

三春町成人けんしんガイド

各けんしんの受け方や注意事項が書いてあります。受ける前に、必ずお読みください。

総合集団けんしん、婦人科集団検診(乳がん・子宮がん)は

完全予約制

(電話予約 もしくは WEB予約)

詳しくは **裏表紙** をご覧ください。

食塩摂取目標量(1日あたり)

男性 7.5g未満 女性 6.5g未満

福島県民は
塩分摂取過多

男性: **11.1g**
全国ワースト11位

女性: **9.0g**
全国ワースト20位

R7三春町民 推定1日食塩摂取量

(健康診断結果より)

男性: **9.7g**

(受診: 614人)

女性: **9.4g**

(受診: 826人)

三春町の健診受診者1440人の平均は9.6gでした。福島県の平均よりは低めですが、目標にはまだ遠い状況です。

三春で

チャレンジ!

減塩 禁煙 脱肥満

**福島県民はまだまだ塩分を
とりすぎています!**

減塩のポイント

「おいしく減塩、無理なく減塩」が合い言葉！
食品を購入するとき、栄養成分表示を見たことはありますか？使用されている食塩の量は、「食塩相当量」という表記で記載されています。食塩の量が少ない商品を選ぶよう心がけてみましょう。

栄養成分表示
(100g当たり)

熱量	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
000kcal	0.0g	0.0g	0.0g	0.0g



発行・問合せ先

三春町

保健福祉課

保健医療グループ・地域ケア推進グループ

☎ 0247-62-5110

※受診予約の電話は裏面の番号をご確認ください

種類

受けられるけんしんの種類、料金

健診は1人年1回受診できます。2回目以降は自己負担となります。

70歳以上は無料

※年齢は令和9年3月31日に達する年齢を示します。

けんしんの種類	検査内容	対象者	自己負担金		
			集団	施設	
健康診査	特定健診	三春町国民健康保険加入者 (40~74歳)	無料	無料	
	後期高齢者健診	後期高齢者医療加入者 (75歳以上 65~74歳該当者)	無料	無料	
	一般健診	生活保護受給者	無料	実施無し	
	既存健診対象外の健康診査	問診、身体計測、血圧測定、 尿検査、血液検査 (眼底、心電図、貧血、尿酸、 腎機能検査は集団のみ実施)	19~39歳の方で 他に受診機会のない方 (国民健康保険加入者 社会保険被扶養者)	1,000円 三春町国保 加入者無料	無料 ※要申込み 6月5日締切
がん検診	肺がん検診	胸部X線検査	40歳以上	無料	1,000円
	大腸がん検診	便潜血検査	40歳以上	500円	600円
	胃がん検診	内視鏡検査(カメラ)	50歳以上で偶数年齢の方	実施無し	3,000円 三春町国保 加入者 1,000円
	前立腺がん検診	血液検査(PSA値)	50歳以上の男性	500円	実施無し
	子宮がん検診	子宮頸部細胞診	20歳以上で偶数年齢の女性	500円	1,000円
	乳がん検診	マンモグラフィ検査	40歳以上で偶数年齢の女性	500円	1,000円
その他の検診	結核検診 (肺がん検診と同時実施)	胸部X線検査	65歳以上	無料	実施無し
	肝炎ウイルス検診	血液検査 (HBs抗原、HCV抗体)	40歳以上で今まで検査を 受けたことがない方	無料	実施無し
	胃がんリスク検診 (ABC検診)	血液検査 (ピロリ菌抗体、ペプシノゲン値)	20~79歳で今まで検査を 受けたことがない方	500円	500円
	骨粗しょう症検診	踵骨の超音波による 骨密度測定	40、45、50、55、60、65、 70歳の女性(対象年齢のみ)	500円	実施無し
	成人歯科健康診査	問診、口腔内検査、 歯科保健指導	20、25、30、35、40、45、 50、55、60、65、70歳※2	実施無し	無料

