

# 妙高市健康診査のご案内



↑詳しくはこちら  
(市ホームページ)



血液検査



血圧測定



身体測定



尿検査



眼底検査



心電図



診察・問診

## ▶ 集団健診 受診までの流れ

① 昨年度 市の健診を受けたかた  
→ **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月中旬ごろ届きますのでお待ちください。  
※日程や受診項目の変更がある場合は、申込が必要  
です。  
※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 市の健診を受けていないかた  
→ **申込が必要**です。

下記に沿って、お申し込みください。

③ レディース検診を希望するかた  
(子宮頸がん・乳がん・骨粗しょう症検診)  
→ **申込が必要**です。

下記に沿って、お申し込みください。

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。

➔ 2 ページへ

1 健(検)診項目を選ぶ

➔ 3 ページへ

2 日程を選ぶ

➔ 4～5 ページへ

3 申し込む

### インターネット予約

下記二次元コードからお進みください



(24時間受付)

4月13日(月)  
8時30分～予約開始

### 電話予約

上越医師会 企画課

☎025-521-0507

(受付時間:平日9～16時※)

※4/19のみ日曜 8時30分～12時受付

4月19日(日)  
8時30分～予約開始

4 受診する(健(検)診料金を確認してください)

➔ 6 ページへ

- 健(検)診日の約3週間前に、市から健診関係書類を送付します。
- 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。(料金免除の詳細は6ページへ)

# 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62年4月1日～平成23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7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7年度に市の集団健診を受けていないかたは、申込が必要です。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

健診当日は、加入している医療保険者が発行する「受診券」、「マイナ保険証または資格確認書」が必要です。  
詳細は、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7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7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7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7年度に市の集団健診を受けていないかたは、申込が必要です。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。

※妊娠中から出産後1年内のかたは、特定健診の対象から除かれます。

妊娠中は継続して妊婦健診を、産後は産婦健診を受けましょう。

がん検診のうち、以下の検診はX線が胎児へ影響を及ぼす可能性があるため、受けられません。

・胃がん検診 ・肺がん検診 ・乳がん検診

# 1 健（検）診項目を選ぶ

## 市民・特定健診、その他の健（検）診

- ・特定健診は国民健康保険加入者が対象です。その他の健（検）診は対象年齢の市民であればどなたでも予約できます。
- ・身体の状態により、受診できない場合があります。詳しくは市のホームページをご確認ください。

健診の種類	対象者 (令和9年3月31日現在の年齢)	内容 (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。)
特定健診	40～73歳のかた 受診当日74歳のかた ※妙高市国民健康保険加入者	<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>
市民健診	16～39歳のかた 受診当日75歳以上のかた	
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。</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> </ul>
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>■ 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。検査予定がないかたは、市の検診をお受けください。</li> <li>■ 喀たん細胞診の予約は受け付けません。検診当日の肺がん検診の問診で要件に該当するかを確認します。</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>
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>※ 過去に市のピロリ菌検査を受けたことがあるかたは受診できません。</li> </ul>
肝炎ウイルス検診	40歳以上のかた	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 血液検査をします。</li> <li>※ 過去に市の肝炎ウイルス検診を受けたことがあるかたは受診できません。</li> </ul>

## レディース検診

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>※ 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>★ 子宮頸がん検診は、医療機関でも受診できます。詳しくは、5ページをご確認ください。</li> </ul>
骨粗しょう症検診	① 40・45・50・55・60・65・70歳の女性  ② 74歳までのかたのうち、令和4～7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。</li> </ul>



## 成人・後期高齢者歯科検診のお知らせ



令和9年4月1日現在で、20・30・40・50・60・70・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、胃がん・大腸がん・肺がん・前立腺がん検診、ピロリ菌検査、肝炎ウイルス検診はすべての日程で実施します。

