

令和6年度

特定健診のご案内

長浜市国民健康保険にご加入中の 40～74 歳のみなさまへ

全員無料で
受けられるよ！

目次

特定健診って何ですか？対象者は？	
何を検査するのですか？	…1
受診方法と申込み	…2
総合健診(日程表)	…3～4
市内の実施医療機関	…5～6
人間ドック・0次健診・協会けんぽ健診	…7
健診結果を知ろう	…8
治療中患者情報提供・健診結果の提供	…9
健康づくりについて	…10
総合健診予約申込書(切り取ってご利用ください)	



長浜市健康づくり推進キャラクター
「むびょうたん+1」健康くん

長浜市国民健康保険からご案内です

このパンフレットをご覧になったら、早速受診の手続きを！



長浜市健康づくり推進キャラクター
「むびょうたん+1」あるくん

特定健診を受診して
ビフテクのポイント
GET!!
※詳しくは10ページを
ご覧ください

手続きが終わったら、受診日をメモしておきましょう！

日時:令和 年 月 日()

場所:

特定健診って何ですか？

特定健診は「メタボリックシンドローム」に着目して検査を行い、「生活習慣病」の兆候を発見することを目的としています。

「生活習慣病」は、目立った自覚症状が無いまま進行し、やがて心臓や脳血管、腎臓などに重大な病気を引き起こすことがあります。

対象になるのはどんな人？

対象者 長浜市国民健康保険にご加入中の 40～74 歳の方

受診期限 令和 7 年 2 月 28 日まで 期限までに 75 歳になられる方はお誕生日の前日まで

※健診を受診する日に国民健康保険に加入していない方は対象外です。加入中の保険証をご確認ください。

もし受診日以前に遡って国民健康保険資格を喪失したときは、費用の返還をお願いすることがあります。

※同一年度内に重複受診はできません。年度内に総合健診、個別健診、人間ドック、0次健診などの健診のうち、いずれか1回のみ利用となります。

重複受診が判明した場合は、健診費用をご負担いただきますのでご注意ください。

※今年度75歳を迎える方は、受診期限がお誕生日の前日までとなります。75歳のお誕生日以降は後期高齢者医療保険に切り替わり、健診を受ける条件も変わります。

詳しいことは、保険年金課 ☎65-6527(後期高齢者医療制度担当)までお問い合わせください。

何を検査するのですか？

「生活習慣病」のリスクの早期発見を目的とした検査内容です。

問診 身体計測(身長、体重、BMI) 腹囲測定

血圧測定 尿検査(糖・たんぱく・潜血) 血液検査(脂質・血糖・肝機能・腎機能・尿酸)

内科診察

詳細検査が必要と医師に判断された場合は、心電図、眼底検査等が追加されます。

受診時の持ち物

① 特定健康診査受診券 忘れずお持ちください。
(ピンク色・このパンフレットと一緒に入っています)

② 国民健康保険証

③ 問診票

※総合健診会場で受診する方には、健診の約一週間前に総合健診用の問診票を送りますので、そちらに記入し、当日お持ちください

特定健康診査受診券

The image shows a pink receipt form titled '特定健康診査受診券'. It has a header section with fields for name, address, and insurance information. Below the header is a large grid area with multiple rows and columns, likely for recording examination results or dates. At the bottom, there are additional fields for date and time.

※受診券が見当たらないときは、再発行が必要です。

保険年金課(☎65-6512)までお問い合わせください。

受診方法と申込み

1. 受診方法を選ぶ

A. 市の総合健診で
受診する

B. 医療機関で
受診する

C. 人間ドックを
受診する

D. 0次健診を
受診する

2. 予約する

A. ①～③のどれかで
予約

①WEB

②パンフレットの最
終ページの申込書

③電話

※封筒表面をご確認ください

詳細は3～4ページ
で確認

B. 5～6ページで健
診実施医療機関を確認し予約

事前予約が必要な医
療機関もありますの
で、医療機関に直接お
問い合わせください。

C. 市で費用の一部を
助成します。

詳細は7ページで確認

D. 5年に1度対象と
なりますので、今年度
対象になる方には別
途健康推進課から案
内を送付しました。
(予約が必要です)

3. 受診する

A. 総合健診会場へ※

B. 医療機関へ※

C. 医療機関へ

D. 0次健診会場へ

※受診時の持ち物については1ページを確認

4. 結果を確認 (詳しくは8ページへ)

