



令和5年度

宮古市成人けんしんのお知らせ

おばんです大腸がん検診について

夕方に大腸がん検診を行います。検体提出のみの検診です。

ご帰宅の時間帯に受診できます。詳細は12ページをご覧ください。

胃がん検診を受ける方へ

下剤内服用の水飲み場は設けません。

内服用の水をお持ちいただくか、帰宅後早めの内服をお願いします。



← 宮古市ホームページ『おとなのけんしん』リンク先

◇ けんしんの流れ ◇

① 受診するけんしんの受検票<問診票>等を用意する

★印の施設においては、大腸がん検診の採便容器もお受け取りいただけます。

地区	がん検診受検票・生活習慣病予防の健診受診票設置施設
宮古	【イーストピアみやこ1階：・宮古保健センター★ ・総合窓口課★】 【イーストピアみやこ2階：・市民交流センター】 ・各出張所★ ・千徳公民館★ ・中央公民館分館(保久田)★ ・山口公民館★ ・宮古市民文化会館★ ・シートピアなあと ・ジョイス宮古千徳店 ・スーパーマーケット玉木屋 ・ファル磯鶏店 ・マリココープドラ
田老	・田老保健センター★ ・田老総合事務所★ ・田老公民館★ ・産直とれたろう★ ・畠山石油(摂待給油所)★
新里	・新里保健センター★ ・新里総合事務所★ ・和井内ふるさと会館★ ・ひきめの里直売所★ ・刈屋公民館★ ・玄翁館★
川井	・川井保健センター★ ・川井総合事務所 ・門馬出張所★ ・川内出張所★ ・小国出張所★ ・江繋地域振興センター★ ・箱石地域振興センター★

【受検票が個別に届く方】

- 令和3年度または令和4年度にがん検診を受診した方
➡がん検診受検票(問診票)を、保健推進委員等がお届けします。
- 令和5年4月1日時点で宮古市国民健康保険に加入されている方
➡特定健診受診券兼健康診断受診票(問診票)を5月下旬～6月に郵送します。
- 令和4年度に75歳以上健診・さわやか健診・他保特定健診を受診した方
➡健康診断受診票(問診票)を5月下旬～6月に郵送します。

【受検票がない方】

上記の設置施設からお受け取りください。

◇けんしん前日～当日の注意事項

- 受検票(問診票)に記入してください。
- 前日の飲酒は避けてください。
- 胃がん検診を受ける場合、前日夜9時以降、検診終了まで食事に制限があります。(詳細は5ページ)
- 胃がん検診以外のけんしんは、食事の制限はありません。
- 生活習慣病予防の健診を受ける場合は、尿検査がありますので、採尿容器を事前に上記の設置施設から受け取り、当日採尿してご持参ください。(会場での採尿も可能です。)
- 肺がん・胃がん・乳がん検診を受診する場合、持続型自己血糖測定器(リブレ等)を装着されている方はお申し出ください。(機械の誤作動を防ぐため、装着期間後の受診をお勧めします。)

② けんしん会場に行く

【持ち物】

- 宮古市成人けんしん受付票 ➡
 - 健康保険証(生活習慣病予防の健診)
 - 受検票(問診票)
 - けんしん料金(免除は3ページ参照)
 - 採尿容器(生活習慣病予防の健診のみ)
 - 採便容器(大腸がん検診のみ)
- 採便容器の設置施設は1ページ一覧表をご覧ください。

「成人けんしん受付票」記載の日程で都合がつかない場合は、別日程(9ページ～)で受診できます。

③ けんしんを受ける

◆生活習慣病予防の健診「当日の検査の順番」

①受付	・成人けんしん受付票 ・健康保険証 ・受診票(問診票)を提出してください。
②問診	・受診票(問診票)の記載内容の確認をします。 ・現在の健康状態や生活習慣(飲酒、喫煙の習慣など)を伺い、検査の参考にします。 ・追加の検査【前立腺がん検診、肝炎ウイルス検査】の問診 ※他保特定健診では、医療保険者により検査項目が異なります。希望する方は有料で以下の検査が受けられますので、問診で申し込んでください。 【検査種別及び料金】貧血検査:1,430円、血清クレアチニン検査:374円 眼底検査:2,200円、心電図検査:3,300円
③会計	・国保特定健診、75歳以上健診は無料です。(料金免除は3ページ参照) ・70歳以上の方は、前立腺がん検診・肝炎ウイルス検査も無料です。
④身体測定	・身長 ・体重 ・腹囲(※腹囲は75歳以上健診にはありません。)
⑤尿検査	・尿糖 ・尿蛋白 ・尿中推定塩分摂取量測定
⑥血圧測定	2回測ります。
⑦血液検査	・糖代謝検査(血糖、ヘモグロビンA1c) ・肝機能検査(AST、ALT、γGTP)・脂質検査(コレステロール、中性脂肪) ・腎機能検査(尿酸、血清クレアチニン、推算糸球体ろ過量)・貧血検査
⑧保健指導	適正体重や生活習慣病予防に関する相談、特定保健指導の初回面接があります。
⑨眼底検査	片眼撮影 (さわやか健診にはありません)
⑩心電図検査	手首・足首を出しやすい服装が適しています。(ストッキングは不可)

宮古市国民健康保険加入者特定健診について

国民健康保険加入者(40歳～74歳)は、お得に特定健診を受けることができます。
なぜなら…

全額自己負担で受けた場合
 基本健診 …6,820円
 *眼底検査 … 990円
 *貧血検査 … 660円
 *心電図検査…1,100円
 *血清クレアチニン検査…220円

宮古市が、全額負担のため

無料

*印の検査は厚労省の基準では医師が認めた場合ですが宮古市では集団の特定健診受診者全員に実施します。

◆がん検診「当日の検査の順番」

詳しくは5ページ～

①受付	・成人けんしん受付票 ・受検票(問診票)を提出してください。
②問診	受検票(問診票)の記載内容の確認をします。
③会計	70歳以上の方は無料です。生活保護受給世帯の方、市民税非課税世帯の方は書類等を提示することにより無料になります。
④検査	<ul style="list-style-type: none"> ・胃がん検診と肺がん検診をセットで受ける場合は、肺がん検診が先になります。 ・子宮がん検診の医師による診察は、午前は10時から、午後は1時30分からの開始となります。午前と午後が別の会場の場合は、多少遅れることがあります。 ・大腸がん検診は、採便した容器と受検票を提出するだけです。ご家族の方が提出することもできます。

