南房総市 令和7年度 けんしんのご案内

©南房総市 みなたん

年に1度は健診を受けましょう。健診は生活習慣病のリスクを確認できます。
自身の健康状態を知り、生活習慣の改善に取り組んでみましょう。

けんしん受診3ステップ

1 受ける健診（検診）を選択

総合検診（集団検診）	施設健診	肺がん検診・結核検診のみ	大腸がん検診のみ
• 健康診査 • 胃がん検診 • 前立腺がん検診 • 肝炎ウイルス検診 • 大腸がん検診 • 肺がん検診・結核検診	• 健康診査		

2 健診（検診）を予約

総合検診（集団検診）	施設健診	肺がん検診・結核検診のみ	大腸がん検診のみ
健康推進課に予約 受診する日程を選び、WEBまたは電話で予約 ※大腸がん検診受診希望で採便容器がない人は健康推進課へ連絡	医療機関に予約	予約不要 受診票がない人は健康推進課へ連絡	予約不要 採便容器がない人は健康推進課へ連絡

3 受診

総合検診（集団検診）	施設健診	肺がん検診・結核検診のみ	大腸がん検診のみ
日程 8月20日～9月27日、11月4日の20日間 時間 午前7～9時 ※11月4日は午前8時30分～午前9時30分	日程 8月1日～1月31日	日程 8月20日～9月27日、11月4日の20日間 時間 午前10～11時 10月21日～11月4日の8日間でも実施	
詳しくは2ページへ▶	詳しくは4ページへ▶	詳しくは7ページへ▶	詳しくは6ページへ▶

結果確認

結果が届いたら確認しましょう
詳しくは8ページへ▶

総合検診（集団検診）を受ける人

総合検診で受けると、生活習慣病のリスクを発見できる健康診査とがん検診が同時に受けられます。

けんしん名	対象者　年齢基準日（令和8年3月31日）	料　金	内　容
健康診査	南房総市国民健康保険加入の20歳から74歳の人	600円	※単独の検査はできません。 ●計測（身長・体重・※腹囲・体格指数（BMI）） ※後期高齢者健診は腹囲測定はありません。 ●血圧測定 ●診察 ●血液検査　脂　質：中性脂肪・HDL・LDL 肝機能：AST・ALT・γ-GTP 血　糖：空腹時血糖・HbA1c 腎機能：クレアチニン ●尿検査（尿糖・尿蛋白） ●詳細健診（医師が必要と判断した場合） 心電図・眼底検査・貧血検査
	南房総市後期高齢者医療制度加入者	無料	
	40歳以上の南房総市生活保護受給者 ※生活保護受給証明書が必要です		
胃がん検診	40歳以上の人	1,000円	バリウム　胃部エックス線間接撮影
前立腺がん検診	50歳以上の男性	400円	血液によるPSA（腫瘍マーカー）の測定
肝炎ウイルス検診	40歳以上の人で、過去に肝炎ウイルス検査を受けたことがない人	500円	血液による C型肝炎抗体・B型肝炎抗原検査
肺がん検診・結核検診	40歳以上の人・65歳以上の人	無料	胸部エックス線デジタル撮影
大腸がん検診	40歳以上の人	300円	便潜血

がん検診の登録がない場合は予約前に申込みが必要です。健康推進課へご連絡ください。
注意事項は６ページをご覧ください。

1 総合検診（集団検診）の日程を選ぶ

検診日	場所
8月20日（水）	白浜 コミュニティセンター
8月21日（木）	
8月24日（日）	千倉 保健センター
8月25日（月）★	
8月26日（火）★	
8月27日（水）★	
8月28日（木）★	
9月　1日（月）	とみうら 元気倶楽部
9月　2日（火）	
9月　4日（木）	和田地域福祉センター 「やすらぎ」
9月　5日（金）	

検診日	場所
9月10日（水）	富山岩井 コミュニティセンター
9月11日（木）	
9月17日（水）	子育て支援施設 ほのぼの
9月18日（木）	
9月24日（水）★	三芳 保健福祉センター
9月25日（木）★	
9月26日（金）★	
9月27日（土）★	
11月　4日（火）	