■レディース検診(子宮頸がん・乳がん・骨粗しょう症検診)は、表中の○がついている日に実施します。

■各健(検)診ごとに定員がありますので、ご希望に添えない場合もあります。ご了承ください。



健診日(曜日)	受付時間	会場	レディース検診			託児	送迎バス	主な対象地区(予定) ※対象地区以外でもご都合の良い日に予約できます
			子宮	乳	骨			
6月25日(木)	8:45-11:15	妙高ふれあいパーク	-	○	-	-	○	関山横町・仲町、大鹿、土路、樽本、関温泉、燕温泉
	13:00-15:00		○	○	-	-	○	小野沢、北沢、関山寿町・末広町・新栄町・中央町、葎生
6月26日(金)	8:45-11:15	妙高ふれあいパーク	-	-	-	-	○	東町、坂口新田、大洞原、大谷、大久保、桶海、住吉、妙高原通(葎生除く)
	8:45-11:15		○	○	○	①	○	藤塚新田、小丸山新田、長森、猪野山、上百々
7月27日(月)	13:00-15:00	妙高健診室	○	○	○	-	○	飛田、南葉町、飛田新田、岡崎新田、宮内、雪森
	8:45-11:15		-	○	○	-	○	除戸、姫川原下組・坂井平、中宿、窪、両善寺、西野谷、三ツ俣
7月28日(火)	13:00-15:00	妙高健診室	-	○	○	-	○	楡島、東関、猿橋、長沢原、長沢、栗原
	8:45-11:15		○	○	○	-	○	上四ツ屋、五日市、四新田、梨木、栄町、元町、東雲町
7月29日(水)	13:00-15:00	妙高健診室	○	○	○	-	○	上新保、西条、北条、国賀
	8:45-11:15		-	○	○	-	○	川上、吉木、美守第二、諏訪町第二
7月30日(木)	13:00-15:00	妙高健診室	-	○	○	-	○	姫川原中組・上村・横見世・団地・北団地・麻苧田・江ノ口・久保田・宮ノ前
	8:45-11:15		-	○	○	-	○	上堀之内、泉地区、水原地区、柳井田
7月31日(金)	13:00-15:00	妙高健診室	-	○	○	-	○	新井新田、菅沼、西菅沼新田、東志、三本木新田、睦地、上中、志
	8:45-11:15		○	○	○	②	○	十日市、乙吉、佐川、籠町、神宮寺、青田、広島
8月3日(月)	13:00-15:00	妙高健診室	○	○	○	-	○	平丸地区、小原、大原、大沢、月岡
	8:45-11:15		-	-	-	-	○	上町、中町、下町、朝日町、渋江町、横町
8月4日(火)	13:00-15:00	妙高健診室	-	-	-	-	○	《障がいのあるかたの健診日》
	8:45-11:15		-	-	-	-	○	田口第一・第二・第三、田切、新赤倉温泉第三・第四、赤倉温泉
8月18日(火)	13:00-15:00	妙高高原メッセ	-	-	-	-	○	新赤倉温泉第一・第二、東赤倉、池の平温泉第一・第二・第三、田口本田上町・下町、毛祝坂
	8:45-11:15		-	○	-	-	-	妙高温泉、田口北第一・第二、田口役場前通り・田口駅前、兼俣、蔵々
8月19日(水)	13:00-15:00	妙高高原メッセ	○	○	-	-	-	田口新田第一・第二、田口豊橋、田口うぐいす町、ビレッジハウス妙高高原、関川
	8:45-11:15		-	○	-	-	○	杉野沢、池の平温泉第四・第五、斑尾、二俣
8月20日(木)	8:45-11:15	妙高高原メッセ	-	○	-	-	○	田町、石塚、学校町団地
	8:45-11:15		-	○	○	-	○	学校町第一・第二、末広町
9月25日(金)	13:00-15:00	妙高健診室	○	○	○	③	○	本田北部・南部、経塚町、広田町
	8:45-11:15		○	○	○	-	○	錦町、大崎、中川、中川住宅、関川町

## 託児室を開設します

表中①～④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 健康保険課 健康づくりグループ (☎74-0013)
- ▶申込締切 ①:7月13日(月) ②:7月21日(火) ③:9月14日(月) ④:10月7日(水)



※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	レディース検診			託児	送迎バス	主な対象地区(予定) ※対象地区以外でもご都合の良い日に予約できます
			子宮	乳	骨			
9月29日(火)	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30日(水)	8:45-11:15	妙高健診室	-	○	○	-	○	白山町第二・第三、高柳一丁目・二丁目
	13:00-15:00		-	○	○	-	○	美守第一、ピレッジハウスひだのもり、諏訪町第一、高柳団地
10月20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21日(水)	8:45-11:15	妙高健診室	○	○	○	④	-	市内全域
	13:00-15:00		○	○	○	-	-	市内全域
10月22日(木)	8:45-11:15	妙高健診室	○	○	○	-	-	市内全域
	13:00-15:00		○	○	○	-	-	市内全域
12月3日(木)	8:45-11:15	妙高健診室	-	○	○	-	-	市内全域
	13:00-15:00		-	○	○	-	-	市内全域
12月4日(金)	8:45-11:15	妙高健診室	○	○	○	-	-	市内全域
	13:00-15:00		○	○	○	-	-	市内全域
12月5日(土)	8:45-11:15	妙高健診室	○	○	○	-	-	市内全域
	13:00-15:00		○	○	○	-	-	市内全域

## 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、健診申込後に送付するバス時刻表をご覧ください。



## 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。

■年度内に市の集団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	住所	電話番号
愛クリニック	美守1-12-9	72-4103
けいなん総合病院	田町2-4-7	72-3161

※上越市内の受入医療機関については、市ホームページで確認いただくか、健康保険課 健康づくりグループ(☎74-0013)にお問い合わせください。

# 健(検)診の料金

■料金の支払い方法は、**現金のみ**です。

※市民健診については、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9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	2,350円	—				無料※	
	特定健診	—	2,350円		800円		—	
がん 検診	大腸がん	—	600円		200円		無料	
	胃がん	—	1,700円		550円		無料	
	肺がん (胸部X線検査)	—	600円		200円	50円	無料	
	肺がん (喀痰細胞診)	—	1,000円		350円		無料	
	前立腺がん	—	700円		250円		無料	
	乳がん	—	1,800円	1,050円		350円		無料
	子宮頸がん ※20歳から 対象	集団	1,400円		450円		無料	
	施設	2,500円		850円		無料		
その他	ピロリ菌検査	2,400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：550円 55・60・65歳：無料		200円 (70歳)		—	
		—	1,850円 (令和4~7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、健康保険課または各支所で申請書を提出してください。**