※1 総合集団健診では治療中の方以外全員に実施、施設健診では医師が必要と認めた場合のみ実施となります。

※2 対象の方には4月中に受診券を郵送します。

胃がん・子宮がん・乳がん検診 対象者について

R9.3.31時点で偶数年齢の方と、前年度対象で受診できなかった方が受診対象です。前年度未受診の方の受診券発行については、5ページ下部をご確認ください。

社会保険加入者について

加入している医療保険で実施する健診を受診してください。ただし、受診機会のないがん検診等は受けられません。(社会保険被扶養者の健診については2ページ)

自己負担金の免除について *次の方はけんしん自己負担金が免除になります。

- ① 令和9年3月31日までに70歳以上となる方
 - ② 65~74歳の後期高齢者医療に加入している方
 - ③ 生活保護受給世帯に属する方
 - ④ 世帯全員が令和7年度(8月以降は8年度)住民税非課税世帯の方
- 手続き不要
- 受診3日前までに保健福祉課で申請手続きが必要

種類

健診項目や注意点

健康診査

心臓病、脳卒中、腎不全など、生活習慣病の芽をいち早く発見し、効果的に予防するための健診です。

健康診査の検査項目		特定健診		後期高齢者健診	
		【集団】	【施設】	【集団】	【施設】
問診（自覚症状、現病歴、生活習慣）		○	○	○	○
身体計測（身長、体重、BMI）		○	○	○	○
腹囲測定		○	○	×	×
医師診察		○	○	○	○
血圧測定		○	○	○	○
尿検査（尿糖、尿蛋白、尿潜血）		○	○	○	○
尿中塩分（推定1日食塩摂取量）		○	×	○	×
血液検査	脂質（HDL、LDL、中性脂肪）	○	○	○	○
	肝機能（GOT、GPT、 γ -GT）	○	○	○	○
	腎機能（クレアチニン、e-GFR）・尿酸	○	○	○	○
	糖代謝（血糖、HbA1c）	○	○	○	○
	貧血（赤血球、血色素、Ht）	○	★	○	★
心電図		※	★	※	★
眼底検査（両眼）		※	★	※	★

○実施する ※治療中の方以外全員に実施する ×実施なし

★医師が必要とみとめた場合のみ実施するため、施設健診では受けられない場合があります。

がん検診の注意事項

各種がん検診
詳しくはこちら ▶



共通事項

自覚症状がある方は検診の対象となりません。
治療中や経過観察中の方は検診の対象となりません。主治医にご相談ください。
検診の結果、精密検査が必要とされた場合などの検査料、治療費は保険診療扱いとなり別途料金が必要となります。

大腸がん検診

痔出血や生理の時期は、便の採取を避けてください。

胃がん検診

胃の手術、切除（部分切除を含む）を受けた方、胃・食道疾患で治療中（ピロリ菌除菌を含む）や、経過観察中の方は対象となりません。
胃内視鏡検査の同意説明書をご理解の上、受けてください。

けんしん実施期間中（6/1～12/28）に75歳になる方

75歳の誕生日で国民健康保険から後期高齢者医療保険に切り替わるため、受診券の有効期限が誕生日前日までとなっています。受診券の有効期限後にけんしんを受診する場合、**新しい受診券への切り替えが必要となります**ので、保健福祉課へお問い合わせください。



社会保険被扶養者の方の特定健診について

特定健診受診券に「契約取りまとめ機関 集合B」の記載がある場合、**総合集団けんしん**で特定健診を受けられます。ご希望の方は、下記の追加項目を自費で受けることができます。