④ けんしん結果が届く(受診後1か月～1か月半頃の郵送)

- 結果が要精密検査の場合は、早めに精密検査医療機関を受診しましょう。
- 精密検査結果は、医療機関から検診機関と宮古市に報告されます。「がん検診の質を保つ精度管理(検診の評価)」のために活用されます。
- がん検診は、早期発見・早期治療により、がんによる死亡率減少効果があります。しかし、見つけにくい場所に発生することもあり、検診で全てのがんを見つけれられるわけではありません。検診結果が「異常なし」でも、気になる症状があるときは医療機関を受診してください。また、がんがなくても、検診結果が「要精密検査」となることもあります(偽陽性)。極めて稀ですが、検査に伴う合併症を起こす可能性もあります。

◇けんしん料金の免除について(人間ドックを除く)◇

下記に該当する方は、けんしん料金が無料になります。
必要書類をご準備のうえ、けんしん当日、必要書類を提示して申請してください。
必要書類を提示されない方は、料金を徴収します。
また、けんしん受診後の払い戻しはいたしませんので、ご注意願います。

対象となる方	受付または会計で提出頂くもの(必要書類)
70歳以上の方(今年度末の年齢)	けんしん受付票または受検票(年齢等が印字されている場合)
生活保護を受給している方	㊤休日、夜間等受診手帳または福祉課発行の一般健康診査受診券
市民税非課税世帯の方 (世帯員全員が市民税非課税の方)	令和5年度の世帯員全員の課税証明書(学生を除く) 6月上旬以降に市税務課・総合窓口課・各総合事務所・各出張所で発行します。※有料(世帯員1人当たり1通300円です。) (マイナンバーカードをお持ちの方は、コンビニ交付サービスを利用できます)
65歳以上で後期高齢者医療被保険者証が交付されている方	後期高齢者医療被保険者証

○生活習慣病予防の健診・前立腺がん検診・肝炎ウイルス検査○

令和6年3月31日時点年齢

健診・検査の種別と対象の方	必要なもの等
さわやか健診:1,800円 ①19～39歳の方 (S59.4.1～H17.3.31生まれ) ②16～18歳で学校等に所属していない方 問い合わせ:各保健センター	①成人けんしん受付票(19歳以上の方) *18歳以下の方には配布しておりません。 年齢を証明するものをお持ちください。 ②健康診断受診票(問診票) ③採尿容器(指定の量を当日採尿してください)
75歳以上健診:無料 ①受診時に満75歳以上になっている方 ②65歳以上で後期高齢者医療被保険者証が交付されている方 問い合わせ:市総合窓口課 医療給付係 ☎68-9076(直通) 内線1920～1922	①成人けんしん受付票 ②後期高齢者医療被保険者証 ③健康診断受診票(問診票) ④採尿容器(指定の量を当日採尿してください)
国保特定健診:無料 40～74歳の宮古市国民健康保険加入者 (妊産婦・施設入所・長期入院の方を除く) 問い合わせ:市総合窓口課 国民健康保険係 ☎68-9075(直通) 内線1911～1915	①健康診断受診票(国保特定健康診査受診券) ②国民健康保険被保険者証 ③採尿容器(指定の量を当日採尿してください) *4月1日以降に加入された方は、国民健康保険被保険者証をご持参のうえ、健診会場で受診票(問診票)をご記入ください。
他保特定健診:医療保険者によって異なります。 40～74歳の方で、宮古市国民健康保険以外の医療保険の被扶養者 問い合わせ:各医療保険者	①医療保険者が発行する特定健診受診券(必須) ②健康保険被保険者証(必須) ③健康診断受診票(問診票) ④採尿容器(指定の量を当日採尿してください)
健康診査(健康増進法による):無料 宮古市に住所を有する年度末年齢40歳以上で、生活保護を受給している方 問い合わせ:各保健センター	①㊤休日、夜間等受診手帳または、福祉課発行の一般健康診査受診券 ②健康診断受診票(問診票) ③採尿容器(指定の量を当日採尿してください)
前立腺がん検診(PSA):500円 50歳以上の男性 ※血液検査(PSA検査)	生活習慣病予防健診の会場で、受診できます。 前立腺がん検診受診の際は、健康保険証をご持参ください。
肝炎ウイルス検査:800円 40～74歳で過去に1度も肝炎ウイルス検査を受けたことが無い方 ※血液検査	単独でも受けられます。 受診票(問診票)は、当日、会場でご記入いただきます。

- 1 「検診」とは特定の病気を早期に発見し、早期に治療することを目的としています。
- 2 「健診」とは健康診断のことを意味し、健康か否かを確認するものです。

◇各種がん検診について◇ できるだけお釣りがいらぬようにご協力をお願いします。

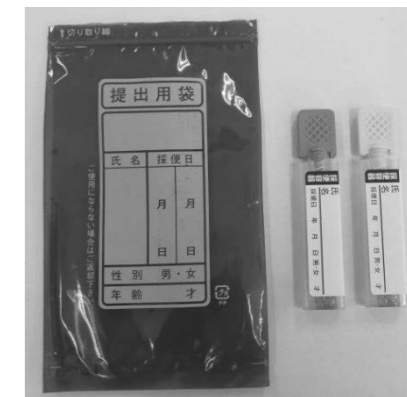
宮古市で実施する検診はとてもお得です。ご自分の健康管理のため忘れずに受診しましょう。

	胃がん検診	大腸がん検診	肺がん検診	子宮頸がん検診	乳がん検診
自己負担額	1,200円	600円	600円	1,100円	1,000円
検診費用(税込)	5,830円	1,430円	2,970円	5,500円	6,600円 (ただし2方向撮影)