☆総合健診

・・・およそ1か月半程度で市から結果を郵送します。

☆医療機関受診、人間ドック、0次健診

・・・受診医療機関から結果が返却されます。

(時期は医療機関にお尋ねください)

●個人情報保護に関して

特定健診や特定保健指導の実施結果の情報は、長浜市や実施機関で保存し、保健指導などに活用します。

取り扱いや管理は、個人情報保護の観点から適切に対応を行います。ご了承のうえ受診してください。



A 総合健診で受診する

令和6年度日程表

当日の会場受付:午前9時~11時

必ず事前に予約をしてください(会場ごとに定員を設けています)

予約方法は次の1~3から選んでご予約を!

- 1 WEB予約 市のホームページから ……
- 2 このパンフレットの最終ページを切り取って郵送
- 3 電話で申込み 期間限定・専用予約センター(5/21~6/9)あり



詳しくは封筒表面をご確認ください。

日程	会場	同日に実施されるがん検診等							備考	
		肝炎ウイルス	胃がん	大腸がん	肺がん	子宮頸がん	乳がん	歯周病		
6月上旬も健診の日程があります。ご希望の方は健康推進課へお問い合わせください。										
6月	19 水	余呉まちづくりセンター	○	○	○	○	○	○		
	22 土	高月分室	○	○	○	○	○	○	○	
	27 木	長浜サンパレス	○	○	○	○	○	○		女性のみ・託児
	28 金	長浜サンパレス	○	○	○	○				
7月	4 木	神照まちづくりセンター	○	○	○	○	○	○	○	
	5 金	虎姫まちづくりセンター	○	○	○	○	○	○		
	8 月	木之本まちづくりセンター	○	○	○	○	○	○		
	10 水	浅井文化ホール	○	○	○	○	○	○		
	13 土	長浜市保健センター	○	○	○	○	○	○		託児・通訳
	16 火	六荘まちづくりセンター	○	○	○	○				
	21 日	高月分室	○	○	○	○	○	○		
8月	24 水	西浅井まちづくりセンター	○	○	○	○	○	○	○	
	4 日	長浜市保健センター	○	○	○	○	○	○		
	5 月	長浜市保健センター	○		○		○	○		女性のみ・託児
	6 火	高月分室	○	○	○	○	○	○		
	24 土	高月分室	○	○	○	○	○	○	○	
9月	30 金	長浜市保健センター	○	○	○	○				
	5 木	神照まちづくりセンター	○	○	○	○	○	○		
	9 月	湖北福祉ステーション	○	○	○	○	○	○	○	
	11 水	浅井文化ホール	○	○	○	○	○	○		
	14 土	長浜市保健センター	○	○	○	○	○	○	○	通訳
	17 火	六荘まちづくりセンター	○		○		○	○		女性のみ・託児
	18 水	余呉まちづくりセンター	○	○	○	○	○	○	○	
	29 日	高月分室	○	○	○	○	○	○		託児
30 月	虎姫まちづくりセンター	○	○	○	○	○	○	○		

日程	会場	同日に実施されるがん検診等							備考	
		肝炎ウイルス	胃がん	大腸がん	肺がん	子宮頸がん	乳がん	歯周病		
10月	9 水	上草野まちづくりセンター	○	○	○	○				
	10 木	木之本まちづくりセンター	○	○	○	○	○	○	○	
	13 日	長浜市保健センター	○	○	○	○	○	○	○	通訳
	17 木	長浜サンパレス	○	○	○	○	○	○		女性のみ・託児
	21 月	長浜市保健センター	○	○	○	○				
	26 土	高月分室	○	○	○	○	○	○		
	31 木	保健センター西浅井分室	○	○	○	○	○	○		
11月	1 金	市民交流センター	○		○		○	○		託児
	6 水	びわまちづくりセンター	○	○	○	○	○	○	○	
	9 土	長浜市保健センター	○	○	○	○	○	○		通訳
	12 火	長浜サンパレス	○	○	○	○	○	○	○	女性のみ・託児
	13 水	長浜サンパレス	○	○	○	○				
	15 金	浅井文化ホール	○	○	○	○	○	○		
	20 水	湖北福祉ステーション	○	○	○	○	○	○		
	24 日	高月分室	○	○	○	○	○	○	○	
29 金	北郷里まちづくりセンター	○	○	○	○					
12月	4 水	浅井文化ホール	○	○	○	○	○	○	○	
	7 土	長浜市保健センター	○	○	○	○	○	○		通訳
	9 月	長浜市保健センター	○	○	○	○				
	13 金	高月分室	○	○	○	○	○	○	○	
	15 日	長浜市保健センター	○	○	○	○	○	○	○	