←協会けんぽの 特定健康診査受診券

協会けんぽのお問い合わせ先

全国健康保険協会 福島支部
TEL 024-523-3919

※協会けんぽの場合は3月末に郵送

心電図	1,645円
眼底（両眼分）	1,214円
貧血（赤血球、血色素、Ht）	252円
尿酸	275円
尿中塩分	660円

総額 4,046円

※腎機能検査(クレアチニン・e-GFR)は自己負担なし

集団

健康診査、がん検診等

総合集団けんしんの注意事項

原則、水以外は飲食せずにお越しください。血圧や心臓病などの薬は服薬してください。
食後3.5時間以内の場合、血糖値が判定できない場合があります。



けんしんの種類	持参品
健康診査 (特定健診 後期高齢者健診)	<input type="checkbox"/> けんしん受診券 <input type="checkbox"/> マイナ保険証等 以下のうちのいずれか ●健康保険証利用登録済みのマイナンバーカード ●資格確認書 <input type="checkbox"/> 尿スポイト
大腸がん検診	<input type="checkbox"/> けんしん受診券 <input type="checkbox"/> 大腸がん検診無料クーポン(40歳・41歳の方) <input type="checkbox"/> 便検査容器 <input type="checkbox"/> 自己負担金*
肺がん検診 前立腺がん検診 肝炎ウイルス検診	<input type="checkbox"/> けんしん受診券 <input type="checkbox"/> 自己負担金*
胃がんリスク検診	<input type="checkbox"/> けんしん受診券 または 胃がんリスク検診受診券(19～39歳の方) <input type="checkbox"/> 自己負担金*



受診券



尿検査



大腸がん検診

※事前に容器を受取、採便した容器を持参

*70歳以上は無料。詳細は1ページ。

◎65歳以上の方は、『高齢者社会参加ポイントカード』を持参ください。1人年1回に限り500ポイント付与します。

採尿

●健診会場で採尿することもできます。●中間尿とは、始めと終わりの尿はトイレに捨て、間の尿を採ることです。



容器を広げコップ状にし、当日の朝一番の中間尿を採る。



スポイトを強く押し、尿を吸い取る。



尿をスポイトの線まで入れ、袋に入れて持参する。

採便

●提出日の10日前から便を採ることができます。
●採便後は冷暗所で保存します。

2日分の便をとります

便についたわずかな血を調べるため、採便棒で便の表面をまんべんなくこすります。



▼ 採尿・採便容器は下記施設にて事前にお受け取りください ▼

施設名	開館日	時間	施設名	開館日	時間
三春町役場保健福祉課	月～金	午前8時30分～午後5時15分	岩江センター	火・水・金	午前9時30分～午後4時30分
沢石会館	火・水・木	午前9時30分～午後4時30分	中妻地区公民館	火・木・土	午前9時00分～午後4時30分
要田交流館大平荘	火・水・土	午前8時30分～午後4時00分	中郷地区交流館	火・水・木	午前8時00分～午後5時00分
御木沢地区公民館	火・木・土	午前9時30分～午後4時30分	三春町保健センター	月・水・金	午前9時30分～午後4時00分

各種受診券の送付時期について

4月中	けんしん受診券、子宮がん検診受診券、子宮がん検診無料クーポン(20歳・21歳の方)、乳がん検診受診券、乳がん検診無料クーポン(40歳・41歳の方)、大腸がん検診無料クーポン(40歳・41歳の方)、胃がんリスク検診受診券(19～39歳の方)
5月上～中旬	胃がん検診受診券

※上記時期を1週間以上過ぎても届かない場合、保健福祉課へお問い合わせください。

子宮がん、乳がん、骨粗しょう症検診

けんしんの種類	持参品
子宮がん検診	<input type="checkbox"/> スカートまたは腰に巻くバスタオル <input type="checkbox"/> 自己負担金（該当者のみ） <input type="checkbox"/> 子宮がん検診受診券（横型のめくれるハガキ） <input type="checkbox"/> 子宮がん検診無料クーポン（20歳・21歳の方）
乳がん検診	<input type="checkbox"/> バスタオル <input type="checkbox"/> 自己負担金（該当者のみ） <input type="checkbox"/> 乳がん検診受診券（たて型のめくれるハガキ） <input type="checkbox"/> 乳がん検診無料クーポン（40歳・41歳の方）

