

# 2025年度第4期0次健診案内

京都大学大学院医学研究科・長浜市

京都大学大学院医学研究科と長浜市が、2007年度より市民の健康づくりと医学の発展のために行っている、ながはま0次予防コホート事業(0次健診)にご参加をいただき、誠にありがとうございます。

0次健診は、2023年度より第4期を実施しており、2025年度におきましても、健康づくりに役立てることと医療活用の推進を目的として、市立長浜病院で行う予定をしています。一部の検査結果は病院診療録(カルテ)に記録されます。詳しくは下記の内容をお読みいただき、ご予約いただきますようお願いいたします。皆さまの日頃の健康管理にお役立ていただければ幸いです。

**健診会場** 市立長浜病院 ヘルスケア研究センター(別館1階)・0次健診専用別室

**健診日程** 令和7年4月2日(水)～令和8年3月19日(木)の平日(年末年始を除く)

**予約受付** 完全予約制です。※この案内を受け取られたら下記の予約方法で予約することができます。

健診にかかる時間は個人差がありますがおおむね3時間が目安です。

各健診日とも定員があり、先着順に受け付けますので、お早めにご予約ください。

予約後に「ながはま0次予防コホート事業第4期0次健診説明書」をお送りします。

**予約方法** ①または②の方法で予約してください。**4・5月受診希望の方は、電話予約のみとなります。**

**①WEB 予約** メールアドレスをお持ちの方は、右の QR コードを読み取るか  
(6月以降日程) 下記 URL からアクセスしてください。**予約の際は、宛名面に記載されている受診券番号を入力してください。**

<https://go.mrso.jp/996729>

(健診日の40日以内の変更・キャンセルは下記番号にお電話ください。)



**②電話予約**

**0749-50-6210 (健康づくり0次クラブ)**

(平日:午前9時～午後6時/土、日、祝、8月14.15日、年末年始を除く)

健診当日の受付時刻は、9時30分～10時と13時30分～14時です。

健康づくり0次クラブから予約に関してお電話をさせていただく場合があります。

## ☆予約時の注意点☆

### 【長浜市国民健康保険にご加入の方】

0次健診の受診には、5月下旬に郵送される特定健診の受診券が必要です。**受診券を保管し健診日にお持ちください。**(4・5月の日程を予約された場合は、市から直接、特定健診受診券を市立長浜病院に提出するので郵送されません。)

### 【75歳以上の方、後期高齢者医療制度にご加入の方】

0次健診の受診には、6月中旬に郵送される高齢者健診の受診券が必要です。**受診券を保管し2月末までに受診してください。**(6月までに0次健診を予約された場合は、市から直接、高齢者健診の受診券を市立長浜病院に提出するので郵送されません。)

**健診費用** ご負担いただくことはありません。

**業務委託** 京都大学大学院医学研究科及び長浜市の委託を受け、市立長浜病院ヘルスケア研究センターと特定非営利活動法人健康づくりO次クラブが各業務を行います。(画像検査については湖北病院でも実施します。)個人情報の利用・管理に関する取り決めも含め、覚書や業務委託契約を締結しています。予約受付にはWEB予約システムを使い、その情報は健診予約のほか、受付や発送業務等、委託業務の範囲内で使用します。

## 第4期O次健診の内容

O次健診では、通常の特定健診の内容に加え、さらに詳しい検査が受けられます。

(検査項目は一部変更になる場合があります。)

### 主な検査項目

**血液検査** 採血は 47.5ml の予定です。血液は、健診に必要な項目の測定に使用するほか、研究のための検査や遺伝子の抽出に使わせていただきます。また、一部は将来開発される新しい検査などのために冷凍保存します。

#### お返しする検査結果

血液一般、腎機能、脂質代謝、糖代謝、肝機能、電解質、その他

**尿検査** 尿の一部は、将来開発される新しい検査などのために冷凍保存します。

#### お返しする検査結果

尿蛋白・尿糖・尿潜血・尿ウロビリノゲン・尿中アルブミン/クレアチニン比

**生理検査** 通常の特定健診項目(身長・体重・腹囲・血圧)に加えて、以下の検査を実施します。いずれの検査も痛みはありません。一部の検査を除いて結果をお返しします。

#### 実施する検査項目

体組成・握力・動脈硬化度・血圧・心電図・眼科(屈折率・眼圧・OCT・眼軸長・眼底)・  
口腔衛生指導・睡眠時無呼吸・家庭血圧・認知機能・24時間蓄尿(1日の食塩摂取量)・  
頭部MRI・膝X線(前回受診者のみ)

#### お返ししない検査結果

眼科の一部、家庭血圧、認知機能の一部

### 質問調査について

- ふだんの睡眠や体の動かし方、飲酒、喫煙、ストレス、これまでの病歴などについての質問です。たくさんの質問がありますが、調査の基本となる重要なデータですので、できるだけ正確にお答えください。
- 予約後に「O次健診のご案内」と共に送付する「質問調査のご案内」をご覧ください、ご自宅のパソコンやスマートフォンからID・パスワードを入力して回答してください。回答には60分程度かかりますので、お早めにご回答ください。
- パソコンやスマートフォンを用いて回答することが出来ない場合は、健診会場で回答していただけますが、健診をスムーズに終えるために、できる限りご自宅で回答を済ませてください。