※総合健診会場で受診される方には、健診の約一週間前に受診案内が届きます。

がん検診等 受診料	項目	総合健診	医療機関健診
	胃がん検診(バリウム検査)	900円	2,700円
	胃がん検診(内視鏡検査) ※50歳以上、2年に1度 ★注1		3,400円
	大腸がん検診	500円	800円
	肺がん検診	500円 (喀痰検査有 1,100円)	1,100円 (喀痰検査有 1,900円)
	子宮頸がん検診(2年に1度)	1,400円	1,500円
	乳がん検診(2年に1度)	49歳以下2方向 1,500円	49歳以下2方向 1,800円
		50歳以上1方向 1,200円	50歳以上1方向 1,500円
	肝炎ウイルス検診 ※市で1度も受けたことない人のみ	1,000円	1,500円
歯周病検診	無料		

がん検診案内



肝炎ウイルス検診案内



歯周病検診案内



★注1:胃がん検診(内視鏡検査)を受けた翌年度は、バリウム検査も内視鏡検査も受診できません。

B 医療機関で受診する

できるだけ7月から9月に受けましょう。

市内の医療機関を掲載しています。

かかりつけ医、またはお住いの近くの医療機関でもOK!

※医療機関では期間や定員、受診できる曜日を取り決めていることがあります。感染症の流行等が影響することもありますので、受診前に確認をしてください。

地区	特定健診実施医療機関名	連絡先	受診予約	大腸がん
長 浜	岩本整形外科	64-1866	要予約	
	岡崎医院	65-0019		
	おくだ医院	65-5775		
	筧医院	62-7330	要予約	○
	きとうクリニック	65-5100	要予約	○
	クリニックムライ	65-2125		
	小林クリニック	65-6060	要予約	
	近藤クリニック	64-2110		
	佐々木クリニック	53-1701		○
	佐野クリニック	65-5800		○
	メディカルアート澤田医院	62-0875	要予約	○
	下坂クリニック	62-0080	要予約	○
	セフィロト病院	62-1652	要予約	
	つかクリニック	53-3410	要予約	○
	中西医院	63-1812		○
	長浜赤十字病院 ※	63-2111(代表)	要予約	
	西川医院	62-4412	要予約	○
	華房クリニック	62-1547	要予約	
	はまたに内科・循環器内科クリニック	53-3017		○
	ばんば内科・消化器内科(受付は13時半~15時半)	53-3600	要予約	○
	東野医院	65-3380	要予約	
	布施クリニック	65-3811		○
森上内科循環器科クリニック	64-4846		○	
市立長浜病院(ヘルスケア研究センター)(受付は13時~17時)	68-2335	要予約	○	
浅 井	浅井診療所	74-1209	要予約	○
	浅井東診療所	76-8111	要予約	○
	こだまクリニック(旧おしたにクリニック)	74-2011	要予約	○
び わ	中川医院	72-8077	要予約	○
	橋本医院	72-3668	要予約	○
虎 姫	※ 太田医院 受診できません。			
	虎姫診療所(健診実施期間 7-10月)	73-2062	要予約	
湖 北	安達クリニック	78-0005	要予約	○
	江村医院	79-0007		○
	みやこクリニック	78-1884	要予約	

