申込から受診までの流れ

令和6年3月31日までに
同封の申込書を記入し、返信用封筒に入れて
健康づくり課へ郵送してください。

申込書を受付後、健康づくり課で
健(検)診を登録します。

ご案内と受診票等が
健(検)診開始の約1か月前に
ご自宅に届きます。

開封 検診日時、予約方法等を
確認して、大切に
保管してください。

※日程の変更他、ご不明な点は受診票が届いてから、健康づくり課までお問い合わせください。

まず下の表を見て、対象の健(検)診を確認しましょう。確認したら、中・裏面を見て、別紙申込書を記入しましょう！

令和7年 3月31日 現在の年齢	20歳～ 39歳	40歳～ 49歳	50歳～ 74歳	75歳～	自己負担額 ※2
① 国保特定健診 後期高齢者健診 ※1	×	○ (国保特定健診) 国民健康保険の方	○ (国保特定健診) 国民健康保険の方	○ (後期高齢者健診) 後期高齢者医療保険の方	無料
② 結核・肺がん検診	×	○	○	○	胸部レントゲン無料 CT検査 4,000円
③ 胃がん検診	×	○	○	○ (79歳まで)	1,000円
④ 乳がん検診 (偶数年齢の方)	×	○	○	○	1,000円
⑤ 子宮頸がん検診 (偶数年齢の方)	○	○	○	○	40歳未満 500円 40歳以上 1,000円
⑥ 大腸がん検診	×	○	○	○	無料
⑦ 前立腺がん検診	×	○	○	×	1,500円
⑧ 肝炎ウイルス検診	×	40歳のみ○	×	×	無料
⑨ 歯周病検診	35歳のみ○	40歳のみ○	50・60歳のみ○	70歳のみ○	無料

※1 小諸市国民健康保険・後期高齢者医療保険以外に加入している方は、各保険者にお問い合わせください。
 ※2 節目年齢(20・30・40・50・60歳)の方は検診が無料または減額となります。(5ページ参照)
 ※3 小諸市では、35歳の方は医療保険にかかわらず、8,526円の健康診査が無料で受けられます！
 5月にお送りのご案内をご確認の上、健康づくり課にお申し込みください。

お問い合わせ先
小諸市役所 健康づくり課 TEL : 0267-25-1880 (直通)
 平日 8:30～17:15
 (祝祭日・年末年始の閉庁日除く)
 小諸市相生町三丁目3番3号
<https://www.city.komoro.lg.jp/> Mail : shien@city.komoro.nagano.jp

① 生活習慣病予防健診 国保特定健診 いきいき健診 後期高齢者健診

対象者	40歳以上の小諸市国保、後期高齢者医療保険加入者	
検診内容	問診・身長・体重・血圧測定・腹囲・血液検査・尿検査・診察 (後期高齢者医療の方は、腹囲と眼底検査を除く) ※医師が必要と判断した場合は心電図・眼底検査を実施	
料金	無料	

年度途中で加入された方はお問い合わせください。

受診方法 下の表を確認の上「個別健診」か「集団健診」どちらかお選びください。

	個別健診 医療機関で受ける (7月～12月末まで)	集団健診 集団健康スクリーニングで受ける (市役所・公民館にて10月末～11月実施)
① 申し込み	申込用紙の111に○を付けて提出 ※申し込み期限を過ぎた場合は電話で申し込み	申込用紙の112に○を付けて提出
② 受診券が届く	5月下旬に受診票を郵送します	9月下旬に受診日・場所等を通知します
③ 受診場所・日程を確定する	受診券が届いたら、病院に予約	健診会場と日程を確認
健診実施場所	甘利医院、甘利医院わだ、市川医院、うすだ医院、小諸医院、小諸南城クリニック、桜井クリニック、佐藤外科医院、須江医院、関医院、高橋内科医院、武重医院、鳥山クリニック、ひかり医院、東小諸クリニック、矢島医院、柳橋脳神経外科	柏木下生活改善センター 菱野公民館 和田農村研修センター 森山公民館 寝たきり予防センター(大久保) 市役所2階保健センター
大腸がん検診 (4ページ参照)	同時受診可能 ※病院に予約の際にお伝えください。	同時受診可能 ※大腸がん検診のみの受診はできません。

若年・生活保護受給者の健診

対象者	年度中に19歳～39歳になる市民	40歳以上の生活保護受給者
料金	6,600円	無料
日程・実施場所	集団健康スクリーニングにあわせて実施します。 ※受診を希望される方は、令和6年8月16日(金)までに健康づくり課へご連絡ください。	
検査内容	問診、身長、体重、血圧測定、 腹囲、血液検査、尿検査、診察	左に記載の検査内容及び 大腸がん検診