## 注意事項

- 健診会場での検査や血液検査の結果のうち、医学的意義が明らかであり、皆様の健康づくりに役立つ結果についてお返しします。
- 次の検査は任意の検査です。結果をお返しできない検査もありますが、0次コホート事業から最先端の医学研究の成果を発信し、0次健診を末永く続けるためにとっても大切な検査ですので、ご協力をお願いいたします。

任意の検査	検査方法	対象者	結果返却の目安
睡眠時無呼吸検査 家庭血圧・活動度	機器を自宅に持ち帰り、日々の血圧や睡眠の状態、活動を測定します。測定後、指定の日時・場所に機器を返却していただきます。	80歳未満の方	睡眠時無呼吸のみ約4ヶ月後
24時間蓄尿検査 (食塩摂取量)	専用の容器を自宅に持ち帰り、1日の尿の40分の1量を採尿します。採尿後、指定の日時・場所に提出していただきます。	60歳以上 80歳未満の方	約2ヶ月後
認知機能検査	認知機能検査は記憶や日常生活に関する質問に答える検査です。	60歳以上	約1ヶ月後 (一部返却)
頭部 MRI/ MRA 膝 X 線検査	市内の指定の病院で撮影を行います。健診予約時に検査の予約を行います。(健診時に認知機能検査を受けていただいた方のみ検査できます。)	第3期に頭部 MRI 検査を受けた方	約1ヶ月後

## 0次健診における感染症対策について

受診者の皆様に安心して0次健診を受けていただけるよう、感染症対策を行います。具体的な対策は以下のとおりです。

○マスクの着用

○検温・体調確認の実施

健診受付において検温・体調確認をさせていただきます。

○下記のいずれかに該当する場合は、原則として、0次健診の延期またはお控えいただく場合がありますのでご承知おきください。

・のどの痛み、咳などのかぜ症状のある方

・37.5℃以上の発熱がある方

・健診を受診される1週間以内に、37.5℃以上の発熱があった方

ご理解とご協力をお願いいたします。

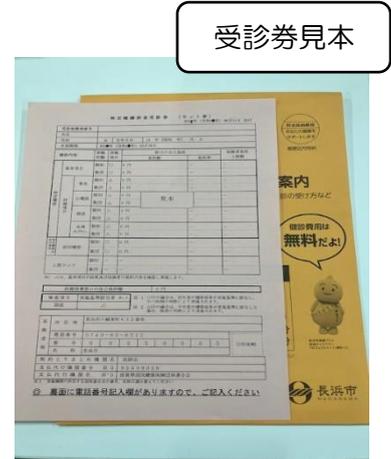
**健保組合等が発行した健康診査受診券・保険証をご確認ください！**

**■ 長浜市国民健康保険にご加入の方**

0次健診を受けることで特定健診も同時に受診することになります。  
 5月下旬にオレンジ色の封筒で保険年金課から受診券が送られます。  
 受診時に必要ですので、見当たらない場合や途中加入の方は受診日7日前までに保険年金課(65-6512)に再発行(発行)を依頼してください。(すでに特定健診または市の助成を利用しての人間ドックを受診済みの場合は次年度に0次健診を受診してください。)

※4・5月に0次健診を受診される場合は市でお預かりしています。

※ 市の助成を利用した人間ドック、市の生活習慣病健診を受けた人、治療中患者情報提供をされた人は同じ年度に0次健診を受診することはできません。二重に申し込まれないようにお願いします。



受診券見本

**■ 後期高齢者医療制度にご加入の方**

0次健診を受けることで後期高齢者健診も同時に受診することになります。6月中旬にピンク色の封筒で保険年金課から受診券が送られます。受診時に必要ですので、見当たらない場合や途中加入の方は受診日7日前までに保険年金課(65-6527)に再発行(発行)を依頼してください。(かかりつけ医等で健診を受診済みの場合は次年度に0次健診を受診してください。重複受診はできません。)

※6月までに0次健診を予約された場合は、市から直接、高齢者健診の受診券を市立長浜病院に提出するので郵送されません。



受診券見本

**■ 長浜市国保以外の健康保険に加入されている、受診券をお持ちの方**

お持ちいただくと、特定健診も一緒に受診できます(とりまとめ機関に集合Bと記載されている場合)。お持ちの方はぜひご提出ください。

保険者により、受診券の様式は葉書サイズなど様々です。事前申込が必要な場合もありますので保険者にお尋ねください。



受診券見本

**0次健診にはがん検診は含まれません。**  
 市の各種健(検)診の詳細は、4月配布の「健康づくり日程表」を参照の上、別途お申込みください。