高月	雨森医院	85-3106		○
	上松医院	85-3189		○
	布施内科医院	85-5600	要予約	○
	安井医院	85-3110		○
木之本	岩根医院	82-2045	要予約	○
	荻野医院	82-5177		○
	長浜市立湖北病院(受付は14時~16時)	82-3315	要予約	
	前川医院	82-2038		○
西浅井	にしあざい診療所	89-0012		○
	塩津出張診療所	88-0341		○
余呉	中之郷診療所	86-8105		

※長浜赤十字病院では、6~9月(月・火・木)に実施(1日3名)。治療中患者情報提供はできません。

年度途中で実施医療機関が変更になる場合があります。

○印のある医療機関では大腸がん検診も受けられます(別途費用800円要)。

診療時間は①湖北医師会ホームページで確認ください。

受診可能な県内の医療機関は②滋賀県医師会ホームページでご確認ください。

熱などの症状があるときは受診を控え、別の日に受診してください。

感染症予防にご協力をお願いします。

① 湖北医師会 HP



② 滋賀県医師会 HP



市立長浜病院ヘルスケア研究センターをご利用ください!

市立長浜病院では、特定健診と同時に市の検診(下表)も受診できます。※要予約
お申込みは、実施の曜日を**確認し、希望日の2週間前までに、当センターへ直接お電話ください**。

曜日/午前・午後	月		火		水		木		金	
	午前	午後								
特定健診(国保)※6月~2月		●		●				●		●
胃がん検診(バリウム・内視鏡共)		●		●		●		●		●
肺がん検診		●		●		●		●		●
大腸がん検診	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
乳がん検診	●		●	●	●	●	●		●	
子宮頸がん検診	●			●				●		
肝炎ウイルス検診	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●

※受診料は4ページ

※祝日・年末年始は除きます



市立長浜病院ヘルスケア研究センター

☎68-2335(平日13~17時)

C 人間ドックを受診する

お問い合わせ先
保険年金課 ☎65-6512

市指定の医療機関または JA で、市の助成を利用して3月末までに人間ドックを受診された場合、特定健診を受診されたものとみなします。助成の申し込みは受診の前に済ませておいてください。

手続きは

- ① 医療機関へ申込み ②市への助成申込み ③受診 ④結果確認

☆助成の対象は下記①～④すべてに当てはまる方です。

- ① 長浜市国民健康保険加入で令和6年4月1日現在40歳以上、かつ、受診日時点で75歳未満の人
- ② 国民健康保険料の滞納がない世帯の人、かつ、市税に滞納がない人
- ③ 市の保健指導を受けることに同意する人
(保健指導を受けられなかった場合、助成費用をお返しいただきます)
- ④ 今年度、特定健診および0次健診を受けない人(複数の健診を受診する必要はありません)



☆受付は令和6年12月27日まで(予算枠の上限に達し次第受付を終了します)
詳しくは市ホームページ等をご覧ください、国民健康保険証をもって窓口へお越しください。
保険年金課・くらし窓口課(北部合同庁舎内)・各市民サービス窓口でも受け付けます。

D 0次健診を受診する

今までに0次健診を受けたことがある方のみが対象です。
今年度対象の方には、案内を送付しました。

0次健診を受診された方は、特定健診を受診されたものとみなします。(特定健診や人間ドックは受けられません)対象になるのはおおむね5年に1度です。今年度対象でない方は、ほかの方法で特定健診を受けましょう!

協会けんぽの健診会場でも受診できます

30分程で健診を終えることができるのでお忙しい方に好評です。

WEB 予約はこちら ▶ 
(総合健診予約サイトから予約できます)

日程	会場	申込〆切	申込み先
7月 5日(金)	勤労者福祉会館 臨湖 (※7/22のみ木之本まちづくりセンター) 受付 9:30~16:30 ・時間の指定はできません。 ・健診 1週間前に受診時間の案内が健診実施機関から郵送されます。	6月20日(木)	健康推進課 ☎65-7759 北部健康推進センター (保健センター高月分室) ☎85-6420
7月 22日(月)※		7月 5日(金)	
8月 23日(金)		8月 8日(木)	
9月 24日(火)		9月 9日(月)	
10月 15日(火)		9月30日(月)	
11月 6日(水)		10月22日(火)	

