

# 妙高市健康診査のご案内

## ◆ 市が行う健(検)診項目 ◆

### 市民・特定健診



血液検査



血圧測定



身体測定



尿検査



心電図



眼底検査



診察・問診

### がん検診など

大腸がん・胃がん・肺がん・前立腺がん・乳がん・子宮頸がん検診  
ピロリ菌検査，肝炎ウイルス検査，骨粗しょう症検診，成人・後期高齢者歯科検診

## ◆ 集団健診 受診までの流れ ◆

事前  
確認

市民・特定健診は、年齢と加入している医療保険によって受診方法が異なります。

➡ 3ページへ

### 1 昨年度に市の健(検)診を受けたかた

**申込不要です。**市から、昨年度の受診歴に基づいた案内が4月下旬ごろ届きます。  
日時変更、検診項目の変更・追加などが必要な場合は、下記に沿ってお申込みください。

※特定健診(40～74歳)のうち、国民健康保険以外の保険に加入のかたには、市から特定健診の案内は届きません。加入している医療保険者へお問い合わせください。

### 2 昨年度に市の健(検)診を受けていないかた、レディース検診希望のかた

**申込が必要です。**下記に沿って、お申込みください。

### 1 受きたい健(検)診項目を選ぶ

➡ 4～5ページへ

### 2 日程を選ぶ

➡ 6～7ページへ

### 3 インターネットまたは電話で申し込む

#### 1 インターネット予約



(24時間受付中)

予約開始  
4月22日(月)  
8時30分～

#### 2 電話予約

上越医師会 事業課

☎025-521-0507

(受付時間:平日9～16時)

予約開始  
5月7日(火)  
9時00分～

### 4 受診する(健診料金を確認してください)

➡ 9ページへ

- 健(検)診日の**約3週間前**に、市から個人記録票などを送付します。
- 市民税非課税世帯のかた**で料金免除を希望するかたは、受診日の**1週間前まで**に、市役所または支所に申請書を提出してください。

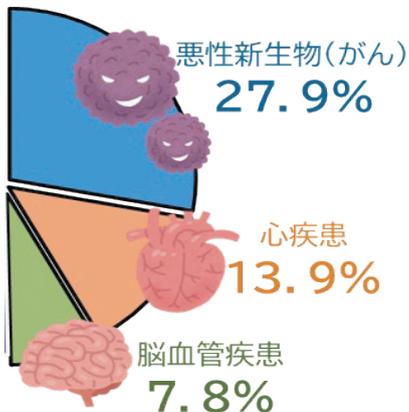
# 健診・がん検診

1年に1回



## を受けてからだの状態チェック!

### 妙高市の死亡原因(R3)



## 妙高市の死因の上位を生活習慣病が占めています。

がん、心疾患、脳血管疾患などの生活習慣病が、妙高市の死因の約5割を占めています。

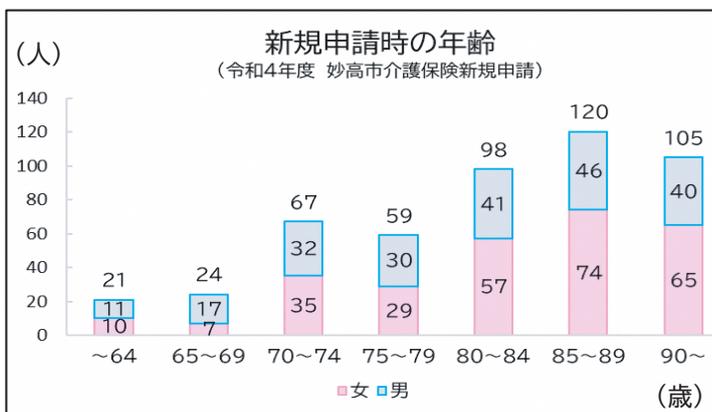
生活習慣病は、『自分は健康だ』と以为っていても、知らず知らずのうちに進行してしまう病気です。

1年に1回は、健診・がん検診を受けて、自分のからだの状態を確認しましょう。

介護が必要になる年齢は、『85～89歳』が多く、介護申請のきっかけは、『1位:筋力低下、2位:認知症、3位:骨折』の順です。

また、妙高市では40～65歳の働き盛りで『脳血管疾患』の発症を理由に、要介護になる人が多いです。

背景には、高血圧・高血糖・脂質異常や、健診未受診などがあり、若い頃からの生活習慣だけで、皆さんの『健康寿命』が変わります。



～自分の健康は自分で守り、つくる～

### 健康相談会のご案内

市民のかたは、どなたでも利用できる健康相談会を実施します。個別に、栄養士・保健師がご相談に応じます。生涯にわたり元気にいきいきと過ごすために、ぜひこの機会をご利用ください。