★印の日は脳年齢と足指計測（歩行機能低下など）ができます！

さらに！ 9月26日は、午前９時頃から理学療法士による「足と健康」の講話を聞くことができます。

2 受診日時の予約をする

令和7年8月1日から予約受付開始
健診（検診）受診希望日の5日前まで

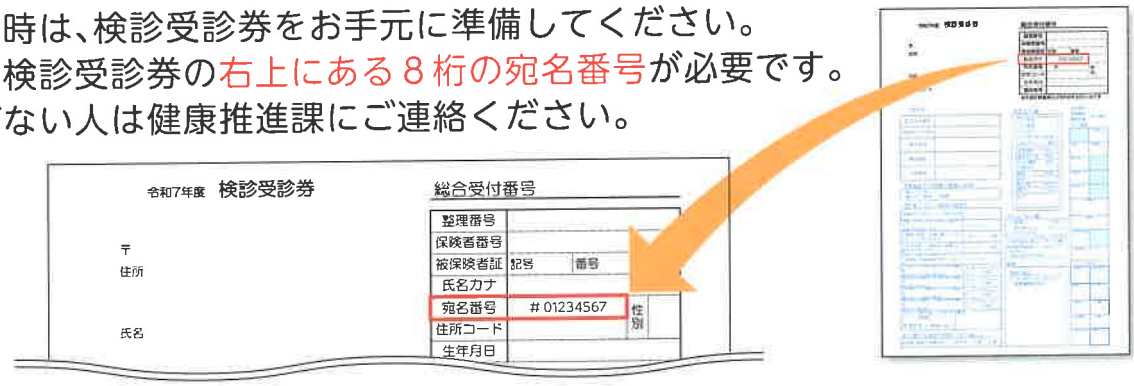
電話予約 ☎0470-36-1154
平日の午前９時から午後５時まで
※電話での予約は回線が混み合いつながりにくいことがありますので、できる限りWEB予約にご協力をお願いします。

WEB予約 24時間予約可能

https://logoform.jp/form/sUZQ/1014149

南房総市　総合検診　検索

予約する時は、検診受診券をお手元に準備してください。
予約には検診受診券の右上にある８桁の宛名番号が必要です。
受診券がない人は健康推進課にご連絡ください。



3 受診する

共通する持ち物

- ☐ **マイナ保険証または資格確認書**
  （生活保護世帯の方は受給証明書）
  ※マイナンバーカードの健康保険証利用登録が必要です。
  詳しくは右の二次元コードへ。
  ※マイナ保険証の利用登録をしていない方は、資格確認書をお持ちください。
- ☐ **料金**
- ☐ **「令和7年度検診受診券」**
  ※健康診査を受ける人は裏面の質問票を記載してきてください。

健康診査を受ける人

- ☐ **当日尿**（生理中の人は検査できません）

肺がん検診・結核検診を受ける人

- ☐ **「肺がん検診・結核検診受診票」**（緑色）

胃がん検診を受ける人

- ☐ **「胃がん検診受診票」**（白色）

大腸がん検診を受ける人

- ☐ **「大腸がん検診受診票」**（ピンク色）
  と採便した容器（緑色の袋）

◎希望する健診（検診）の受診券（票）や検査容器等がない人は健康推進課へご連絡ください。
尿容器は本庁保険年金課、朝夷行政センター、各地域センターにも予備を置いてあります。

◎健診当日の天候等により、中止になる場合があります。中止の場合は、健診前日の午後５時または、健診当日の午前６時に防災無線で周知します。

医療機関で受ける人

施設健診ではがん検診は一緒に受けられませんが、1月まで
健康診査を受けることができます。

けんしん名	対象者　年齢基準日（令和8年3月31日）	料　金	内　容
健康診査	南房総市国民健康保険加入の 20歳から74歳の人	800円	※単独の検査はできません。 ●計測（身長・体重・※腹囲・体格指数（BMI）） ※後期高齢者健診は腹囲測定はありません。 ●血圧測定 ●診察 ●血液検査　脂　質：中性脂肪・HDL・LDL 肝機能：AST・ALT・γ-GTP 血　糖：空腹時血糖・HbA1c 腎機能：クレアチニン ●尿検査（尿糖・尿蛋白） ●詳細健診（医師が必要と判断した場合） 心電図・眼底検査・貧血検査
	南房総市後期高齢者医療制度加入者	無料	
	40歳以上の南房総市生活保護受給者 ※生活保護受給証明書が必要です		

1 施設健診を受ける

健診期間：
令和7年8月1日～令和8年1月31日

❶ 医療機関一覧（5ページ）から希望する医療機関を選ぶ
❷ 医療機関に申し込む
❸ 持ち物を持って受診する

- □ マイナ保険証または資格確認書
  （生活保護受給者は「生活保護受給証明書」）
- □ 料金
- □ 「令和７年度健康診査受診券」
- □ 当日尿（生理中の人は検査できません）