健診結果を知ろう！

結果について個別相談できる

参加無料

『結果説明会』をご利用ください！

【年間10回 午前中開催 予約制 各回定員あり】

「今回ちょっと数値が悪いだけ…大丈夫、大丈夫」なんて、思っていないですか？
生活習慣病の多くは自覚症状なく進行していきます。元気に自分らしく生活できるよう、生活習慣を見直しましょう。健診結果を見ながら、保健師・管理栄養士からのアドバイスを受けられます！

会場	開催日	会場	開催日
長浜市保健センター (ながはまウェルセンター)	令和6年 8月 22日(木)	長浜市役所浅井分庁舎	令和6年 11月 28日(木)
	令和7年 2月 18日(火)	湖北福祉ステーション	令和6年 11月 19日(火)
六荘まちづくりセンター	令和6年 9月 27日(金)	保健センター高月分室	令和6年 9月 4日(水)
養蚕の館	令和7年 1月 16日(木)		令和6年 10月 18日(金)
びわまちづくりセンター	令和7年 2月 6日(木)	木之本まちづくりセンター	令和6年 12月 11日(水)

当日の内容

①受付 ⇒ ②オプション検査(希望者のみ) ⇒ ③個別相談 ⇒ ④歯のお話

お問い合わせ・予約
健康推進課
☎65-7759

特定健診の結果『特定保健指導が必要』の判定が出たら

料金無料

『特定保健指導』を受けましょう

Step1

面談で今の身体の状態を確認。
これからの計画・目標を設定。

Step2

電話や面談、メールなどでアドバイスを受けながら、目標に向けチャレンジ！

GOAL

深刻な生活習慣病にならないように、健康習慣を身につけましょう。

保健師や管理栄養士があなたの健康づくりを応援します！



健診結果により、特定保健指導の対象になった方には、後日、市または委託業者から連絡いたします。
※お知らせがあったら、ぜひ一緒に生活改善に取り組んでみましょう！

お問い合わせ
健康推進課
☎65-7759

かかりつけ医のある方、職場健診を受けられる方へのお願い

長浜市国民健康保険加入者の方で、市の特定健診を受診されていない方の健康状態を把握するため、通院治療中の方が特定健診と同様の検査を受けられておられる場合、検査データの提供をお願いいたします。

情報を提供していただくことで、長浜市の特定健診を受けたとみなすことができ、受診率に応じて国からの交付金が交付されるので、国保財政の安定化にもつながります。

一人でも多くの方の健康状態を把握し、健康増進のための取り組み等に活用させていただきますので、ご理解とご協力をお願いします。



①通院・治療を受けている方

…受診券と治療中患者情報提供票(問診票の裏面)をかかりつけ医にご提出ください。

②パート・アルバイト先で健診を受ける方…健診結果を受け取ったら、以下のことを確認し、市にご提出ください。



- ① 受診された医療機関・健診機関名
 - ② 身体測定値(身長、体重、腹囲)
 - ③ 喫煙状況、服薬歴または服薬状況
 - ④ 血圧測定、血液検査および尿検査の項目
- ⇒コピーしてこのパンフレットに同封した封筒で郵送または、原本を保険年金課(☎65-6512)の窓口へ

③商工会議所で健診を受ける方

…受診券を持参し、健診を受診してください。

*お持ちいただく健診結果に服薬と喫煙に関する記載がないときは、こちらを切り取ってご利用ください

お名前

()

現在、たばこを習慣的に吸っていますか。	血圧を下げる薬	コレステロールを下げる薬	糖尿病の薬 (インシュリン含)
<input type="checkbox"/> はい(条件1と条件2を両方満たす) <input type="checkbox"/> 以前は吸っていたが、最近1か月間は吸っていない(条件2のみ満たす) <input type="checkbox"/> いいえ	使用 <input type="checkbox"/> している <input type="checkbox"/> していない	使用 <input type="checkbox"/> している <input type="checkbox"/> していない	使用 <input type="checkbox"/> している <input type="checkbox"/> していない