人間ドック・脳ドック補助金交付申請

	人間ドック補助金	脳ドック補助金
助成額	日帰りドック▶2分の1(上限15,000円) 1泊ドック▶2分の1(上限20,000円) ※生活習慣病予防健診・いきいき健診を受診した方は、対象なりません。	2分の1(上限15,000円) ※人間ドック補助金・生活習慣病予防健診・いきいき健診とは別に申請できます。
	※費用の1/2が限度です。オプション(追加)検査の費用は除きます。 ※年度内各1回。受診後2年間申請できます。	
対象者	35歳以上の小諸市国保、後期高齢者医療加入者	
申請方法	市民課国保年金係で申請(詳しくは国保年金係までお問い合わせください)	

各種がん検診のご案内

胸部レントゲン検診と胸部低線量CT検診のどちらかをお申し込みください。
対象にならない方
 ●職場、病院等で年1回胸部レントゲン検査・CT検診を受けている方、妊娠中又は妊娠の可能性のある方、前回の結果が要精密検査で経過観察中もしくは治療中の方、バリウムによる検査を1週間以内に受けた方。

胸部レントゲン検診	対象者・料金	実施場所	日程
	40歳以上 無料	市役所・公民館等	8月19日(月)～8月30日(金)※土・日除く

検診車によるレントゲン(デジタル撮影)検診です。
 ●該当者(喫煙本数の多い方など)は喀痰検査(3日分の痰を容器にとる検査)を受けられます。
 ●65歳～80歳までの方には申し込みにかかわらず受診票を郵送します。
 それ以外の年齢の方は申し込みが必要です。

胸部低線量CT検診	対象者・料金	実施場所	日程
	40歳以上 4,000円	市役所	7月10日(水)・8月15日(木)・9月19日(木) 10月23日(水)・1月7日(火)・2月7日(金)・2月10日(月)

検診車による胸部をらせん状に撮影するCT検査で早期肺がんの発見率が高い検診です。
対象とならない方
 ●ペースメーカー等を装着されている方。

検診車で発泡剤とバリウムを飲んで胃の粘膜像をエックス線で間接撮影する検査です。
対象にならない方
 ●妊娠中又は妊娠の可能性のある方、不妊治療中の方、胃の手術をされた方、バリウムでアレルギー症状がでた方、バリウム検査でむせたことのある方、過去1年以内に腸閉塞の既往のある方、過去1年以内に大腸ポリープを切除した方、胃腸の病気で治療中の方、高度の便秘症の方、検査の体位が保てない方等。

対象者・料金	実施場所	日程
40～79歳 1,000円	市役所	受付時間 午前7時30分～10時 11月19日(火)～11月29日(金)※土・日・祝祭日は除く 受診票・検診日時は後日郵送します。

問診及び乳房マンモグラフィ検査です。
対象にならない方
 ●妊娠中又は妊娠の可能性のある方、不妊治療中の方、乳房の病気で経過観察中の方、自覚症状のある方、乳がんの治療・手術をしたことのある方、胸部に異物(ペースメーカー、シリコンや脂肪注入等の豊胸、V-Pシャント等)が入っている方、授乳中の方(断乳後1年未満の方)
 ※立位困難な方は、健康づくり課までお問い合わせください。

対象者・料金	実施場所	日程
40歳以上で年度中に偶数年齢になる女性 1,000円	市役所(検診車)	9月6日(金)・9日(月)・10月28日(月)・29日(火) 12月6日(金)・2月12日(水) 検査は女性技師が行います。受診票が届いたら、市役所健康づくり課(25-1880)へ予約してください。
	浅間南麓こもろ医療センター	令和6年6月～令和7年2月 受診票が届いたら、浅間南麓こもろ医療センター 【月・水・金午後1時30分～3時(22-6933)】へ予約してください。

子宮頸がん検診

医師による内診・細胞診です。
 ●20歳～38歳の対象の方には、4～5月に受診票を郵送します。
 ●40歳以上の対象の方は申し込み後受診票を郵送します。
対象にならない方
 ●子宮の病気で治療中の方、年度内に同様の検査を受けた方、自覚症状のある方、子宮全摘手術（頸部全切除）を受けている方、性交の経験がない方