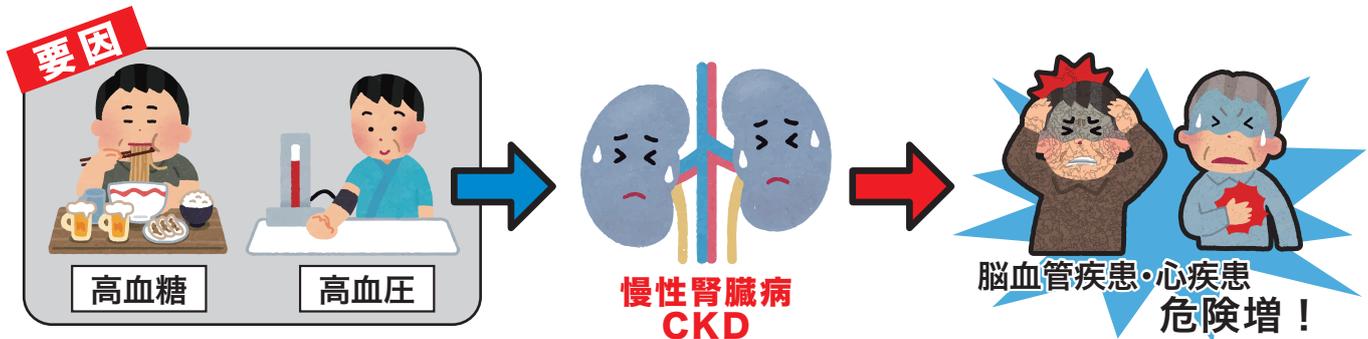
* 子宮がん・乳がん検診を前年度未受診の場合は、今年度受けることができます。受診券の発行については5ページ下部をご確認ください。
 * 骨粗しょう症検診は予約不要です。持参品もありません。

こまりん●けんしんこぼれ話

あなたの腎臓 大丈夫？



腎臓は「沈黙の臓器」とも言われ、初期段階では自覚症状がほとんどなく、高血糖で大きなダメージを受けると回復することができません。検査して初めてわかる場合が多いため、定期的な検査で腎機能の状態を確認することが大切です。



腎機能の健診項目

クレアチニン

eGFR

尿蛋白

尿潜血

アルブミン

アルブミン検査(尿検査)を 実施しています

前年度の集団健診で血糖値が高かった方(要医療レベル)の、腎臓の傷み具合を確認する、人工透析への悪化予防のための大切な検査です。

特定保健指導実施中!

健診の結果、脳梗塞や心筋梗塞などの発症リスクが高い方に、生活習慣病の改善を目的に保健師から個別に連絡をする場合があります。

施設 健康診査、がん検診等

施設けんしんの流れ

1 予約

直接医療機関に予約します。書類の提出・事前問診等は医療機関の指示に従ってください。予約受付期間が医療機関毎に異なります。詳細は次頁の表をご確認ください。

2 受診

必要書類等(下記一覽)を持参し、受診します。

3 受診後

結果は約1か月後に、医療機関よりお知らせします。

けんしんの種類	持参品
健康診査 (特定健診 後期高齢者健診)	<input type="checkbox"/> けんしん受診券 <input type="checkbox"/> マイナ保険証等(★) 以下のうちのいずれか <ul style="list-style-type: none"> ●健康保険証利用登録済みのマイナンバーカード ●資格確認書
肺がん検診	<input type="checkbox"/> けんしん受診券 ※または集団けんしんで一部受診済の方は検診録(保健福祉課で発行) <input type="checkbox"/> マイナ保険証等(★参照) <input type="checkbox"/> 自己負担金*
大腸がん検診	<input type="checkbox"/> けんしん受診券 ※または集団けんしんで一部受診済の方は検診録(保健福祉課で発行) <input type="checkbox"/> マイナ保険証等(★参照) <input type="checkbox"/> 便検査容器(医療機関から事前にお受け取りください) <input type="checkbox"/> 大腸がん検診無料クーポン(40歳・41歳の方) <input type="checkbox"/> 自己負担金*
胃がん検診 (内視鏡)	<input type="checkbox"/> 胃がん検診受診券(青色のハガキ) <input type="checkbox"/> マイナ保険証等(★参照) <input type="checkbox"/> 自己負担金*
胃がんリスク検診	<input type="checkbox"/> リスク検診受診券(白色のハガキ) ※ご希望の方は、右記のQRからお申込みください <input type="checkbox"/> 自己負担金*
子宮がん検診	<input type="checkbox"/> 子宮がん検診受診券(横型のめくれるハガキ) <input type="checkbox"/> マイナ保険証等(★参照) <input type="checkbox"/> 自己負担金*
乳がん検診	<input type="checkbox"/> 乳がん検診受診券(たて型のめくれるハガキ) <input type="checkbox"/> マイナ保険証等(★参照) <input type="checkbox"/> 自己負担金*