日程	申込受付開始日	時間帯	会場
5月22日(水)	5月13日(月)～	9:00～12:00 ※完全予約制 ※相談時間 おひとり30分程度	妙高市役所 4階 401会議室
10月9日(水)	9月30日(月)～		
10月30日(水)	10月21日(月)～		
11月20日(水)	11月11日(月)～		
12月18日(水)	12月9日(月)～		
1月29日(水)	1月20日(月)～		
2月19日(水)	2月10日(月)～		

お申込み  
お問い合わせ先

健康保険課  
☎74-0013

からだのこと  
食事のこと



事前  
確認

# 市民健診・特定健診は、年齢と加入している医療保険によって受診方法が異なります

16～39歳のかた  
(昭和60年4月1日～平成21年3月31日生まれのかた)

職場や学校などで健診の機会がありますか？

はい

いいえ

職場や学校などで受診してください。

## 市民健診 (市が実施)

令和5年度に市の集団健診を受けたかたに、「集団健診日時のご案内」を発送します。案内に従って受診してください。

令和5年度に市の集団健診を受けていないかたは、申込みが必要です。1ページをご覧ください。

40～73歳及び  
受診当日74歳のかた

受診日現在の医療保険は？

妙高市  
国民健康保険  
(国保)

左記以外の  
医療保険  
協会けんぽ、  
健康保険組合など

ご加入の医療保険者へお問い合わせください。

## 特定健診 (妙高市国民健康保険が実施)

令和5年度に市の集団健診を受けたかたに、「集団健診日時のご案内」を発送します。案内に従って受診してください。

令和5年度に市の集団健診を受けていないかたや、年度途中で国民健康保険に加入し、市の健診を希望するかたは、申込みが必要です。1ページをご覧ください。

受診当日  
75歳以上のかた

高血圧、糖尿病などの生活習慣病で医療機関を受診中ですか？

はい

いいえ

定期的に医療機関を受診しているかたは、健康診査の受診について、医師と相談して決めてください。

## 市民健診 (市が実施)

令和5年度に市の集団健診を受けたかたに、「集団健診日時のご案内」を発送します。案内に従って受診してください。

令和5年度に市の集団健診を受けていないかたは、申込みが必要です。1ページをご覧ください。

※40～74歳の国民健康保険加入者でかかりつけ医に定期的に受診しているかたは、「特定健康診査受診券」、「質問票」をかかりつけ医に提出していただくと、医療機関から市に健診結果が通知されます。個人負担はありません。一部受付していない医療機関がありますので、詳しくは健康保険課国保・医療年金グループ(☎74-0014)へお問い合わせください。

妙高市国民健康保険加入者の



2人に1人は特定健康診査を受診しています！

みんなで年に1回、健診を受けましょう

受診方法についての詳細は1ページをご覧ください



# 1 受きたい健（検）診項目を選ぶ

## 市民健診・特定健診、その他の健（検）診

健診の種類	対象者 (令和7年3月31日 現在の年齢)	内容
市民健診	16～39歳のかた 受診当日75歳以上のかた	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 問診、身体測定、血圧測定、心電図検査、眼底検査、尿検査、血液検査(脂質、肝機能、腎機能、血糖、貧血、血清尿酸)をします。</li> </ul>
特定健診	40～74歳のかた (74歳は受診当日の年齢) ※妙高市国民健康保険加入者	
ピロリ菌検査	20～65歳のかた	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 血液検査をします。</li> <li>※ 次のいずれかに該当するかたは市のピロリ菌検査を受けることができません。               <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 過去に市のピロリ菌検査を受けたことがある</li> <li>・ 食道、胃、十二指腸の病気で治療中である</li> <li>・ 胃の手術を受けたことがある</li> <li>・ ピロリ菌除菌治療を受けたことがある</li> </ul> </li> </ul>
肝炎ウイルス検診	①40歳のかた ②41歳以上で過去に肝炎検査を受けたことがないかた	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 血液検査をします。</li> </ul>
骨粗しょう症検診	①40・45・50・55・60・65・70歳の女性  ②74歳までのかたのうち、R2～5年度のいずれかの骨粗しょう症検診で要指導判定だったかた	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ かかとの骨に超音波をあてて、骨密度を測定します。骨粗しょう症検診は、5年に1度の検診です。今年度対象のかたは、ぜひ検診をお受けください。</li> </ul> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 10px; padding: 5px; margin-top: 10px; background-color: #e0f0e0;"> <p>55・60・65歳のかた(令和7年3月31日現在)は、<b>無料</b>です。対象のかたには後日詳しいご案内を送付します。</p> </div>