2 検査結果連絡票を活用する

健診期間：
令和7年8月1日～12月31日

生活習慣病で治療中の人が、いつもの受診結果を市に連絡する制度です。
医療機関受診で特定健診と同項目の検査を実施している場合は、検査結果をご報告ください。

受診している病院が実施医療機関か確認する（5ページ）
▶ 病院で検査結果連絡票の利用希望を伝える（健康診査受診券を持参）
▶ 病院にある用紙に必要事項を記入する

※市からの結果返却はありません

令和7年度　施設健診および検査結果連絡票　実施医療機関

市町村		医療機関名	住所	連絡先	施設健診*	検査結果連絡票
南房総市	1	南房総市立富山国保病院	南房総市平久里中1410-1	0470-58-0301	○ 心	○
	2	若林医院	南房総市市部155-12	0470-57-2538	○ 心・眼	○
	3	原診療所	南房総市富浦町原岡228-1	0470-33-4065	○ 心	○
	4	生方内科クリニック	南房総市富浦町原岡137-1	0470-33-2219	○ 心	○
	5	南房総ファミリアクリニック	南房総市本織43-1	0470-20-6171	○ 心・眼	○
	6	青木内科クリニック	南房総市安馬谷2071	0470-46-2012	○ 心	○
	7	石井クリニック	南房総市白子2131	0470-40-5311	○ 心	○
	8	間宮医院	南房総市和田町仁我浦123	0470-47-2039	○ 心	○
	9	中原病院	南房総市和田町仁我浦19-1	0470-47-2021	○ 心	○
	10	白浜中央医院	南房総市白浜町白浜2887-1	0470-38-2751	○ 心	○
	11	和顕医院	南房総市白浜町白浜2666-3	0470-38-2313	○ 心	○
	12	七浦診療所	南房総市千倉町大川638	0470-40-3330	○	○
	13	野﨑医院	南房総市千倉町北朝夷2319-1	0470-44-5222	○ 心	○
	14	松永医院	南房総市千倉町平舘764-1	0470-44-0385	○ 心	○
館山市	15	安房地域医療センター	館山市山本1155	0470-25-5120	○ 心・眼	
	16	あいクリニック	館山市上真倉344-1	0470-29-5535	○	○
	17	青柳内科クリニック	館山市高井177-2	0470-22-2500	○ 心	○
	18	赤門整形外科内科	館山市沼1619	0470-22-0008	○ 心	○
	19	天野クリニック	館山市正木795-1	0470-20-5955		○
	20	伊賀整形外科クリニック	館山市北条2198-3	0470-22-1180	○ 心	○
	21	太田整形外科医院	館山市北条1866-4	0470-28-5500	○ 心	○
	22	亀田ファミリークリニック館山	館山市正木4304-9	0470-20-5511	○ 心	○
	23	貴家医院	館山市北条1778	0470-22-3323	○ 心	○
	24	清川医院	館山市北条1548	0470-23-7731	○ 心	○
	25	黒川医院	館山市沼888	0470-22-0520	○ 心	○
	26	小林病院	館山市船形909	0470-27-3811	○ 心	○
	27	鈴木内科クリニック	館山市館山809-2	0470-22-8880	○ 心	○
	28	たかはし内科小児科クリニック	館山市北条1898-1	0470-29-7501	○ 心	○
	29	たてやま循環器内科外科	館山市北条2416-30	0470-20-1102	○ 心	○
	30	館山病院	館山市北条520-1	0470-23-5030	○ 心・眼	○
	31	たてやま友愛クリニック	館山市北条1355-40	0470-20-1200	○ 心	○
	32	つじ泌尿器科クリニック	館山市正木795-1	0470-20-5556		○
	33	西岬診療所	館山市早物28	0470-29-0030	○ 心	○
	34	野原皮膚科内科医院	館山市北条1888	0470-22-0333	○ 心	○
	35	原クリニック	館山市長須賀515	0470-24-5711	○	○
	36	北条病院	館山市北条1089	0470-23-1966	○ 心	○
	37	九重　鈴木医院	館山市薗168-1	0470-22-9131	○ 心	○
	38	ここのみクリニック	館山市北条2549-14	0470-29-7070	○ 心	○
	39	しろやまいたみのクリニック	館山市長須賀309-1	0470-29-3964	○ 心	○
鴨川市	40	石川外科内科クリニック	鴨川市横渚1056-3	04-7092-5210	○ 心	○
	41	小田病院	鴨川市横渚880	04-7092-1128	○ 心	
	42	鴨川市立国保病院	鴨川市宮山233	04-7097-1221	○ 心・眼	
	43	東条病院	鴨川市広場1615	04-7092-1207	○	○
鋸南町	44	鋸南町国民健康保険鋸南病院	鋸南町保田359	0470-55-2125	○ 心・眼	○