対象者・料金	実施場所	日程
20歳以上で年度中に偶数年齢になる女性 20歳～40歳未満 ▶500円 40歳以上▶1,000円	浅間南麓こもろ医療センター 花岡レディースクリニック	令和6年6月～令和7年2月 受診票が届いたら、浅間南麓こもろ医療センター 【月・水・金午後1時30分～3時(22-6933)】へ予約してください。 令和6年6月～令和7年2月 受診票が届いたら、花岡レディースクリニック 【月・水・金午後1時～3時(23-4103)】へ予約してください。

前年度（偶数年齢時）に子宮頸がん検診を受けられなかった方で、今年度検診をご希望される方は健康づくり課へお問い合わせください。

大腸がん検診

2日分の便を容器に採る便潜血検査（2日法）です。

対象者・料金	実施場所	日程
40歳以上 無料	生活習慣病予防健診実施医療機関 及び佐々木医院 (2ページ参照)	7月～12月末まで 実施医療機関に、検査容器を受け取りに行き、 お申し込みください。

※集団健診には大腸がん検診が含まれます。①の集団健診をお申し込みの方には、検査容器を受診券と同封しますので、集団健診当日に受付にて提出をお願いします。（2ページ参照）

前立腺がん検診

血液検査
対象にならない方 ●前立腺がんや前立腺肥大で経過観察中の方・治療中の方

対象者・料金	実施場所	日程
50歳～74歳の男性 1,500円	保健センター (小諸市役所2階)	7月24日(水)・25日(木)

肝炎ウイルス検診

血液検査 ▶B型及びC型肝炎ウイルス検査
 ●生活習慣病予防健診(医療機関、集団)と一緒に受けることができます。
 ●国保以外の方やドック・職場健診を受ける方は単独でも検査ができます。

令和6年度40歳の方必見!

対象者・料金	実施場所	日程	受診票
40歳の方 無料	受診票に記載された実施医療機関	7月～12月	5月頃に受診票を郵送します。 記載された医療機関に予約してください。
※今までに検査をしたことがない方が対象です。	集団健診実施会場 (2ページ参照)	集団健診 実施日	9月に集団健診受診票に同封します。 集団健診時に、お持ちください。

歯周病検診は対象者全員に受診票を郵送します。

歯周病検診

市内歯科医院で歯周病検診を実施します。
 ●検診内容 ▶問診、歯肉・歯の検査、ブラッシングを含む指導等

対象者・料金	実施場所	日程	受診票
35・40・50・60・70歳の方 無料	市内歯科医院	令和6年6月～ 令和7年3月	5月頃に郵送 します
妊娠届を出された方 無料	(受診票に記載された 実施医療機関に直接予約)	妊娠届出時から 出産前日まで	妊娠届出時に 発行します

※上記対象者とは別に国保被保険者で、前年度中一年間病院等の受診がなかった35歳以上の方を対象に、無料の歯周病検診を実施しています。受診の前に申請が必要です。詳しくは国保の保険証をご準備の上、市役所国保年金係(3番窓口)にお問い合わせください。

<提出期限>令和6年3月31日

令和6年2月時点で国民健康保険に加入されている方は、「国保」と印字されています。国民健康保険に年度途中で加入した場合は、お問い合わせください。

- 方が一、提出期限を過ぎてしまった場合は、健康づくり課へ電話でお問合せください。
- 各検(健)診の受け入れ人数には限りがあるため、お早めにお申し込みください。

対象	生活習慣病予防健診 (国保特定健診) いきいき健診 (後期高齢者健診)	がん検診 (加入の保険に関係なく受診できます) 40歳・50歳・60歳の方は(胃・乳・子宮)検診が無料です。				
	40歳以上の小諸市国保加入者 後期高齢者医療保険加入者	結核肺がん検診 ※市の検診は112か113のどちらか1つに○	胃がん検診 (バリウム)	乳がん検診 (マンモグラフィ)	子宮頸がん検診	前立腺がん検診
対象	40歳以上の小諸市国保加入者 後期高齢者医療保険加入者	40歳以上(感染症法により65歳以上の 方の受診は義務となります)	40歳～79歳	40歳以上偶数年齢	20歳以上偶数年齢 20歳～40歳未満の方申込不要	50歳～74歳
宛名番号	①11 指定医療機関(別紙2ページ)で受ける ①12 集団健康スクリーニングを受ける 21 ドックを受けて補助申請をする 22 職場検診の結果を提出する 24 内科に定期受診中 23 入院・入所のため受けない	①12 胸部レントゲン検診を受ける ①13 胸部低線量CT検診を受ける 23 ドック・職場検診・受診中の ため市の検診は申し込みない	①12 検診車で受ける 23 市の検診は申し込みない	①12 検診車で受ける ①13 こもろ医療センターで受ける 23 市の検診は申し込みない	①13 こもろ医療センターで受ける ①14 花岡レディースクリニックで受ける 23 市の検診は申し込みない	※市の検診を受けない ※市の検診は申し込みない
小諸 花子 昭和37.10.15生 60歳 女 国保 ※必須 連絡先 090-0000-xxx	2ページ①参照	3ページ②参照	3ページ③参照	3ページ④参照	4ページ⑤参照	4ページ⑦参照