## がん検診

乳がん検診	40歳以上の女性	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ マンモグラフィ撮影(乳房X線検査)をします。</li> <li>※ 次のいずれかに該当するかたは市の乳がん検診を受けることができません。               <ul style="list-style-type: none"> <li>・ グルコースモニタリングシステム(装着型血糖測定器)、インスリンポンプを装着しており、取り外しができない</li> <li>・ 6か月以内のけがや手術で胸部に傷口がある</li> <li>・ 撮影時の姿勢が保てない</li> </ul> </li> <li>※ 妊娠中又は妊娠の可能性のあるかた、授乳中のかた、卒乳後6か月を経過していないかた、豊胸手術を受けたかた(ヒアルロン酸注入、脂肪注入、生理食塩水バッグを含む)、胸部にシャントを挿入しているかた、心臓ペースメーカーを装着しているかた、皮下埋め込み型ポートを使用しているかたは、医療機関にご相談ください。また、しこりや分泌物が出るなど自覚症状のあるかたは、医療機関を受診してください。</li> </ul>
子宮頸がん検診	20歳以上の女性	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 内診台で医師が子宮頸部の状態などを確認します。</li> <li>■ 子宮頸部の細胞をブラシで取り、細胞を顕微鏡で調べます。</li> <li>※ 生理中の受診はご遠慮ください。</li> <li>※ 妊娠中又は妊娠の可能性のあるかた、子宮全摘手術を受けているかたは、医療機関で検診をお受けください。</li> </ul>

令和7年4月1日現在で、**21歳**のかたは子宮頸がん検診、**41歳**のかたは乳がん検診の検診料金が**無料**になります。対象のかたには、後日詳しいご案内を送付します。

検診の種類	対象者 (令和7年3月31日現在の年齢)	内容
大腸がん検診	40歳以上のかた	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 検便検査(便潜血検査)をします。自宅で2日分の便をとり、検診会場または市役所・各支所に提出してください。</li> </ul>
胃がん検診	40歳以上のかた	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ バリウム(造影剤)を飲んでX線撮影をします。</li> <li>■ 検査前は食事をとらずに胃の中を空にして検査します。</li> <li>※ 次のいずれかに該当するかたは市の胃がん検診を受けることができません。 <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 妊娠中又は妊娠の可能性がある</li> <li>・ 心臓ペースメーカーなどの埋め込み型機器を装着している</li> <li>・ 腸閉塞の既往歴がある</li> <li>・ バリウムで、じんましん、息苦しさなどの症状が出たことがある</li> <li>・ 胃をすべて切除している</li> <li>・ バリウムを誤嚥した(気管や肺に入った)ことがある</li> <li>・ 憩室炎の治療中</li> <li>・ 過去1年以内に開腹手術や整形外科の手術を受けた</li> <li>・ 過去1年以内に心筋梗塞や脳梗塞等を発症した</li> <li>・ 過去2か月以内に胃・大腸ポリープを切除した</li> <li>・ 透析や心臓疾患のため、水分摂取を制限されている</li> <li>・ 撮影台で寝返りや体位変換ができない</li> <li>・ 飲食物の飲み込みが悪く、むせやすい</li> <li>・ 体重が135kgを超えるかた(機器の重量制限のため)</li> <li>・ 検診直前の血圧が180/110mmHg以上</li> <li>・ 胃・十二指腸・大腸など消化管の治療中又は経過観察中</li> <li>・ 検査前72時間排便がない</li> <li>・ メニエール病の既往がある</li> <li>・ 1年以内にてんかん発作があった</li> <li>・ グルコースモニタリングシステム(装着型血糖測定器)、インスリンポンプを装着しており、取り外しができない</li> <li>・ 人工透析をしている</li> <li>・ 在宅酸素療法をしている</li> <li>・ 人工肛門を増設している</li> <li>・ 消化管の穿孔(穴が開いた)で治療を受けたことがある</li> <li>・ 治療していない鼠経ヘルニアがある</li> <li>・ 糖尿病治療中で、健診当日に食事をしないで糖尿病の薬(インスリン注射)を服用(使用)した</li> </ul> </li> </ul> <div style="border: 1px solid black; background-color: #ffffcc; padding: 5px; margin-top: 10px;">       左記以外でも、当日の体調・問診により検査を中止していただく場合がありますので、ご了承ください。     </div>
肺がん検診 (結核検診)	40歳以上のかた	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 胸のX線写真を撮ります(胸部X線検査)。</li> <li>※ 次のいずれかに該当するかたは市の肺がん検診を受診できません。 <ul style="list-style-type: none"> <li>・ グルコースモニタリングシステム(装着型血糖測定器)、インスリンポンプを装着しており、取り外しができない</li> <li>・ 妊娠中又は妊娠の可能性がある</li> </ul> </li> <li>■ 65歳以上のかたは、結核検診として年1回の胸部X線検査が義務づけられています。また、80歳以上で結核にかかるかたが近年増えています。検査予定がないかたは、市の検診をお受けください。</li> <li>次のかたは、喀痰細胞診も実施しています。</li> <li>■ 胸部X線検査を受けた50歳以上で、1日あたりの喫煙本数×喫煙年数が600以上のかた、または40歳以上で重クロム酸・石綿などを取り扱ったことのあるかた。→検診当日に容器を配布し、後日提出していただきます。</li> </ul>
前立腺がん検診	50歳以上の男性	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 血液検査をします。</li> </ul>