受診券



リスク検診
受診券申請フォーム▶



*70歳以上は無料。詳細は1ページ。

高齢者社会参加ポイントカードをお持ちの方

65歳以上の方は、健康診査結果などのけんしんを受けたことがわかる書類をお持ちの上、『高齢者社会参加ポイントカード』を保健福祉課へ持参ください。1人年1回に限り500ポイント付与します。

前年度未受診者用 各種がん検診受診券申し込みフォーム

5月7日から
受付開始▶



※胃がん・子宮がん・乳がんの各検診を令和7年度に未受診の方は、今年度受診可能です。

右のQRまたは電話にて、「受診券」をお申し込みください。発送には7~10日程、お時間をいただきます。

お急ぎの方は、保健福祉課窓口へ直接お越しください。

施設

実施期間、実施医療機関

実施期間：**6月1日から12月28日まで**

※予約開始時期については、各医療機関ごとに異なりますのでご確認ください。

鼻：経鼻内視鏡 □：経口内視鏡

	医療機関名	電話番号	住所	予約開始目安	健康診査	胃がんリスク	がん検診						
							胃カメラ		肺	大腸	子宮	乳	
							鼻	口					
三 春 町 内	なごみファミリークリニック ※月、火、木、土 午前のみ	62-2473	熊耳字上荒井199-1	6/1~	○	○		○	○	○			
	石川医院	62-2630	中町1-1	6/1~	○	○			○	○			
	のざわ内科クリニック ※来院での予約必須	61-1500 (電話予約無)	貝山字岩田86-2	6/1~	○	○	○	○	○	○			
	雷クリニック ※完全予約制	62-6333	担橋2-1-2	5/1~	○	○	○	○	○	○			
	春山医院 ※月、火、木、金のみ	62-3239	荒町138	5/11~	○	○				○			
	せんざき医院	61-2777	大町32	6/1~	○	○	○	○	○	○			
郡 山 市	あべウイメンズクリニック	024-923-4188	富久山町久保田字伊賀河原6-1									○	
	太田熱海病院	024-984-0088	熱海町熱海5丁目240	※								○	
	太田西ノ内病院	024-925-1188	西ノ内2丁目5-20	各								○	
	岡崎バースクリニック	024-945-8080	安積2丁目335	医								○	
	かつこウィメンズクリニック	024-922-1155	本町2-11-5	療								○	
	桜井産婦人科医院	024-932-1637	虎丸町23-18	機								○	
	寿泉堂クリニック	024-939-4616	駅前1丁目5-7	関								○	○
	坪井病院	024-946-0808	安積町長久保1丁目10-13	に								○	
	総合南東北病院(予防医学研究センター)	0120-39-5611	八山田7丁目115	直								○	○
	たなかレディースクリニック	024-952-7234	御前南5丁目28	接								○	
	塚原産婦人科・内科・外科医院	024-922-5789	桑野2丁目34-12	ご								○	
	トータルヘルスクリニック	024-927-0305	山崎171	確								○	
	ひさこファミリークリニック	024-952-4415	中ノ目1丁目26-2	認								○	
	美術館通りクリニック	024-956-0303	字下館野23-4	く								○	
	ヘルスプロおおまち(星総合病院健診センター)	024-983-5516	大町2-1-16	だ								○	○
すずきレディースクリニック	024-954-3200	八山田5丁目23	さい								○		
郡山市医療介護病院	024-934-1240	上亀田1-1	※									○	