不備があった場合には、健康づくり課からご連絡するため、日中連絡のとれる電話番号をご記入ください。

- 結果の提出方法は後日通知します。
- ドックとは人間ドックを示します。ドックは直接医療機関に予約をしてください。

胸部レントゲン検診と胸部低線量CT検診は重複して受診することはできません。いずれか1つに○をつけてください。

「*」で消されている検(健)診は令和6年度の対象ではありません。

☆節目検診 ▶ 下記の年齢に該当する方は検診が無料または減額となります。

節目年齢	無料・減額対象となる方の生年月日	胃がん検診	乳がん検診	子宮頸がん検診	胸部CT検診	肝炎ウイルス検診	歯周病検診
20歳	平成16年4月1日～平成17年3月31日	×	×		×	×	×
30歳	〃 6年4月1日～〃 7年3月31日	×	×		×	×	×
40歳	昭和59年4月1日～昭和60年3月31日			無料	3,000円	無料	無料
50歳	〃 49年4月1日～〃 50年3月31日	無料	無料		3,000円	×	無料
60歳	〃 39年4月1日～〃 40年3月31日	無料	無料		3,000円	×	無料

☆無料検診 ▶ 市民税非課税世帯・生活保護世帯に属する方は、胃がん検診・乳がん検診・子宮頸がん検診の料金が申請により無料となります。
 <申請方法> ●6月17日(月)以降健康づくり課へ申請し、該当となる方には無料券を発行します。
 ●検診当日は無料券を持参してください。受診後の申請はできません。
 <申請時の持ち物> 身分証明書(健康保険証、運転免許証等)

**申し込みない方も全員提出してください！
ご協力よろしくお願ひいたします。**

個人情報の取り扱いについて
 小諸市で実施する各種検(健)診において知り得た個人情報は、小諸市と検診事業を委託する検(健)診実施機関(検診受託医療機関、検査機関、長野県健康づくり事業団、長野県国民健康保険団体連合会 等)にて管理し、下記の個人情報利用目的以外には利用いたしません。
 つきましては、下記の個人情報の利用目的に同意をした上で検(健)診をお申し込みください。なお、同意をされない方は、市が実施する検(健)診をお受けいただくことができませんので、ご理解をお願いいたします。

個人情報の利用目的 ▶ 健康診断等により、疾病の早期発見・早期治療および保健指導などによる健康状態・生活習慣改善、検査精度の管理を適切に行うため市及び検査機関等において次のとおり個人情報を利用します。
 ① 受診者に提供する健康診断サービス(検査・問診・判定・保健指導・事後指導・経年データ管理など) ② 検査業務の委託・その他の業務委託
 ③ 会計・経理 ④ 医療保険事務 ⑤ 健康診断の管理運営業務(日程管理・事前案内・検(健)診結果報告書発送管理など)
 ⑥ 検(健)診精度管理(精密検査結果の把握・発見がん追跡調査) ⑦ 医療事故等の報告

**利用者増加中!! アプリで健康を応援します!
楽しく歩いてお得! 直売所利用券と飲食券(計1,000円分)をもらう!!**

高齢者の予防接種(B類)について

肺炎球菌ワクチン
 対象者: ①65歳の方
 ②60～65歳未満で心臓・腎臓・呼吸器・免疫機能で身体障害者1級をお持ちの方
 自己負担: 2,000円(生活保護受給者は無料)
 予診票: ①の方は、満65歳の翌月に予診票を郵送します。
 ②の方は、5月に予診票を郵送します。
今までに1回でも接種した方は対象となりません。

季節性インフルエンザ
 対象者: ①65歳以上の方
 ②60～65歳未満で心臓・腎臓・呼吸器・免疫機能で身体障害者1級をお持ちの方
 自己負担: 1,300円
 (生活保護受給者は接種前に健康づくり課へ事前申請し無料となります。)
 期間: 令和6年10月中旬～12月末(予定)
 予診票: ①の方は、個別に通知はしません(直接医療機関に予約をしてください。)
 ②の方は、10月に予診票を郵送します。