胃がん検診;胃部レントゲン撮影 1,200円
年間12万人以上の方が胃がんと診断されています。

対象者	35歳以上の方(令和6年3月31日時点年齢)
注意事項	<p>◆ただし、次のいずれかに該当する方は、受検できません。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・現在妊娠中、妊娠している可能性がある(エックス線を使用するため)。 ・胃や十二指腸の切除手術をした(正確な診断ができないため)。 ・過去にバリウムによるアレルギー反応を起こしたことがある(発疹・かゆみ・息苦しさ等)。 ・これまでに腸閉塞、腸管憩室炎の既往がある。 ・バリウムの誤嚥があった。 ・腎不全で透析中、心不全の治療中。 ・クローン病や潰瘍性大腸炎。 ・85歳以上でここ2日排便がない。 ・体重130kg以上 <p>◆下記のいずれかに該当する方は受検できない場合があります。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・胃疾患で今年度検査を受けた、あるいは受ける予定がある(エックス線・内視鏡)。 ・体力的に検査に不安のある、飲食でむせやすい。 ・腹部の手術後、初めてバリウムによる検査を受ける方で主治医の許可がない。 ・医師から大腸憩室と言われたことがある。
検査方法	発泡剤とバリウム(造影剤)を飲んで、体の向きを変えながら色々な角度から上部消化器のレントゲン撮影をします。
検査前日 ~当日 ~検査終了後	<p>◆検査前日</p> <ul style="list-style-type: none"> ・夕食は、おおむね午後9時頃までに済ませてください。アルコール類は摂取しないでください。水、お茶は就寝前まで飲用可能です。 就寝前に薬を服用している方は、普段通り内服してください。 ・入れ歯安定剤は、夕食後から検診終了までは使用しないでください。 <p>◆検査当日</p> <ul style="list-style-type: none"> ・検査終了まで絶飲食です。※たばこも吸わないでください。服薬や熱中症予防のための飲水は検査を受ける2時間前までに、水飲みコップ1杯(200ml程度)は飲用可能です。(お茶やコーヒー、あめやガム等も不可) ・服薬について 糖尿病薬(血糖降下剤・インスリン)は絶対に使用しないでください。 その他の常用薬(血圧・不正脈・心臓病等)は検査の2時間前までに服用してください ・服装は、上下ともボタン、ファスナー、金具等のない衣服を準備してください。皮膚の弱い方など腕の擦り傷予防のため、長袖の衣服の着用をお勧めします。 ・持続型自己血糖測定器(リブレ等)を装着されている方はお申し出ください。 <p>◆検査終了後</p> <ul style="list-style-type: none"> ・バリウムを排泄するため下剤を渡します。忘れずに下剤と水分をおとりください。 <p>◆精密検査が必要とされた場合の一般的な検査方法は、「胃内視鏡検査(胃カメラ検査)」です。</p>

大腸がん検診;便の潜血検査 600円 【年1回受診しましょう】早期発見・早期治療で95%以上が治ります。	
対象者	35歳以上の方(令和6年3月31日時点年齢)
検査方法	専用の容器に、自宅で便を2日分採取し提出します。
注意事項 /他	<ul style="list-style-type: none"> ・採便する日は、提出する当日と前日、日をかえて2日間です。便秘の場合は、4日前より採便できます。採便容器の袋に同封している説明書をよく読んで採便してください。 ・採便容器と袋の両方に、必ず氏名と採便日を記入してください。 ・大腸疾患で治療ならびに経過観察中の方、精密検査の全大腸内視鏡検査の受診が困難な方は検診の対象外となります。 ・胃がん検診受診後、3日間程度は採便を避けてください。 ・生理中は採便を避けてください。 ・郵便での送付は受け付けません。 ・採便容器は医療廃棄物です。期限切れや使用しない容器は家庭で処分せず、各保健センターに返却願います。 ・精密検査が必要とされた場合の一般的な検査方法は、「全大腸内視鏡検査又は注腸エックス線検査と内視鏡の併用」となります。



がん検診

肺がん検診;胸部レントゲン撮影 600円、喀痰細胞診検査(追加検査)1,000円
【年1回受診しましょう】日本人の死因上位です。喫煙と関係が深いと言われていています。

対象者	<p>40歳以上の方(令和6年3月31日時点年齢)</p> <p>◆65歳以上の方は、肺がん検診に併せ結核健診も実施しますので、市の結核健診を受診する必要はありません。</p> <p>喀痰細胞診検査は、50歳以上で喫煙年数×1日の本数が600以上で喀痰が取れる方が追加検査できます。</p>
検査方法	胸のレントゲン撮影をします。また、ハイリスクの方は併せて喀痰細胞診検査もできます。これは、自宅で朝に連続3日間喀痰を取り、指定日に提出する検査です。
注意事項 /他	<ul style="list-style-type: none"> ・検診車(バス)で男女一緒になる場合があります。予め無地のTシャツ等ボタンやファスナー、金具の付かない服装をご準備ください。 ・ネックレス、ブラジャー、シップ(エレキバン)、金具等は外してください。 ・6か月以内の血痰など自覚症状のある場合には、検診でなく速やかに専門医療機関を受診することをお勧めします。 ・持続型自己血糖測定器(リブレ等)を装着されている方はお申し出ください。 ・精密検査が必要とされた場合の一般的な検査方法は「CT検査や気管支鏡検査」となります。

結核健診;胸部レントゲン撮影 無料 【年1回受診しましょう】

対象者	65歳以上の方(令和6年3月31日時点年齢) ◆市の肺がん検診を受診した方は対象外
検査方法	胸のレントゲン撮影をします。
注意事項 /他	<ul style="list-style-type: none"> ・けんしん受付票(6月に配布)についている「結核健診受診券」にご記入のうえご持参ください。 ・当日の服装等の注意事項は、肺がん検診と同様です。 ・健診結果は約1か月後に通知します。精密検査が必要な方は速やかに精密検査医療機関を受診してください。

