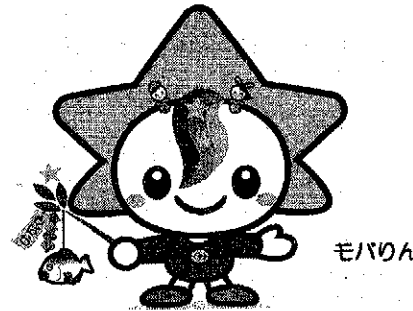


# 健康診査のお知らせ

～ 市の国民健康保険に加入の40歳以上75歳未満の方及び後期高齢者医療制度に加入している方健康診査を5月から実施します。

(日程、検査内容は裏面に記載)

健康診査は心筋梗塞や腎不全などの前段階である高血糖や高血圧、脂質異常を早期に発見することを目的としています。ぜひ受診してください。



※感染症や自然災害等により中止または延期となる場合があります。

- ・生活習慣病は自覚症状がないまま進行する、大変危険な病気です！
- ・生活習慣病は進行すると、治療に要する時間も金額も大きく膨らみます！
- ・病気の治療と健康診査は目的が違います！

## 健康診査って受けたほうがいいの？



お医者さんにかかっているから、受けなくてもいいですか？

### 病気の治療と健康診査は目的が違います！

医療機関での検査は「治療」が目的で、その病気に関係する検査です。一方、健康診査は生活習慣病の早期発見が目的ですので、治療中の病気以外の異常が見つかるかもしれません。



健康な人（自覚症状がない人）には関係ないでしょ？

### 生活習慣病は自覚症状なく進みます。

放っておけば、その先には命にかかわる病気が待ち構えています。

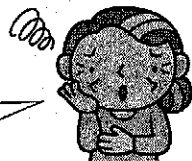
年に1度の受診と健康状態の確認が必要です！

市の健診って、詳しく検査してもらえないんじゃない？



検査項目は、裏面に記載してあるとおりです。標準項目のほか、市では腎機能検査、貧血検査尿酸検査を全員に実施しており、糖尿病の進行や痛風等のリスクにも対応しています。

なぜ、毎年受けるのですか？



生活習慣病の発症や重症化を予防するために毎年受診することが大切です。

毎年受診していれば前年との比較ができ、状態の変化に気づくことができます。

土曜日や夜間にも実施しますので、必ず受診しましょう。

◎特定健康診査及び後期高齢者の健康診査を受診される方は、短期人間ドックの助成は利用できません。

人間ドックについては、市公式ウェブサイト、広報もばら（1月1日号または5月15日号（予定））をご確認のうえ、助成を希望される方は、市国保年金課にお申し込みください。

【お問い合わせ先】国保年金課 電話 0475(20)1503 FAX 0475(20)1600  
(2階・2番窓口) メール kokuho@city.mobara.chiba.jp

# 健康診査の流れ

## 1. 申し込み

調査票を送付しますので、必要事項をご記入の上、ご返送ください。  
お申し込みされた方に、質問票などの書類を郵送します。

■年齢と加入している医療保険によって健診の申込み先が異なります■

※今年75歳になる方は、健診当日に誕生日を迎えているかどうかで受診方法が異なります。

40歳以上75歳未満の方

市の国民健康  
保険に加入

国民健康保険以外  
の医療保険に加入

茂原市で実施の  
『特定健康診査』を  
受診

加入している医療保  
険にお問い合わせく  
ださい

【申込み先】

[受付] 市健康管理課 (2階・3番窓口)  
[電話] 0475(20)1574  
[FAX] 0475(20)1600  
[電子メール] kenkou@city.mobara.chiba.jp

◆受診方法の詳細は裏面をご覧ください

受診日において、75歳以上の方

茂原市で実施の  
『後期高齢者の健康診査』を受診

【申込み先】

[受付] 市国保年金課 (2階・2番窓口)  
[電話] 0475(20)1503  
[FAX] 0475(20)1600  
[電子メール] kokuho@city.mobara.chiba.jp

◆受診方法の詳細は裏面をご覧ください

※高血圧症・心臓病・糖尿病等で治療中  
の方は、かかりつけ医にご相談ください。

※集団健診を希望の方は、日程の予約があり  
ますので、市への申込が必要となります。  
個別健診を希望の方は、市への連絡は不  
要です。受診希望の医療機関に直接お問  
い合わせください。

## 2. 健診を受診

「集団健診」は各公共施設で、「個別健診」  
は各医療機関で健診を受診します。

## 3. 結果の送付

数週間後に、健診結果等が郵送されます。  
ご自身の今の健康状態をご確認ください。

## 4. 「健康サポート」(特定保健指導)

健診の結果、メタボリックシンドロームの該当者やその予備群の方には、  
保健指導の案内を送付します。(国民健康保険加入の方のみ)



健診日程・検査項目は裏面をご覧ください

■ 特定健康診査 ■

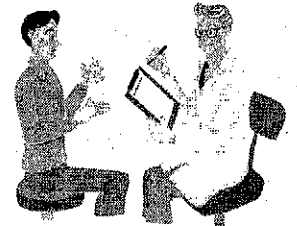
(40歳以上75歳未満で茂原市の国民健康保険に加入の方)

◆ 集団健診 (自己負担額: 1,000円)

健診日程: 右の日程表のとおり

土曜日・夜間の健診もあります!