※「現在、たばこを習慣的に吸っている」とは条件1と2を両方満たす人です

条件 1:最近1か月間吸っている

条件 2:生涯で6か月間以上吸っている、又は合計100本以上吸っている

健康推進アプリ BIWA-TEKU

BIWA-TEKU とは？

県内全域で普及がすすめられている
健康推進スマホアプリです。

ウォーキングを中心に、実際のコースを巡るスランブラリーや、
バーチャルラリーへの参加、また各種健診の受診や、
健康に関する目標を達成することなどで
健康ポイントをためることができるアプリです。

たまったポイントは、1年に1度、

賞品の抽選応募で利用することができます！

詳しくはホームページをご覧ください⇒



賞品が

当たる！

アプリに
健康ポイント
がたまる！



ダウンロード

無料！

成果が

わかる！



ながはま健康ステーションに行こう！

最新測定器ベジチェック®による野菜摂取量(推定)の
測定や、血管年齢測定、骨健康度チェックなど様々な健康
チェックを行うほか、天候に左右されず、店内でウォーキ
ングを楽しめる取組みを行っています。

今より、ちょっと健康になるきっかけづくりをぜひお
試しください！

実施場所:アル・プラザ長浜 1階

開催日時や場所、詳しい内容については、
市ホームページをご覧ください。



ながはま健康ステーション 検索

長浜市血圧測定すぽっと

買い物や本を借りにきたついでに、血圧を
気軽に測れる環境をつくるため、家庭血圧計
を、市内の公共施設や事業所に設置いた
いでいます。一日の中でも変動がある血圧。健診
以外の日にもチェックしてみてください。

設置している場所はこちら⇒



また、血圧計を無料(期間限定)で
お貸します！

貸し出し、問合せは

健康企画課 ☎65-7779



健診に関するお問い合わせ先

受診券・人間ドック助成について
総合健診の予約について

長浜市保険年金課

長浜市健康推進課(ウェルセンター)

北部健康推進センター(保健センター高月分室)

☎65-6512

☎65-7759

☎85-6420

令和6年度 長浜市総合健診予約申込書

希望する項目の受診希望日を記入して返信用封筒に入れ、ポストに投函するだけで、今年度の健診の申し込みは完了します。

受診者の 氏名・生年月日 住所・連絡先	氏名:		生年月日: 昭和 年 月 日
	長浜市		
	日中つながる電話番号: 自宅: - 携帯: -		
健診・検診の種類	料金 (総合健診)	受診希望日(3ページ)	※注意 下記の方は対象外です。 【胃がん検診】 昨年度市の胃がん検診(内視鏡検査)を受けた人 【肺がん検診】 今年度市の結核健診を受診した人 【子宮頸がん検診・乳がん検診】 昨年度受診した人 【肝炎ウイルス検診】 市で受診したことがある人 ・検診履歴がわからない場合は、健康推進課(☎65-7759)までお問い合わせください。 ・対象外の場合、予約が受け付けられていません。健診前に届く受診案内を必ずご確認ください。
国民健康保険 特定健診	無料	月 日	
胃がん検診 (胃部X線検査)	900円	月 日	
大腸がん検診	500円	月 日	
肺がん検診	500円 (喀痰検査有 1,100円)	月 日	
子宮頸がん検診 (2年に1回)	1,400円	月 日	
乳がん検診 (2年に1回)	49歳以下 1,500円 50歳以上 1,200円	月 日	
肝炎ウイルス検診 (1度も受けたことない人のみ)	1,000円	月 日	
歯周病検診	無料	月 日	

すでに健康づくり日程表の申込ハガキ・インターネット・電話でご予約済の方は送付不要です。(ご不明な場合はお問い合わせください)

- ① 各健診ごとに定員があります。ご希望の日程が定員に達している場合は、別の日程をご案内します。
- ② がん検診は、現在経過観察中や治療中・過去に手術をした人は、お申込み前にご相談ください。
- ③ がん検診は、前年度までの精密検査が未受診の場合は、市の検診を受診することができません。
- ④ 健診・検診は医療機関でも受けられます。パンフレットの5～6ページをご確認ください。

返送期限:令和6年6月28日(金)必着 以降は電話・ネット予約をご利用ください。

この線で切り取って返信用封筒で郵送 ➡