子宮がん検診;頸部の細胞診検査 1,100円 体部の細胞診検査 1,000円 【40歳以下の方は年1回/41歳以上の方は2年に1回受診しましょう】 女性のがんの中で比較的多く、近年増加傾向にあります。	
対象者	子宮頸部検診 ①20歳～40歳の方 (令和6年3月31日時点年齢) ②41歳以上で前年度受診していない方(前年度市の間ドックを受けた方も対象外) ※子宮体部の細胞診は、6か月以内に不正出血、月経異常、褐色帯下等の症状があり、希望する方が対象です。子宮頸部検診と併せて行います。体部検診単独では受診できません。 (子宮体部細胞診検査は個別検診のみ)
検査方法	子宮頸部の粘膜をこすって細胞を採取します。
注意事項/他	・子宮頸がん検診は、集団検診と医療機関で受ける個別検診(12ページ)があり、どちらか選んでいただきます。 ・検診の際、下着を脱いでいただきますので、脱ぎ着しやすい服装でおこしください。 スカートがお勧めです。バスタオルを持参し腰に巻くことでもかまいません。 ・細胞を採る際に多少出血する場合がありますので、お持ちでしたらナプキンをご用意ください。 ・生理中の方も受診できます。 ・集団検診の診察は、午前は10時から、午後は1時30分からの開始となります。 ・精密検査が必要とされた場合の一般的な検査方法は「コルポスコープ下の組織診や細胞診、HPV検査」となります。

乳がん検診;マンモグラフィ検査 1,000円 【2年に1回受診しましょう】 9人に1の方が乳がんと診断されています。検診と自己触診が大切です。	
対象者	40歳以上で前年度受診していない方 (令和6年3月31日時点年齢) (前年度人間ドックを受けた方も対象外) ◆次のいずれかに該当する方は、受けられません。 ・乳房の病気で治療中、または通院中の方 ・自覚症状のある方は、乳腺外科または外科を受診してください。 ・現在、妊娠中または妊娠している可能性がある方 ※授乳中の方はご相談ください。 ・前胸部に治療器具(ペースメーカーやCVポート(薬液注入器具)、シャントチューブなど)の医療器具を埋め込んでいる方(破損の恐れがあるため) ・豊胸手術を施した方
検査方法	40～64歳の方は2方向(4枚)、65歳以上の方は1方向(2枚)レントゲン撮影します。
注意事項/他	・検診の際、上半身裸になります。バスタオルか前あきの衣服があると便利です。 ・長い髪後ろに束ね、ネックレス等、金具類ははずしてください。 ・持続型自己血糖測定器(リブレ等)を装着されている方はお申し出ください。 ・精密検査が必要とされた場合の一般的な検査方法は「マンモグラフィの追加撮影や超音波検査、組織診や細胞診」となります。

○子宮頸がん・乳がん無料クーポン券のお知らせ <6月頃発送予定>

下記の対象者に、「検診の自己負担分が無料となるクーポン券」を発送しますので、ご活用ください。

- ・子宮頸がん検診…平成14(2002)年4月2日～平成15(2003)年4月1日生まれの方
- ・乳がん検診 …昭和57(1982)年4月2日～昭和58(1983)年4月1日生まれの方

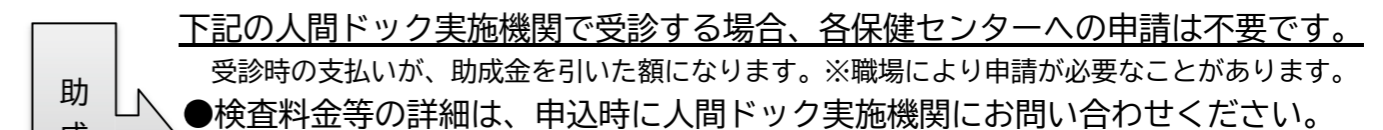
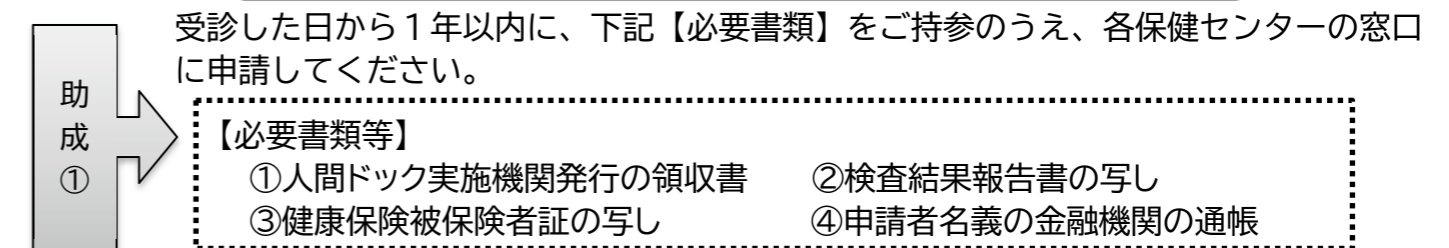
◇人間ドック費用助成金交付◇

年度内1回の受診で、1年以内の申請者に助成します。

注意：70歳以上の方、生活保護受給世帯の方、市民税非課税世帯の方の料金免除はありません。

費用助成対象者	次のすべての要件を満たす方(個人で受けた方に限ります。) ① 宮古市に住民票がある40歳(令和6年3月31日時点)から74歳(受診時)の方 ② 宮古市に検査結果を提供することに同意される方
該当する項目	●特定健診の項目は必須です。(2ページの生活習慣病の健診項目参照) ●がん検診やオプション検査なども追加できます。
助成金額	料金(オプション検査料金含む)から、他の助成額(職場等からの補助など)を控除した額の2分の1に相当する額 ※ただし、限度額は次のとおりです。 宮古市国民健康保険加入者の方 23,000円 宮古市国民健康保険加入者以外の方 17,000円

助成①または助成②のどちらかを選んでください。



受診日には宮古市成人けんしん受付票(宮古市配布)と
特定健診受診券(保険者から送付)をご持参ください。

受診場所:JA岩手県厚生連人間ドックセンター
〒020-0834 盛岡市永井14-42

受診場所:岩手県予防医学協会ビッグワッフル盛岡
〒020-8585 盛岡市北飯岡四丁目8番50号

●申込先:JA岩手県厚生連人間ドックセンター
宮古市人間ドック募集係
●申込方法:希望日の約1か月前までに
電話で申込
電話予約:019-637-1910

●申込先:岩手県予防医学協会人間ドック担当
●申込方法:電話又はインターネットでの申込
電話:0570-00-7185(ナビダイヤル1番)
インターネット予約 <http://www.aogiri.org>