## 成人・後期高齢者歯科検診のお知らせ



令和7年4月1日現在で、**20・30・40・50・60・70歳**の節目年齢のかた、**76・80歳**のかたを対象に、歯科医院でお得に受けられる歯科検診を実施しています。**対象のかたには、後日詳しいご案内と受診券を送付します。**この機会にぜひ検診をお受けください。

## 2 日程を選ぶ

### 集団健診で受けられる内容

市民・特定健診、  
がん検診(胃・大腸・肺・前立腺)、  
ピロリ菌検査、肝炎ウイルス検診

### 日程表の見かた

健診日ごとに、○がついている健(検)診内容を同日に受けることができます。  
各健(検)診毎に定員がありますので、ご希望に添えない場合もございます。ご了承ください。

健診日(曜日)	受付時間	会場	集団健診	レディース検診			託児	送迎バス	対象地区(予定)
				子宮	乳	骨			
6月27日(木)	8:45-11:15	妙高ふれあいパーク	○	-	○	-	-	○	小野沢、関山横町・仲町・新栄町・中央町
	13:00-15:00		○	○	○	-	-	○	北沢、関山寿町・末広町、関温泉、燕温泉、葎生
6月28日(金)	8:45-11:15	妙高ふれあいパーク	○	-	-	-	-	○	妙高原通(上中村新田、高峯、葎生除く)、大鹿、土路、樽本
	13:00-15:00		○	-	-	-	-	○	東町、坂口新田、大洞原、大谷、大久保、桶海、上中村新田、高峯、住吉
7月25日(木)	8:45-11:15	妙高健診室	○	○	○	○	①	○	柳井田、除戸
	13:00-15:00		○	○	○	○	-	○	藤塚新田、小丸山新田、長森、猪野山
7月26日(金)	8:45-11:15	妙高健診室	○	-	-	-	②	○	栗原、楡島、東関、猿橋、長沢原、長沢
	13:00-15:00		○	-	-	-	-	○	上四ツ屋、五日市、四新田、梨木
7月29日(月)	8:45-11:15	妙高健診室	○	-	-	-	-	○	姫川原中組・上村・横見世・団地・北団地・麻芋田・江ノ口・久保田・宮ノ前
	13:00-15:00		○	-	-	-	-	○	姫川原下組・坂井平、中宿、上百々
7月30日(火)	8:45-11:15	妙高健診室	○	-	-	-	-	○	十日市、乙吉、佐川、籠町、神宮寺、青田
	13:00-15:00		○	-	-	-	-	○	川上、吉木
7月31日(水)	8:45-11:15	妙高健診室	○	-	-	-	-	○	飛田、南葉町、飛田新田、岡崎新田、宮内、雪森
	13:00-15:00		○	-	-	-	-	○	上新保、西条、北条
8月1日(木)	8:45-11:15	妙高健診室	○	-	○	○	-	○	窪、両善寺、西野谷、三ツ俣、広島
	13:00-15:00		○	-	○	○	-	○	新井新田、菅沼、西菅沼新田、東志、三本木新田、畦地、上中、志
8月2日(金)	8:45-11:15	妙高健診室	○	○	○	○	-	○	国賀、月岡第一、上堀之内、泉地区、水原地区
	13:00-15:00		○	○	○	○	-	○	月岡第二、平丸地区、小原、大原、大沢
8月5日(月)	8:45-11:15	妙高健診室	○	-	-	-	③	○	渋江町、美守第二、諏訪町第二
	13:00-15:00		○	-	-	-	-	○	栄町、元町、東雲町、横町
8月6日(火)	8:45-11:15	妙高健診室	○	-	-	-	-	○	上町、中町、下町、朝日町
	13:00-15:00		○	-	-	-	-	○	<b>《障がいのあるかたの健診日》</b>
8月19日(月)	8:45-11:15	妙高高原メッセ	○	-	-	-	-	○	田口第二、田切、新赤倉温泉第三・第四、赤倉温泉
	13:00-15:00		○	-	-	-	-	○	毛祝坂、新赤倉温泉第一・第二、東赤倉、池の平温泉第一・第二・第三
8月20日(火)	8:45-11:15	妙高高原メッセ	○	-	○	-	-	-	妙高温泉、田口役場前通り・田口第一・田口駅前、兼俣、蔵々
	13:00-15:00		○	○	○	-	-	-	田口第三、田口本田上町・下町、田口新田第一・第二、田口豊橋、田口うぐいす町、ピレッジハウス妙高高原、田口北第一・第二
8月21日(水)	8:45-11:15	妙高高原メッセ	○	-	-	-	-	-	関川、二俣
	13:00-15:00		○	-	-	-	-	○	杉野沢、池の平温泉第四・第五、斑尾
9月24日(火)	8:45-11:15	妙高健診室	○	-	-	-	-	○	田町、石塚、学校町団地
	13:00-15:00		○	-	-	-	-	○	学校町第一・第二、末広町