- ・右の日程から受診したい日を選んで、原則、希望日の10日前(土日・祝日を除く)までに申込みください。
- ただし、各日程とも定員になり次第締め切ります。
- ・質問票等は、受診日までに郵送します。



◆ 個別健診 (自己負担額: 2,000円)

健診期間: 5月1日(金) ~ 12月25日(金)

- ・受診できる医療機関は、質問票等を郵送する時にご案内します。
- ・申込期限: 11月20日(金)

※集団健診、個別健診ともに、質問票等は、申込み後4月下旬から随時郵送します。

■ 後期高齢者の健康診査 ■ (後期高齢者医療制度に加入している方)

◆ 集団健診 (自己負担額: 無料)

健診日程: 右の日程表のとおり

- ・右の日程から受診したい日を選んで、原則、希望日の10日前(土日・祝日を除く)までに申込みください。
- ただし、各日程とも定員になり次第締め切ります。

◆ 個別健診 (自己負担額: 無料)

健診期間: 5月1日(金) ~ 12月25日(金)

- ・受診できる医療機関は、質問票等を郵送する時にご案内します。

※質問票等は、4月下旬から随時郵送します。

■ 検査項目 ■

◆ 基本的な健診項目

- ・質問票(服薬歴、喫煙歴、生活習慣など)
- ・身体計測(身長、体重、BMI、腹囲)
- ・医師の診察 ・尿検査(尿糖、尿たんぱく) ・血圧測定
- ・血液検査: ①血糖(ヘモグロビンA1c) ②脂質(中性脂肪、HDLコレステロール、LDLコレステロール)
- ③肝機能(AST(GOT)、ALT(GPT)、 $\gamma$ -GT( $\gamma$ -GTP))

※後期高齢者の健康診査では、腹囲の計測は行いません。

④腎機能(血清クレアチニン、eGFR(糸球体ろ過量))

⑤貧血検査(赤血球、ヘモグロビン、ヘマトクリット)

⑥尿酸検査

茂原市では、独自に左記の検査項目を追加し、検査項目の充実を図っています。

◆ 詳細な健診項目

検査項目	受診方法	次のいずれかに該当する方
心電図検査	集団	令和8年度から <b>全員に実施</b> の予定です!
	個別	令和8年度の健診結果で ◎血圧: 国が定める基準に該当 ◎不整脈が疑われる
眼底検査	集団・個別	令和8年度の健診結果で ◎血圧: 国が定める基準に該当
		令和7年度の健診結果で ◎血糖: 国が定める基準に該当

◎集団健診での眼底検査は、当日の医師の診察等によって検査が必要と判断された方にも実施します。(※

『後期高齢者の健康診査』では、当日の医師の診察等による眼底検査は実施しません。)

※眼底検査は、一部の医療機関では実施していません。

## 健康診査（集団健診）日程表

受付時間 12:30～14:00(7月10日、7月31日の夜間は17:30～19:00)

混雑緩和のため受付時間帯を分けております。詳細は後日送付する案内をご覧ください。

◎健診は完全予約制です。

月日	曜日	会場
7月27日	水	東部台文化会館
7月28日	木	東部台文化会館
7月6日	月	茂原市役所
7月7日	火	茂原市役所
7月8日	水	茂原市役所
7月9日	木	茂原市役所
7月10日	金	茂原市役所
7月10日	金	茂原市役所(夜間)
7月11日	土	茂原市役所
7月13日	月	本納公民館(ほのおか館)
7月14日	火	本納公民館(ほのおか館)
7月15日	水	本納公民館(ほのおか館)
7月16日	木	本納公民館(ほのおか館)
7月17日	金	本納公民館(ほのおか館)
7月21日	火	東部台文化会館
7月22日	水	東部台文化会館
7月23日	木	東部台文化会館
7月24日	金	東部台文化会館

月日	曜日	会場
7月28日	火	保健センター
7月29日	水	保健センター
7月30日	木	保健センター
7月31日	金	保健センター
7月31日	金	保健センター(夜間)
9月14日	月	東部台文化会館
9月15日	火	東部台文化会館
9月16日	水	東部台文化会館
9月17日	木	東部台文化会館
9月18日	金	東部台文化会館
9月19日	土	東部台文化会館
9月24日	木	保健センター
9月25日	金	保健センター
9月26日	土	保健センター
9月28日	月	保健センター
9月29日	火	保健センター
9月30日	水	保健センター

※全ての会場は冷暖房完備です。

## その他の検診（集団健診の会場で実施）

受付時間]12:00～12:20 夜間健診:17:00～17:20(健康診査は受診せず、下記の検査のみを受診される方)

茂原市の国民健康保険以外の医療保険に加入されている方も、下記の対象者であれば受診できます。

原則、受診希望日の10日前(土日・祝日を除く)までに健康管理課まで申込みください。

	前立腺がん検診	胃ピロリ菌検査	B型・C型肝炎ウイルス検診
対象者	50歳以上男性 (令和8年4月1日時点)	40歳以上 (令和8年4月1日時点) ※過去にピロリ菌検査を受けたことのある方は対象外	40歳以上 (令和9年3月31日までに40歳以上になる方) ※過去に肝炎ウイルス検診を受けたことのある方は対象外
検査方法	採血 PSA(前立腺特異抗原)検査	採血 ピロリ菌抗体検査	採血
自己負担額	500円	500円	無料

特定健康診査を希望された方で肝炎ウイルス検診の対象となる方には、特定健康診査の質問票の裏面に肝炎ウイルス検診問診票を記載し、送付します。

お問い合わせ先】 市健康管理課(2階)

電話】(20)1574 [FAX】(20)1600 [電子メール] kenkou@city.mobara.chiba.jp