★受診可能日(送迎ができる日です。)
6/19, 20、7/19、8/2, 3、9/19, 20
10/10、11/13、14、12/5、1/16、2/5
(自家用車の方は上記以外も受診可能)

●申込に必要な事項
①氏名 ②住所 ③加入健康保険 ④希望日
⑤オプション検査の有無 ⑥職場等からの助成の有無(金額) ⑦市の助成金利用の有無

○生活習慣病予防健診・がん検診集団健診 日程表○

月日	会場	受付時間	検診種別					
			さわやか 75歳以上 国保特定 他保特定 健康診査	胃がん	肺がん	大腸 がん	乳がん	子宮 がん
6月13日	火 和井内ふるさと会館	7:00 ~ 9:00	健診	胃	肺	大腸		
6月14日	水 基幹集落センター(刈屋)	7:00 ~ 9:00	健診	胃	肺	大腸		
6月15日	木 新里高齢者コミュニティセンター	7:00 ~ 9:00	健診	胃	肺	大腸		
6月16日	金 近内地区センター	9:30 ~ 11:00 13:00 ~ 14:00	健診					
6月17日	土 新里保健センター	7:00 ~ 9:30	健診	胃	肺	大腸		
6月18日	日 川井保健センター	7:00 ~ 9:30	健診	胃	肺	大腸		
6月19日	月 花輪農村文化伝承館(午前)	9:30 ~ 10:30				大腸	乳	
	宮古市地域創生センター(午後)	13:00 ~ 14:00				大腸	乳	
6月20日	火 崎山公民館 (午前)	9:30 ~ 10:30				大腸	乳	
	田老公民館 (午後)	13:00 ~ 14:00				大腸	乳	
6月21日	水 門馬地域振興センター	7:00 ~ 9:00	健診	胃	肺	大腸		
6月23日	金 千徳体育館	9:30 ~ 10:30 13:00 ~ 14:00				大腸	乳	
6月25日	日 宮古市民総合体育館 フォーラム棟	9:30 ~ 10:30 13:00 ~ 14:00				大腸	乳	
6月26日	月 箱石地域振興センター	7:00 ~ 9:00	健診	胃	肺	大腸		
6月27日	火 川内地域振興センター	7:00 ~ 9:00	健診	胃	肺	大腸		
6月29日	木 江繋地域振興センター	7:00 ~ 9:00	健診	胃	肺	大腸		
6月30日	金 小国地域振興センター	7:00 ~ 9:00	健診	胃	肺	大腸		
7月3日	月 八木沢農村センター(午前)	9:30 ~ 11:00	健診					
	宮古保健センター	9:30 ~ 10:30 13:00 ~ 14:00				大腸	乳	
7月4日	火 シートピアなあと	9:30 ~ 11:00 13:00 ~ 14:00	健診					
	宮古市民文化会館	9:30 ~ 10:30 13:00 ~ 14:00				大腸	乳	
7月5日	水 シートピアなあと	9:30 ~ 11:00 13:00 ~ 14:00	健診					
	津軽石公民館 (午前)	9:30 ~ 10:30				大腸	子宮	
	宮古市民文化会館(午後)	13:00 ~ 14:00				大腸	子宮	
7月6日	木 佐原地区センター	9:30 ~ 11:00 13:00 ~ 14:00	健診					
7月7日	金 佐原地区センター	9:30 ~ 11:00 13:00 ~ 14:00	健診					
7月10日	月 川井保健センター(午前)	9:30 ~ 10:30				大腸	子宮	
	新里保健センター(午後)	13:00 ~ 14:00				大腸	子宮	
7月11日	火 鉾ヶ崎公民館	9:30 ~ 11:00 13:00 ~ 14:00	健診					
7月12日	水 千徳体育館	9:30 ~ 11:00 13:00 ~ 14:00	健診					
7月13日	木 千徳体育館	9:30 ~ 11:00 13:00 ~ 14:00	健診					

★成人けんしん受付票の日程でご都合のつかない場合は、別の日程で受診してください。

月日	会場	受付時間	検診種別					
			さわやか 75歳以上 国保特定 他保特定 健康診査	胃がん	肺がん	大腸 がん	乳がん	子宮 がん
7月14日	金 千徳体育館	9:30 ~ 11:00 13:00 ~ 14:00	健診					
7月18日	火 宮古保健センター	9:30 ~ 11:00 13:00 ~ 14:00	健診					
	シートピアなあと(午前)	9:30 ~ 10:30				大腸	子宮	
	田老公民館 (午後)	13:00 ~ 14:00				大腸	子宮	
7月19日	水 宮古市民文化会館	9:30 ~ 11:00 13:00 ~ 14:00	健診					
7月20日	木 宮古市民文化会館	9:30 ~ 11:00 13:00 ~ 14:00	健診					
7月21日	金 宮古市民文化会館	7:00 ~ 9:30		胃	肺	大腸		
7月22日	土 山口公民館	7:00 ~ 9:30		胃	肺	大腸		
7月23日	日 千徳体育館	7:00 ~ 9:30		胃	肺	大腸		
7月24日	月 宮古保健センター	9:30 ~ 11:00 13:00 ~ 14:00	健診					
	花輪農村文化伝承館	7:00 ~ 9:30		胃	肺	大腸		
7月25日	火 高浜小学校	9:30 ~ 11:00 13:00 ~ 14:00	健診					
7月26日	水 赤前小学校	7:00 ~ 9:30	健診	胃	肺	大腸		
7月27日	木 鉾ヶ崎公民館	7:00 ~ 9:30		胃	肺	大腸		
7月28日	金 第二中学校	7:00 ~ 9:30		胃	肺	大腸		
7月29日	土 千徳小学校体育館	7:00 ~ 9:30		胃	肺	大腸		
7月30日	日 宮古保健センター	7:00 ~ 9:30		胃	肺	大腸		
7月31日	月 宮古保健センター	9:30 ~ 11:00 13:00 ~ 14:00	健診					
8月1日	火 山口公民館	9:30 ~ 11:00 13:00 ~ 14:00	健診					
8月2日	水 山口公民館	9:30 ~ 11:00 13:00 ~ 14:00	健診					
8月4日	金 金浜老人福祉センター	7:00 ~ 9:30		胃	肺	大腸		
	八木沢農村センター	7:00 ~ 9:30		胃	肺	大腸		
8月5日	土 津軽石公民館	7:00 ~ 9:30		胃	肺	大腸		
8月6日	日 山口公民館	7:00 ~ 9:30		胃	肺	大腸		
8月7日	月 宮古保健センター	9:30 ~ 11:00 13:00 ~ 14:00	健診					
8月8日	火 山口公民館	9:30 ~ 11:00 13:00 ~ 14:00	健診					
	花輪農村文化伝承館(午前)	9:30 ~ 10:30				大腸	子宮	
	宮古市民総合体育館 フォーラム棟 (午後)	13:00 ~ 14:00				大腸	子宮	
8月9日	水 山口公民館	9:30 ~ 11:00 13:00 ~ 14:00	健診					
	シートピアなあと	9:30 ~ 10:30 13:00 ~ 14:00				大腸	乳	