## 託児室を開設します

表中①～⑤の日程で託児室を設置します。利用されるかたは、事前申込みが必要です。

- ▶ 会場 和田コミュニティセンター(栗原4-4-10 新井北小学校横)
- ▶ 申込先 妙高市健康保険課 ☎0255-74-0013
- ▶ 申込締切 ①②:7月11日(木) ③:7月22日(月) ④⑤:9月13日(金)

※申込者がいない場合は開設しません。必ず期日までに事前申込みをお願いします。



健診日(曜日)	受付時間	会場	集団健診	レディース検診			託児	送迎バス	対象地区(予定)
				子宮	乳	骨			
9月25日(水)	8:45-11:15	妙高健診室	○	○	○	○	-	○	本田北部・南部、経塚町、広田町
	13:00-15:00		○	○	○	○	-	○	錦町、大崎、中川、中川住宅、関川町
9月26日(木)	8:45-11:15	妙高健診室	○	○	○	○	-	○	白山町北部・第一・第四
	13:00-15:00		○	○	○	○	-	○	白山町第五、中央町
9月27日(金)	8:45-11:15	妙高健診室	○	○	○	○	④	○	白山町第二・第三、高柳一丁目・二丁目
	13:00-15:00		○	○	○	○	-	○	美守第一、ビレッジハウスひだのもり、諏訪町第一、高柳団地、グリーン・ガーデン
9月30日(月)	8:45-11:15	妙高健診室	○	-	○	○	⑤	-	市内全域
	13:00-15:00		○	-	○	○	-	-	市内全域
10月21日(月)	8:45-11:15	妙高健診室	○	-	-	-	-	-	市内全域
	13:00-15:00		○	-	-	-	-	-	市内全域
10月22日(火)	8:45-11:15	妙高健診室	○	○	○	○	-	-	市内全域
	13:00-15:00		○	○	○	○	-	-	市内全域
10月23日(水)	8:45-11:15	妙高健診室	○	○	○	○	-	-	市内全域
	13:00-15:00		○	○	○	○	-	-	市内全域
11月29日(金)	8:45-11:15	妙高健診室	○	○	○	○	-	-	市内全域
	13:00-15:00		○	○	○	○	-	-	市内全域
11月30日(土)	8:45-11:15	妙高健診室	○	○	○	○	-	-	市内全域
	13:00-15:00		○	○	○	○	-	-	市内全域
12月2日(月)	8:45-11:15	妙高健診室	○	○	○	○	-	-	市内全域
	13:00-15:00		○	○	○	○	-	-	市内全域
12月23日(月)	8:45-11:15	妙高健診室	○	-	○	○	-	-	おさらい健診(未受診者再実施日)
	13:00-15:00		○	-	○	○	-	-	おさらい健診(未受診者再実施日)
12月24日(火)	8:45-11:15	妙高健診室	○	-	○	○	-	-	おさらい健診(未受診者再実施日)
	13:00-15:00		○	-	○	○	-	-	おさらい健診(未受診者再実施日)