*施設健診欄について、"心"は心電図、"眼"は眼底の検査が可能な医療機関です。
*心電図と眼底検査は、一定の基準に該当し、医師が必要と判断した場合に実施する検査で、本人の希望で実施する検査ではありません。

人間ドック

費用の補助制度があります。補助を受けるには検査を受ける14日前までに申請が必要です。

国民健康保険加入者の対象者（3つ全てに該当する人）

- 35歳以上の被保険者
- 被保険者の加入期間が１年以上の人
- 国民健康保険税（料）を完納している人

後期高齢者医療制度加入者の対象者（下記に該当する人）

- 後期高齢者医療保険料の未納がない人

【助成金額】　検査費用の10分の7相当額で3万円を限度とします。

問合せ　保険年金課　☎0470-33-1060

健診（検診）受診時の注意事項（共通）

食事

- 前日の夜９時以降から検査終了までは飲食禁止です。
- 水は飲んでも構いませんが、**検査２時間前までに200ml以内**です。
- 飲酒やお茶、コーヒー、牛乳などは避けてください。
- 検査当日は検査終了後までタバコは控えてください。
- アメ、ガムは避けてください。

内服 ※検査当日の内服については事前に主治医へご相談ください。

【高血圧・心臓病の薬を内服されている人】➡**検査開始の2時間前までに200ml以内（コップ1杯程度）の水で必ず内服してください。**

【糖尿病の薬を内服されている人】➡受診前は糖尿病の**薬の内服やインスリン注射はしないでください。**

服装 検診の待ち時間短縮のためご協力ください。

○適　切
- 無地のTシャツ
- ウエストがゴムのズボンやスカート
- ワイヤー、ホック、カップなしの下着
- スポーツウエア上下のような服
- 髪の毛が長い人はまとめましょう

×避けたい
- ベルト
- ボタンのあるもの
- タートルネック等
- ネックレス等の金属類
- ストッキング
- 脱ぎづらい靴
- ラメやスパンコールのTシャツ
- ワンピース
- 着脱しにくい服装
- 湿布
- 磁石入り絆創膏
- ファスナー

その他 インスリンポンプや持続グルコース測定器は磁気の影響を受ける可能性があります。検査前に必ず取り外しをお願いします。

大腸がん検診受診時の注意事項

○便はできるだけ、提出日を含め、3日以内のものを採ってください。
（例：8月20日に提出する場合は、8月18日～8月20日の分となります。）
※容器に同封されている説明書をよく読んで必ず２本分採便してください。
※同じ便で２本分採便しないでください。
※同じ日でも採便した時間が違う場合は２本提出できます。忘れずに時間を記入してください。
※生理中の人は受診できません。

○採便した容器は提出まで冷暗所で保管してください。

○受診しない場合は受診票と未使用の採便容器を返却してください。詳細は受診票裏面をご覧ください。

胃がん検診・結核肺がん検診受診時の服装

読影、診断に支障をきたし、正確な結果が出せなくなりますので、ご協力をお願い致します。

公益財団法人 ちば県民保健予防財団

総合検診を受診する人へのお願い

（１）受診時に風邪症状や関節・筋肉痛、下痢、嘔気、嘔吐のある人は受診を延期してください。
（２）会場ではマスクの着用と、適宜手指消毒、石鹸による手洗いをお願いします。

肺がん検診・結核検診各地区巡回検診のご案内

肺がん検診・結核検診だけを受診する人は、総合検診以外に、下記の日程で各地区巡回検診を実施します。「肺がん検診・結核検診受診票」をお持ちの上、受診してください。

	検診日	時間・実施場所	
白浜	10月21日(火)	9:30～ 9:50	乙浜集落センター
		10:10～10:25	白浜地域センター
		13:00～13:10	根本集会場
		13:30～13:40	川下会館
		14:00～14:10	島崎公会堂
千倉	10月22日(水)	9:30～ 9:45	平磯コミュニティ集会所
		10:05～10:25	白間津コミュニティ集会所
		10:45～11:05	東安房漁協(旧南部漁村センター)
		13:00～13:20	セブンイレブン安房千倉店駐車場(忽戸)
		13:35～13:45	旧千倉漁村センター跡地(平舘)
		14:05～14:25	朝夷行政センター
千倉	10月23日(木)	9:30～ 9:40	大貫コミュニティ集会所
		10:00～10:10	千倉小脇ゲートボール場
		10:30～10:40	東安房漁協白子瀬戸支所前
		11:00～11:10	川合地蔵院駐車場
		13:00～13:10	高家神社前駐車場
		13:30～13:45	千倉こども園体育館前
		14:00～14:15	おどや千倉店第２駐車場
丸山	10月24日(金)	9:30～9:40	大井青年館
		9:55～10:10	宮下集会所
		10:25～10:40	丸本郷集会所
		10:55～11:15	丸山体育館
		13:00～13:30	日運寺駐車場
		13:45～14:00	安馬谷青年館
		14:15～14:30	ＪＡ安房千歳花卉集出荷場
		14:45～15:00	岩糸青年館