○生活習慣病予防健診・がん検診集団健診 日程表○

月日	会場	受付時間	検診種別					
			さわやか 75歳以上 国保特定 他保特定 健康診査	胃がん	肺がん	大腸 がん	乳がん	子宮 がん
8月23日	水 宮古市民総合体育館	9:30 ~ 11:00 13:00 ~ 14:00	健診					
8月24日	木 宮古市民総合体育館	7:00 ~ 9:30	健診	胃	肺	大腸		
8月25日	金 宮古市民総合体育館	7:00 ~ 9:30	健診	胃	肺	大腸		
8月26日	土 宮古保健センター	9:30 ~ 11:00 13:00 ~ 14:00	健診					
	土 崎山公民館	7:00 ~ 9:30		胃	肺	大腸		
8月27日	日 宮古保健センター	7:00 ~ 9:30		胃	肺	大腸		
8月28日	月 重茂漁業協同組合	7:00 ~ 9:30		胃	肺	大腸		
8月29日	火 山口公民館	7:00 ~ 9:30		胃	肺	大腸		
8月30日	水 田老公民館	7:00 ~ 9:30	健診	胃	肺	大腸		
8月31日	木 田老公民館	7:00 ~ 9:30	健診	胃	肺	大腸		
9月1日	金 田老公民館	7:00 ~ 9:30	健診	胃	肺	大腸		
9月2日	土 田老公民館	7:00 ~ 9:30	健診	胃	肺	大腸		
9月8日	金 川井保健センター (午前)	9:30 ~ 10:30				大腸	乳	
	金 新里保健センター (午後)	13:00 ~ 14:00				大腸	乳	
9月9日	土 宮古保健センター	9:30 ~ 10:30 13:00 ~ 14:00				大腸	乳	
9月11日	月 津軽石公民館	9:30 ~ 11:00 13:00 ~ 14:00	健診					
9月12日	火 津軽石公民館	9:30 ~ 11:00 13:00 ~ 14:00	健診					
9月13日	水 津軽石公民館	9:30 ~ 11:00 13:00 ~ 14:00	健診					
9月19日	火 宮古保健センター	9:30 ~ 10:30 13:00 ~ 14:00				大腸		子宮
9月21日	木 宮古市地域創生センター	9:30 ~ 11:00 13:00 ~ 14:00	健診					
9月22日	金 千徳体育館	9:30 ~ 11:00 13:00 ~ 14:00	健診					
9月24日	日 千徳体育館	9:30 ~ 10:30 13:00 ~ 14:00				大腸	乳	
9月25日	月 宮古保健センター	9:30 ~ 10:30 13:00 ~ 14:00				大腸	乳	
9月26日	火 重茂漁業協同組合 (午前)	9:30 ~ 10:30				大腸	乳	
	火 津軽石公民館 (午後)	13:00 ~ 14:00				大腸	乳	
	火 田老公民館	17:00 ~ 18:30				大腸		
9月27日	水 山口公民館	9:30 ~ 10:30 13:00 ~ 14:00				大腸	乳	
9月28日	木 花輪農村文化伝承館	9:30 ~ 11:00 13:00 ~ 14:00	健診					
9月29日	金 花輪農村文化伝承館	9:30 ~ 11:00 13:00 ~ 14:00	健診					
10月1日	日 新里保健センター	7:00 ~ 9:30	健診	胃	肺	大腸		

★10月16日(月)、11月2日(木)の大腸がん検診は男性も受診可能です。

月日	会場	受付時間	検診種別					
			さわやか 75歳以上 国保特定 他保特定 健康診査	胃がん	肺がん	大腸 がん	乳がん	子宮 がん
10月3日	火 千徳体育館	9:30 ~ 10:30 13:00 ~ 14:00				大腸		子宮
10月10日	火 重茂交流促進センター	9:30 ~ 11:00 13:00 ~ 14:00	健診					
10月11日	水 重茂交流促進センター	9:30 ~ 11:00 13:00 ~ 14:00	健診					
10月12日	木 シートピアなあと	9:30 ~ 11:00 13:00 ~ 14:00	健診					
	木 宮古保健センター	17:00 ~ 18:30				大腸		
10月16日	月 宮古保健センター(女性限定)	9:00 ~ 10:30 13:00 ~ 14:00	健診			大腸	乳	
10月17日	火 西ヶ丘地区センター	9:30 ~ 11:00 13:00 ~ 14:00	健診					
10月18日	水 西ヶ丘地区センター	9:30 ~ 11:00 13:00 ~ 14:00	健診					
10月19日	木 崎山公民館	9:30 ~ 11:00 13:00 ~ 14:00	健診					
10月20日	金 崎山公民館	9:30 ~ 11:00 13:00 ~ 14:00	健診					
	金 宮古保健センター	9:30 ~ 10:30 13:00 ~ 14:00				大腸		子宮
10月24日	火 宮古保健センター	7:00 ~ 9:30		胃	肺	大腸		
10月25日	水 宮古保健センター	7:00 ~ 9:30		胃	肺	大腸		
10月26日	木 宮古保健センター	17:00 ~ 18:30				大腸		
10月31日	火 宮古保健センター	9:30 ~ 11:00 13:00 ~ 14:00	健診					
11月1日	水 宮古保健センター	9:30 ~ 11:00 13:00 ~ 14:00	健診					
11月2日	木 宮古保健センター(女性限定)	9:00 ~ 10:30 13:00 ~ 14:00	健診			大腸	乳	
11月6日	月 宮古保健センター	9:30 ~ 11:00 13:00 ~ 14:00	健診					