## 集団健診会場のご案内

- ▶ 新井会場 …妙高健診室(新井ショッピングセンター別館)  
【妙高市栗原4-7-11】
- ▶ 妙高会場 …妙高ふれあいパーク【妙高市米島新田61】
- ▶ 妙高高原会場…妙高高原メッセ【妙高市田口33】

表中の「送迎バス」に○の付く日にバスを運行します。詳しくは、個人記録票と一緒に送付するバス時刻表をご覧ください。



# 大腸がん検診

妙高市は、**大腸がんによる死亡率が、県平均よりも高い**傾向にあります。  
大腸がんは、早く見つければ90%が治癒します。早期発見のために、定期的な検診が大切です。

## 検査のための3ステップ

### ① 申込み

令和4年度または5年度に大腸がん検診を受診していないかたは、申込みが必要です。

申込み先 ▶ 市役所健康保険課 電話:74-0013 有線:2-3371

### ② 2日分の便をとる

2日分続けてとれないかたは  
1本ずつの提出でもOK!



### ③ 提出する

提出先 ▶

- ① 集団健診会場 ※集団健診実施日に限る
- ② 市役所健康保険課・妙高支所・妙高高原支所  
※②は開庁時、令和7年2月28日まで受付  
(祝日、12/27~1/3を除く)



# 骨粗しょう症検診

40・45・50・55・60・65・70歳の女性のみなさま、  
骨粗しょう症検診の対象です。



40歳を過ぎたら、5年に1回骨粗しょう症検診を！  
自分の骨量を知ることが、骨粗しょう症の予防につながります。

- 若い頃に比べて食事量が減った
- 牛乳、乳製品をほとんどとらない
- 感染症予防のために家で過ごすことが多くなった
- 普段から体を動かすことが好きではない

ひとつでもあてはまるあなたは、  
骨粗しょう症になりやすい  
かも…!?



検診を受けるかたは申込みが必要です。

6, 7ページで日程をご確認の上、インターネットまたは電話(1ページ)でお申込みください。

# 子宮頸がん施設検診

- 子宮頸がん検診は医療機関でも受けられます。検診は通年実施していますが、**診療時間や予約の有無などの詳細については、受診する前に必ず電話や医療機関のホームページなどでご確認ください。**
- 事前にお渡しする書類はありません。
- 市の検診会場で子宮頸がん検診を受けたかたは、施設検診を受診できません。

市内受入医療機関	電話番号	住所
愛クリニック	72-4103	美守1-12-9
けいなん総合病院	72-3161	田町2-4-7



市ホームページ  
はこちらから↓



※上越市内の受入医療機関については、市ホームページまたは健康保険課(☎74-0013)にお問い合わせください。

# 健(検)診の料金

■健康診査は、年齢や加入している医療保険により、対象となる健診が異なります。

詳細は4ページをご覧ください。

■料金の支払い方法は、**現金のみ**です。

※市民健診・特定健診については、健診受診当日に75歳以上のかたは料金が無料になります。

年齢：令和7年3月31日現在

健(検)診の種類		16-39歳	40-49歳	50-64歳	65-69歳	70-74歳	75歳以上
健康診査	市民健診	2,300円	-				無料※
	特定健診	-	2,300円			750円	-
がん検診	大腸がん	-	600円			200円	無料
	胃がん	-	1,600円			550円	無料
	肺がん (胸部X線検査)	-	550円		150円	50円	無料
	肺がん (喀痰細胞診)	-	950円			300円	無料
	前立腺がん	-		700円		250円	無料
	乳がん	-	1,750円	1,000円		350円	無料
	子宮頸がん ※20歳から 対象	集団	1,300円				450円
施設		2,450円				800円	無料
その他	ピロリ菌検査	2,200円 (20~65歳)			-		
	肝炎ウイルス検診	-	750円			250円	無料
	骨粗しょう症検診	-	40・45・50歳：500円 55・60・65歳：無料			150円 (70歳)	-
		-	1,650円 (R2~5年度のいずれかの骨粗しょう症検診で要指導判定だったかた)				