	検診日	時間・実施場所	
和田	10月28日(火)	9:30～ 9:40	花園区集荷所
		10:00～10:20	和田コミュニティセンター
		10:40～10:50	和田漁民館前
		13:00～13:10	北三原公民館
		13:30～13:40	南三原駅前
富浦	10月29日(水)	9:30～10:00	南無谷枇杷倉庫
		10:20～10:40	豊岡青年館
		11:00～11:15	原岡枇杷倉庫前
		13:00～13:20	多田良漁民会館
		13:40～14:00	福沢公会堂
		14:20～14:40	深名コミュニティセンター
富山	10月30日(木)	9:30～ 9:40	高照寺下駐車場
		9:55～10:20	富山平群コミュニティセンター前
		10:35～10:45	吉井集会所
		11:00～11:10	犬掛青年館
		13:00～13:10	合戸青年館先椎津宅地
		13:25～13:45	富山岩井体育館脇(旧富山小学校体育館脇)
		14:05～14:15	岩井富浦漁協岩井支所(旧岩井漁協)
三芳	11月4日(火)	10:00～11:00	三芳保健福祉センター
		13:00～13:10	滝田区民会館(旧上滝田公民館)
		13:25～13:35	みよし交流館
		13:50～14:05	国府土地改良区事務所
		14:20～14:35	山名共同館

けんしん Q&A

Q 定期的に病院を受診しているから健診は受けなくても大丈夫?

A 年に一度の健康管理のため、検診は必要です。定期受診のある人で検査項目を満たしている場合は、「検査結果連絡票」の対象になる場合があります。詳細は４ページを確認してください。

結果返却

健康診断を受けた後は、結果を確認しましょう。

❶ 受診を勧められた人（要精密検査）

必ず受診しましょう。早期に病気を発見し、治療が始められれば、回復も早くなります。

脳・心臓・腎疾患への重症化の予防

受診相談の先延ばしや自己判断による治療中断をしている可能性がある人に、通知または電話により医療機関への受診勧奨を実施しています。

❷ 生活の見直しが必要な人（特定保健指導）

糖尿病や高血圧、脂質異常症などの生活習慣病を発症する危険があります。生活を見直すことで、予防につながります。保健指導などのご案内があった場合は、活用していきましょう。

❸ 異常がなかった人

今の生活を維持し、来年も健康診断で変化がないか確認していきましょう。

マイナ保険証をご利用ください。※事前の登録が必要です

マイナンバーカードの健康保険証利用申し込みは、医療機関・薬局の顔認証付きカードリーダー、マイナポータルでの登録以外に、全国のセブン銀行のATMでも利用登録をすることができます。

マイナ保険証を使うメリット

① 過去のお薬・診療データに基づく、より良い医療を受けることができる

② 手続きなしで高額医療の限度額を超える支払を免除

③ マイナポータルで確定申告時に医療費控除が簡単にできる

④ 救急現場で、搬送中の適切な応急処置や病院の選定などに活用される

問合せ 保険年金課　☎0470-33-1060

―個人情報の取り扱いについて―

検診（健診）の結果は、地域住民の健康の保持増進を目的として、保健指導や受診勧奨、健康相談を実施するため、また、安房地域の公衆衛生活動向上のため利用させていただきます。（具体的には、通知や電話、メールによる総合検診受診勧奨及び生活習慣病受診勧奨、総合検診受診者数や精密検査者数などを匿名化したのちに統計データとして活用します。）特定健診の結果は、保険者において保存しますが、千葉県国民健康保険団体連合会で点検され、匿名化された実施結果を国へ報告します。また、必要に応じて保健指導等に活用しますのでご了承ください。

検診（健診）の結果は、個人のプライバシーに関わる重要な情報ですので、南房総市では、その取り扱いに細心の注意を払うとともに上記目的以外には使用いたしません。

この趣旨をご理解いただきますようお願いいたします。

南房総市保健福祉部健康推進課　☎0470-36-1154

VEGETABLE OIL INK
この冊子は環境に配慮し、植物油インキを使用しています。

無断転載・複製禁止 ©（株）現代けんこう出版