○個別子宮頸がん検診 ○ <予約不要> 検診料金は、1,100円

- 6か月以内に不正出血、月経異常、褐色帯下等の症状があり、希望する方は子宮頸がん検診と併せて子宮体がん検診が受診できます。子宮体がん検診の検診料金は1,000円です。
- 成人けんしん受付票を忘れずにご持参ください。

実施期間	実施医療機関	受付時間	
令和5年7月1日(土)～ 10月31日(火) ※日、祝日を除く	伊東産婦人科医院 Tel0193-64-4833	月・火・木・金	9:00～11:00 14:00～17:00
		水・土	9:00～12:00

おばんです大腸がん検診(夕方からのがん検診)

- ・ 9月26日(火) 会場:田老公民館
- ・ 10月12日(木) 会場:宮古保健センター
- ・ 10月26日(木) 会場:宮古保健センター
- ・ 受付時間 17:00～18:30
- ・ 代理の方の提出も可能です。受検票(問診票)の記入漏れが無いようご注意ください。



検査キットの
設置場所は
1ページに掲載

○ 結核健康診断 日程表 ○

<川井地区>

月日	会 場	受付時間
8月22日(火)	川井保健センター	12:40 ~ 12:50
	小国出張所	13:05 ~ 13:15
	江繋地域振興センター	13:20 ~ 13:30
	江繋住宅前	13:35 ~ 13:40
	JR箱石駅前	13:50 ~ 14:00
	鈴久名集会所	14:05 ~ 14:15
	蟹岡集会所	14:25 ~ 14:35
	川内地域振興センター	14:40 ~ 14:50
	去石集会所	15:10 ~ 15:20
	区界団地前	15:30 ~ 15:35
	ピーブプレッジ前	15:40 ~ 15:45

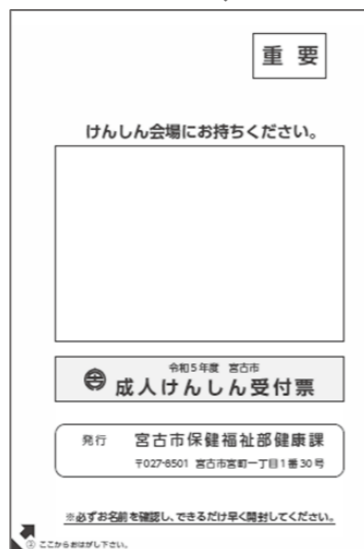
<新里地区>

月日	会 場	受付時間
8月21日(月)	腹帯コミュニティ消防センター	9:00 ~ 9:15
	新里生涯学習センター	9:30 ~ 9:50
	太長根地区総合センター	10:00 ~ 10:05
	茂市コミュニティ消防センター	10:15 ~ 10:30
	新里保健センター	10:40 ~ 10:50
	下刈屋地区総合センター	11:00 ~ 11:10
	基幹集落センター	11:15 ~ 11:25
	新里高齢者コミュニティセンター	13:30 ~ 13:50
	八坂自治会館	14:00 ~ 14:10
	下川原子供会館	14:15 ~ 14:25

<田老地区>

月日	会 場	受付時間
10月3日(火)	撰待地区消防屯所	10:00 ~ 10:10
	水沢地区屯所前	10:20 ~ 10:30
	小堀内地区消防屯所	10:40 ~ 10:50
	青野滝地区屯所前	11:00 ~ 11:10
	山本泰規氏倉庫前	11:20 ~ 11:30
	神田地区集会施設	13:30 ~ 13:40
	末前神楽伝承館	13:50 ~ 14:00
	青倉地区集会施設	14:25 ~ 14:35
	養呂地生活改善センター	14:45 ~ 14:55

結核健診を受診する際は、「成人けんしん受付票」をお持ちください。



【注意】

今年度、肺がん検診を受診した方は、結核健診を受ける必要はありません。

月日	会 場	受付時間
8月22日(火)	四番地区総合センター	9:00 ~ 9:05
	五番地区総合センター	9:20 ~ 9:25
	和井内林産会館	9:35 ~ 9:45
	和井内ふるさと会館	9:55 ~ 10:05
	一番組集会所	10:10 ~ 10:20
	林業活力センター	10:30 ~ 10:40
	丹野地区総合センター	10:45 ~ 10:55
	刈屋地区生活改善センター	11:00 ~ 11:10

月日	会 場	受付時間
10月4日(水)	田老総合事務所	9:30 ~ 9:40
	田老公民館	9:50 ~ 10:00
	田老福祉センター(長内)	10:10 ~ 10:20
	新田地区公民館	10:30 ~ 10:40
	和野地区集会施設	10:50 ~ 11:00
	三王自治会研修センター	11:10 ~ 11:30
	大平地区消防屯所	13:30 ~ 13:40
	小田代公民館	13:55 ~ 14:05
	櫻内地区屯所前	14:20 ~ 14:30