以下に該当するかたは各種健(検)診の料金が無料になります

■市民税非課税世帯のかた(世帯の全員が非課税の場合に対象となります)

→**健(検)診日の1週間前までに、市役所健康保険課または各支所で申請書を提出してください。**

申請後、料金免除決定通知書を6月中旬以降、順次郵送いたします。

健(検)診当日に料金確認のため通知書を確認させていただきますので、忘れずにご持参ください。

なお、**健診会場における当日申請は受付できません。**必ず事前に申請してください。

11ページの「健診料金免除申請書」をご活用ください

■生活保護世帯のかた、中国残留邦人等世帯のかた

→事前申請は必要ありません。健(検)診当日に、被保護者証明書(生活保護世帯のかた)または本人確認証(中国残留邦人等世帯のかた)をご持参ください。

■身体障害者手帳1~3級、療育手帳A、精神障害者保健福祉手帳1~2級をお持ちのかた

→事前申請は必要ありません。健(検)診当日に、手帳をご持参ください。

# 国保人間ドック助成

国保人間ドック助成券を提出して指定受診機関で受診した人間ドックについて、検査料金のうち15,000円(年度中に75歳になるかたは10,000円)を助成します。

コース	検査料金	自己負担額(窓口支払額)
1日 人間ドック	40,000円程度	25,000円程度(75歳:30,000円程度) 年齢:令和7年3月31日現在

指定受診機関名	所在地	電話番号	送迎
けいなん総合病院	妙高市田町	0255-72-3161	×
上越地域総合健康管理センター 妙高健診室	妙高市栗原	025-521-0521	×
新潟県健康管理協会 健康会館	新潟市中央区新光町	025-245-4455	○(10名以上)
新潟県労働衛生医学協会 県央健診スクエア	三条市上須頃	0256-78-8212	○(5名以上)
新潟県けんこう財団 長岡健康管理センター	長岡市千秋	0258-28-3555	×

## ◆助成対象の期間

助成決定後、令和6年6月～令和7年3月に受診する人間ドック

## ◆助成対象者

人間ドック受診日に国保加入者で令和7年3月31日現在35歳以上であり、次のすべてにあてはまるかた  
①保険料の滞納がない ②特定健康診査を受診しない ③特定保健指導に該当した場合は保健指導を受ける

## ◆申請方法

- ①令和4年度または令和5年度に助成を受けたかた…**4月下旬に届く申請書を健康保険課へ提出**
- ②初めて助成を受ける、または令和3年度以前に受けたかた…**4月12日(金)までに健康保険課へ電話連絡**

## ◆年度中に75歳になるかたへ

昭和24年4月～6月初旬生まれのかたは助成対象期間前に後期高齢者医療制度へ移行するため、国保での助成を申請できませんので、下記の後期高齢者人間ドック助成を申請してください。

問い合わせ…健康保険課 国保・医療年金グループ ☎74-0014

# 後期高齢者人間ドック助成

人間ドック受診日に後期高齢者医療制度の加入者は、検査料金のうち10,000円を上限に助成します。助成には申請が必要です。①受診結果(写し可)、②人間ドックの領収書、③助成金を振り込む金融機関の通帳を持参のうえ、健康保険課または各支所の窓口で申請してください。(令和5年度受診分は令和6年12月末までに申請してください。)

※保険料の未納があるかた、市民健診や他の制度で人間ドック助成を受けたかたは対象外です。

※人間ドックの受診は、**ご自身で医療機関などに直接申し込んでください。**

問い合わせ…健康保険課 国保・医療年金グループ ☎74-0056

昭和37年4月2日～昭和54年4月1日生まれの男性のみなさまへ

## 【今年度が最後です！】風しん抗体検査・予防接種

風しんは、感染者の咳やくしゃみなどから他の人にうつります。成人がかかると高熱や発しんの長期化など症状が重くなることがあります。昭和37～53年度生まれの男性は、過去に予防接種を受ける公的な機会がなく、感染しやすい世代です。自分が風しんにかかり、家族や周囲の人に広げないよう、風しんの抗体検査と予防接種を受けましょう。※無料で抗体検査・予防接種ができるのは今年度が最後です。令和7年度以降は自己負担となります。