※実施医療機関が変更になる場合もあります。事前に医療機関へご確認ください。

※11月以降は予約が困難な場合があります。予約はお早めに！

健診は1人年1回受診できます

2回目以降は全額自己負担となります。受診券紛失による再発行時等、健診受診の有無について確認にお時間をいただく場合がありますので、あらかじめご了承ください。

町外で肺がん、大腸がん、胃がん検診を受診希望の方

肺がん、大腸がん、胃がん(内視鏡)検診は、上記以外に田村市、小野町の医療機関で実施しているところがありますので、ご希望の方は保健福祉課までご連絡ください。

なお、別途検診録が必要となりますので、事前に保健福祉課窓口へ受け取りに来てください。

集団

けんしん日程、予約方法

総合集団けんしんは完全予約制です

予約開始日、予約方法など下記をご確認の上、ご自身で予約を行ってください。

電話予約開始日は大変混み合い、電話が非常につながりにくい状況となります。時間をあけてお電話ください。



▼あなたのけんしん予約コードはこちら▼

00000000000



予約の際は、
受診券に記載の
『けんしん予約コード』
(0からはじまる11桁の数字)
をご確認ください。

Web予約

受付期間 **4/24金 ~ 5/15金**




<https://logoform.jp/f/heBmQ>

24時間受付

※4/24は午前8:00～開始

電話予約

受付期間 **5/12火 ~ 5/15金**



0120-089-489

予約専用
ダイヤル **9:00 ~ 17:00 受付**

※電話とWebの予約枠を別々に設けています

総合集団けんしん日程

予約時間 **8:00 ~ 11:00**

実施日	会場	対象地区
6/15 月	保健センター	北町、八島台
6/16 火	岩江センター	下舞木1区、3区、
6/17 水		下舞木2区、4区
6/18 木		山田、上舞木
6/19 金	沢石会館	青石、実沢、富沢
6/22 月	保健センター	中郷
6/24 水		八幡町、荒町、新町
★6/25 木		大町、中町、中妻
★6/26 金		熊耳、南成田、北成田、庄司
6/28 日		全地区
6/29 月		御木沢、元町、栄町、深田和

★乳がん検診同時受診可能日 ※対象地区以外の日程でも予約できます

婦人科 集団けんしん日程

実施日	会場	予約時間
子宮頸がん・骨粗しょう症検診		
6/9 火	岩江センター	午前 8:30 ~ 午前 10:00
7/5 日	交流館まほら	午前 8:30 ~ 午後 2:00
乳がん検診		
6/9 火	保健センター	午後 1:30 ~ 午後 2:30
7/2 木		午前 9:00 ~ 午後 2:00
乳がん検診 同時受診 総合集団けんしんと同時受診可		
6/25 木	保健センター	(総合集団けんしんの 受診が必要です)
6/26 金		
婦人科セット検診 乳がん・子宮頸がん・骨粗しょう症検診 同日受診可		
6/9 火	岩江センター	午前 8:30 ~ 午前 10:00
7/5 日	交流館まほら	午前 8:30 ~ 午後 2:00

※日曜実施日は予約が集中します。ご希望の方は早めの予約をご検討ください。

※災害等により健診日程が変更となる場合があります。その際は防災無線やホームページ等でお知らせいたしますので、あらかじめご了承ください。

集団けんしん会場所在地

三春町保健センター	三春町字南町26-1	沢石会館	三春町大字実沢字榎梨215-5
三春交流館まほら	三春町字大町191	岩江センター(岩江小となり)	三春町下舞木岩本278-1