○ 結核健康診断 日程表○

<宮古地区>

月日	会 場	受付時間	
9月4日(月)	上根井沢集会所	9:00 ~ 9:10	
	佐々木惣一氏宅前(根井沢)	9:30 ~ 9:40	
	荷竹自治会館	10:10 ~ 10:25	
	弘川地区会館	10:50 ~ 11:10	
	津軽石公民館	11:30 ~ 12:00	
	21分団屯所	13:10 ~ 13:30	
	金浜老人福祉センター	13:50 ~ 14:10	
	高浜地区センター	14:30 ~ 14:50	
	9月5日(火)	箱石林業センター前	9:00 ~ 9:10
		吉田佐助氏宅前	9:40 ~ 9:50
田代林業センター		10:10 ~ 10:20	
君田部落集会所		10:30 ~ 10:40	
落合地区会館		10:50 ~ 11:00	
臼杵集会所		11:20 ~ 11:30	
宮古保健センター		13:30 ~ 14:30	
9月6日(水)		山口小学校	9:00 ~ 9:40
		宮園自治会センター	10:00 ~ 10:40
		山口公民館	11:00 ~ 11:40
9月7日(木)	山口団地集会所	13:00 ~ 13:40	
	コープ西ヶ丘	9:00 ~ 9:40	
	宮古西中学校	10:00 ~ 10:40	
9月8日(金)	近内地区センター	11:00 ~ 11:40	
	岩船地区集会所	12:00 ~ 12:10	
	千徳公民館	13:30 ~ 14:30	
9月11日(月)	根城農村センター	9:00 ~ 9:10	
	老木地区会館	9:35 ~ 9:50	
	田鎖地区交流センター	10:15 ~ 11:00	
9月12日(火)	松山地区センター	11:30 ~ 11:50	
	長根地区会館	13:30 ~ 14:20	
	ファミリーマート宮古そけい店	9:00 ~ 9:20	
9月13日(水)	磯鶏公民館	9:40 ~ 10:00	
	藤原オイルフェンス倉庫(旧藤原保育所)	10:20 ~ 10:50	
	岩手塩元売(株)宮古営業所	11:10 ~ 11:40	
	宮古市立図書館	13:30 ~ 14:00	
	八木沢農村センター	9:00 ~ 9:15	
	八木沢地区センター	9:40 ~ 10:15	
	宮古商工高等学校 商業校舎	10:30 ~ 11:00	
	磯鶏漁村センター	11:15 ~ 11:30	
	佐藤俊一氏駐車場(磯鶏)	13:00 ~ 13:30	

月日	会 場	受付時間
9月13日(水)	宮古消防署(五月町)	9:00 ~ 11:30
	中央公民館分館(保久田)	13:00 ~ 13:40
	宮古市民総合体育館 駐車場	14:00 ~ 14:30
9月14日(木)	佐々木知宏氏宅前	9:15 ~ 9:30
	笹見内地区会館	9:45 ~ 10:00
	重茂漁業協同組合	10:15 ~ 10:30
	元村集荷所	10:45 ~ 10:55
9月15日(金)	姉吉地区会館	11:20 ~ 11:30
	25分団屯所	11:50 ~ 12:00
	宮古保健センター	13:30 ~ 14:30
	館下義男氏宅前(藤畑)	9:00 ~ 9:20
9月19日(火)	駒形通公民館	9:40 ~ 10:10
	赤前小学校	10:30 ~ 10:50
	堀内地区センター	11:10 ~ 11:20
	旧海幸園(白浜)	11:40 ~ 11:50
9月20日(水)	荒巻集会所	13:15 ~ 13:30
	重茂北地区公民館	13:50 ~ 14:00
	中里団地集会所	9:00 ~ 9:30
	第二中学校	10:00 ~ 10:30
9月21日(木)	市営住宅佐原集会所	11:00 ~ 11:50
	鎌ヶ崎公民館	13:30 ~ 14:00
	姉ヶ崎地区センター	9:00 ~ 9:15
	佐々木勝見氏倉庫前(大付)	9:30 ~ 9:40
9月21日(木)	崎山中学校	10:00 ~ 10:15
	崎山公民館	10:30 ~ 10:45
	大沢地区会館	11:15 ~ 11:30
	ほほえみの里駐車場	13:00 ~ 14:00
9月21日(木)	南川目農村センター	9:00 ~ 9:10
	旧北川目分校	9:30 ~ 9:40
	長沢6組地区会館	10:00 ~ 10:10
	長沢農村センター	10:30 ~ 11:00
10月5日(木)	重茂民蔵氏宅前(大野折壁)	11:20 ~ 11:35
	大谷地林業センター	11:50 ~ 12:00
	花輪農村文化伝承館	13:30 ~ 13:45
	イエローハット宮古店	9:00 ~ 9:30
10月5日(木)	牛伏農産物加工センター	10:15 ~ 10:30
	(株)東北工商倉庫前	10:50 ~ 11:05
	ファミリーマート宮古根市店	11:15 ~ 11:35
	JR千徳駅前	13:00 ~ 13:15
10月5日(木)	宮古保健センター	13:30 ~ 14:30

◆ 感染症の予防にかかる注意及びお願い

- ・けんしん会場では、密集を避けるため、会場内の人数を制限することがあります。
- ・けんしん会場内では、マスクの着用、健康状態の確認にご協力をお願いします。
- ・新型コロナワクチンを接種後の方は、副反応が無いことを確認のうえ、受診してください。
(ワクチン接種後 3 日後以降の受診をお勧めします。)
- ・次に該当する場合は、受診を控えていただくようお願いします。
 - ①風邪症状(37.5 度以上の発熱や咳、咽頭痛、鼻汁、頭痛等)の自覚がある場合
 - ②新型コロナウイルス等の感染症に罹患し、療養が必要な期間の方

◆ その他の留意事項

- ・駐車場に限りがありますので、公共交通機関等の利用をお勧めします。
- ・市営駐車場を利用の方は無料処理を行いますので、受付で駐車券をご提示ください。
- ・気象状況等の理由により、けんしんを中止する場合があります。

【問い合わせ先】

8：30～17：00（土・日・祝日を除く）

宮古保健センター	宮町一丁目1-30	電話	0193-64-0111	FAX	64-5464
田老保健センター	田老一丁目3-4	電話	0193-87-2975	FAX	87-3667
新里保健センター	茂市1-115-4	電話	0193-72-3500	FAX	72-3502
川井保健センター	川井2-165	電話	0193-76-2036	FAX	79-5001