※申請書は市ホームページからダウンロードまたは健康保険課・各支所の窓口でお渡しします。

申請後、料金免除決定通知書を**6月中旬以降**、順次送付します。

健(検)診当日に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(検)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。**

■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)をご提示ください。

■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、手帳をご提示ください。

■子宮頸がん検診…令和9年4月1日現在で**21歳**のかた

乳がん検診…令和9年4月1日現在で**41歳**のかた

骨粗しょう症検診…令和9年3月31日現在で**55・60・65歳**のかた

→無料クーポン券の対象です。対象のかたには後日詳しいご案内を送付します。

# 国保人間ドック助成

国保加入者のかたが受診した人間ドックについて、検査費用のうち15,000円(年度中に75歳になるかたは10,000円)を下記1・2のいずれかの申請により助成します。

**【助成対象者】** 次の①～⑥の全てにあてはまるかた

- ①人間ドック受診日に国保に加入している
- ②令和9年3月31日現在35歳以上である
- ③保険料の滞納がない
- ④特定健康診査を受診しない
- ⑤特定保健指導に該当した場合は保健指導を受ける
- ⑥他の制度で人間ドックの助成を受けない

## 1 受診前に申請する場合

…指定受診機関における受診当日の支払額は、助成分を差し引いた後の金額となります

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)
	岩室成人病検診センター	新潟市西蒲区橋本	0256-82-5001	○(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8年6月～令和9年3月に受診する人間ドック

### ◆ 申請方法

- ①令和6年度または令和7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5年度以前に受けたかた…4月13日(月)までに健康保険課へ電話連絡
- ※その後も令和9年1月末まで随時申請を受け付けます。

## 2 受診後に申請する場合

…指定受診機関以外などで費用を全額支払った後に、申請により助成分を返還します

### ◆ 助成対象期間・助成対象人間ドック

令和8年4月～令和9年2月に受診する特定健康診査の検査項目を含む人間ドック

### ◆ 申請方法

ご自身で予約・受診した後に、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口座番号等が分かるものを持参のうえ、健康保険課または各支所の窓口で申請してください。

※申請期限:令和9年3月31日

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

後期高齢者医療制度加入者のかたが受診した人間ドックについて、検査費用のうち10,000円を上限に助成します。助成には申請が必要です。

**【助成対象者】** 次の①～④の全てにあてはまるかた

- ①人間ドック受診日に後期高齢者医療制度に加入している
- ②保険料の滞納がない
- ③市民健診を受診しない
- ④他の制度で人間ドックの助成を受けない

### ◆ 助成対象の期間

令和7・8年度に受診した人間ドック

### ◆ 申請方法

ご自身で予約・受診した後に、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口座番号等が分かるものを持参のうえ、健康保険課または各支所の窓口で申請してください。

※申請期限:令和7年度受診分は令和8年12月末

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

受けていますか？

# 健診・がん検診

## 健診・がん検診で守るあなたの健康



妙高市では、若くして(40~64歳)介護申請をした人のうち、約2.5人に1人が脳血管疾患を原因としています。



健診結果で血管の状態を把握し、生活を見直すことで、脳血管疾患の発症を予防できる可能性があります。



## 受けたかたの声

### 健康状態の把握ができた

毎年、市の健診を受けています。自分の状態を知ることのできる安心できるので、これからも健康に生活を送るために、続けていこうと思っています。



70代女性

### 病気の早期発見・治療ができた

症状がないので、何年も健診を受けていませんでした。久しぶりに受けたら、受診が必要な数値になっていて驚きました。健診を受けたおかげで、早めに治療ができて安心しました。



50代男性

### がんの早期発見・治療ができた

特に症状がなかったもので、自分は大丈夫だと思っていました。

市のがん検診を受けたら、要精密検査の結果で、すぐに病院を受診しました。早期がんの診断でした。

仕事や子育てで自分の健康を後回しにしがちでしたが、検診のたいせつさを実感しました。



40代女性

### 金銭的な負担の軽減につながった

がん検診を受けて、大腸がんが見つかりました。

私は早期がんだったので、身体も金銭的な負担も比較的軽く済みました。

毎年、がん検診を受けていてよかったです。



60代男性

## 健康相談会のご案内

要予約・相談無料・  
たっぷり20分!



↑詳しくはこちら  
(市ホームページ)

妙高市民のかたは、どなたでも利用できる相談会です。

病院では相談しづらい、  
ちょっとした健康の悩みに  
栄養士・保健師が  
個別で相談に応じます



申込み  
問い合わせ先

健康保険課  
☎74-0013

### 日程

6月3日(水)  
9月24日(木)  
10月14日(水)  
11月18日(水)  
12月16日(水)  
1月20日(水)