### 検査の流れ

#### 1. 風しん抗体検査(血液検査)を受けます

\*検査は職場での健康診断や受入医療機関などで**無料**で受けられます

#### 2. 抗体があった場合

→予防接種は必要ありません

#### 3. 抗体がなかった場合

→医療機関で予防接種(**無料**)を受けてください

令和元年度～5年度に本事業の抗体検査または予防接種を受けていないかたに、新しいクーポン券を4月下旬に送付します。クーポン券を持参し、抗体検査及び予防接種をお受けください。

なお、4月中旬までにクーポン券が必要な場合は、下記までご連絡ください。

問い合わせ…健康保険課 ☎74-0013

## 健診料金免除申請書（市民税非課税世帯のかた）



市民税非課税世帯のかたで、健診料金免除を希望するかたは、**健診受診の1週間前までに健康保険課または各支所に申請書を提出してください。健診当日の申請は受付できません。なお、この用紙で健(検)診の申込みはできません。申込み方法は1ページをご覧ください。**

- 【手順】①下記の申請者(受診者)欄を記入し、免除理由にチェックを入れてください。  
 ②左のきりとり線から切り取り、裏面の手順にそって折り、のり付けして郵送してください。  
 ※受診者1人ごとに申請が必要です。申請書が不足する場合は、コピーしてください。  
 申請書は健康保険課、各支所にも用意しています。

## 妙高市健康診査実費徴収金免除申請書

年 月 日

妙高市長 宛て

申請者(受診者)

住 所 妙高市

氏 名

生年月日 年 月 日( 歳)

※当該年度の年度末(3/31)時点の年齢

電話番号

妙高市健康診査実費徴収規則第5条第2項及び妙高市国民健康保険特定健康診査実費徴収規則第5条第2項の規定により、市が実施する健康診査及びがん検診等に係る実費徴収金の免除を申請します。

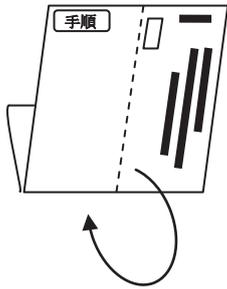
申請にあたり、私及び私の世帯員の課税台帳及び住民基本台帳の閲覧を認めます。

受診年度	令和 6 年度
免除理由	<input type="checkbox"/> 市民税の非課税世帯に属する者 <input type="checkbox"/> その他市長が特に認めた者
<p>対象となる健康診査及びがん検診等については、下記のうち、本人が受診年度に対象となり、かつ受診を希望するものとする。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・市民健康診査、特定健康診査</li> <li>・大腸がん検診、胃がん検診、肺がん検診（胸部レントゲン検査及び喀痰細胞診）、前立腺がん検診、乳がん検診、子宮頸がん検診</li> <li>・ピロリ菌検査、肝炎ウイルス検診、骨粗しょう症検診</li> </ul>	

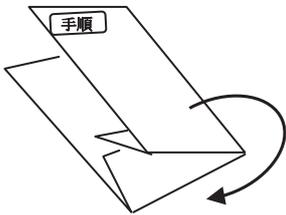
- 注) 1. 太枠欄を記入してください。  
 2. 免除理由に該当する74歳以下のかたが対象となります（免除該当の障がい者手帳所持者、生活保護世帯及び中国残留邦人等世帯については、申請は必要ありません）。  
 3. 免除が決定した場合、対象年度の各種健(検)診受診時に決定通知を提示してください。

# 手順

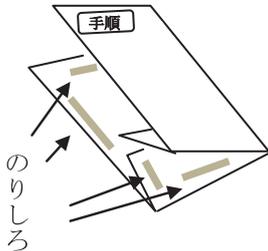
- 1 ①をやま折りにする。



- 2 ②をやま折りにする。



- 3 のりしろ(4か所)にのりをつけて貼り合わせる。



※のりしろ以外にはのりをつけないでください。

料  
金  
受  
取  
人  
払  
郵  
便

9 4 4 8 7 9 0



差出有効期間  
令和7年3月  
31日まで

●切手不要

② やまおり

新潟県妙高市栄町五番一号

妙高市役所 健康保険課 行



① やまおり

③ のりしろ

③ のりしろ

② たにおり

本冊子は12ページ構成です。  
市報から抜き取って、保存・活用ください。  
なお、本冊子は市報裏表紙側から順番に綴られています。  
市報とは逆の順番でページ番号が書かれていますのでご注意ください。