

令和6年度 保存版

# 健康のしおり



長崎の変イメージキャラクター  
にゃーが



長崎県公式アプリ 歩こーで！ながさき健康づくりアプリ  
2023年2月1日配信スタート

詳しくはコチラ→



大村市 国保けんこう課  
問い合わせ 0957-53-4111 (内線145・171)

# がん検診

職場等で受ける機会のない人は保険の種類に関わらず受けることができます。  
個別健診と集団健診があります。ご自身の都合に合わせて選ぶことができます。

## 個別健診

かかりつけ医など、指定医療機関（8ページ参照）で受診することができます。ご自身の都合に合わせて日時の調整が行いやすいです（指定医療機関へ事前予約）。

## 集団健診

市内の会場を、決まった日時に健診車が巡回します（7ページ参照）。お近くの会場で、ご家族やご友人と一緒に受診することができます（国保けんこう課へ事前予約）。

※年齢は年度末（令和7年(2025年)3月31日）現在になります。



## 肺がん

- 日本人のがん死亡第1位
- たばこを吸わない人もかかる。

### 対象

40歳以上

65歳以上

### 自己負担金

150円★

0円

### 検査内容

#### 【胸部エックス線検査】

背中からエックス線をあてて肺全体を撮影します。心肥大など心臓の異常がわかることもあります。

#### 【喀痰細胞診検査】

痰を採取して、がん細胞が混じっていないかを調べる検査です。

### 注意事項

- 65歳以上は、結核検診を兼ねます。
- 喀痰細胞診検査は、内診の結果必要と認められた場合に実施し、上記の金額に追加で400円かかります。



## 大腸がん

- 日本人のかかるがん第1位
- 早期発見・治療で治癒率はほぼ100%

### 対象

40歳以上

### 自己負担金

150円★

### 検査内容

#### 【便潜血反応検査】

便の表面をこすり取って出血(潜血)がないかを検査します。精度を上げるため、2日分の便を検査します。

### 注意事項

- 痔出血や生理中は、検査を避けてください。
- 検査前の食事制限はありません。



## 胃がん

- 早期発見できれば治る確率が高い。
- ピロリ菌や生活習慣病が関係していることが多い。

### 対象

40歳以上

### 自己負担金

【個別健診】1,400円

【集団健診】700円

### 検査内容

#### 【エックス線検査】

バリウムと胃を膨らませる発泡剤を飲んでエックス線写真を撮り、胃の大きさや形などをみます。

#### 【内視鏡検査】

内視鏡(胃カメラ)を口または鼻から挿入して、食道や胃を観察します。

### 注意事項

- 検査前は絶飲食です。
- 胃切除後の人、慢性胃炎やピロリ菌除菌後の人は、がん検診ではなく定期的な医療受診をお勧めします。
- 検査方法は選択できません(集団健診はバリウムのみ)。



## 乳がん

- かかる率、死亡率ともに増加
- セルフチェックも有効

【エコー】  
1年に1回  
【マンモグラフィ】  
2年に1回

### 検査内容

#### 【エコー（乳房超音波）検査】

乳房に超音波をあて、跳ね返ってくる反射波を画像化した検査です。

#### 【マンモグラフィ（乳房エックス線）検査】

乳房をプラスチックの板で挟んでエックス線写真を撮ります。

### 対象

【エコー】30～39歳の女性

【マンモグラフィ】40歳以上の女性

### 自己負担金

600円

900円

### 注意事項

- マンモグラフィ検査は乳房を圧迫し痛みを伴うことがあるため、乳房が張らない生理後をお勧めします。
- セルフチェックで、しこりなど気になる症状がある場合は、検診時期を待たずに医療機関で受診しましょう。
- S58.4.2～S59.4.1生まれの方には無料クーポン券を送付します



## 子宮頸がん

2年に1回

- 若い世代に増加
- 子宮頸がんはHPV（ヒトパピローマウイルス）が関係している。感染が持続することでがん発生リスクが高くなる。

### 検査内容

#### 【頸部細胞診】

子宮の頸部から、ブラシなどで細胞をとって、異常な細胞がないかを検査します。

#### 【頸部細胞診+体部】

頸部の検診時に何らかの異常があり、医師が必要と判断した場合に実施します。

### 対象

20歳以上の女性

### 自己負担金

【頸部】 800円

【頸部+体部】1,300円

### 注意事項

- 子宮頸部摘出手術後の人は検査を受けることができません。
- 子宮頸がん予防ワクチンを接種していても、定期的な検診が必要です。
- H15.4.2～H16.4.1生まれの方には無料クーポン券を送付します。

## 前立腺がん

### 対象

50歳以上の男性

### 自己負担金

300円★

### 検査内容

前立腺腫瘍マーカーPSA検査（血液検査）を行います。

### 注意事項

- 前立腺疾患などで治療中の人及び定期観察中の方は除きます。

## 肝炎ウイルス

- 感染したままだと、慢性肝炎から肝硬変や肝がんに進行する可能性がある。

※R6.4.1時点で下記の年齢の方には無料クーポン券を送付します。  
(40・45・50・55・60・65・70歳)

### 対象

40歳以上で、  
過去に一度も検査を  
受けたことがない人

### 自己負担金

【個別健診】300～500円

【集団健診】 300円

### 検査内容

B型・C型ウイルスの感染について、血液検査を行います。

## ピロリ菌抗体検査

- 胃の中にすみつく細菌。感染したままだと胃潰瘍や胃がんの原因になる可能性がある。

### 検査内容

抗体検査（血液検査）を行います。

### 対象

40～69歳で、  
過去に一度も検査を  
受けたことがない人

### 自己負担金

200円

※個別健診で、特定健診または胃がん検診と別に受診される場合、自己負担金300円追加。

★個別健診で、特定健診・後期高齢者健診と別に受診される場合、自己負担金300円追加。

# 生活習慣病 予防健診

糖尿病や高血圧、脂質異常症などの生活習慣病を予防するための健診です。生活習慣病は重症化すると命に関わる疾患につながります。

## 特定健診・U40健診

対象

大村市国保に  
加入している  
**19～74歳**

自己負担金

**0円**

検査内容

問診、身体測定、血圧測定、尿検査、血液検査、診察  
※心電図、眼底検査（医師が必要と判断した場合）

## 後期高齢者健診

対象

後期高齢者医療保険に  
加入している  
大村市民

自己負担金

**0円**

検査内容

問診、身体測定、血圧測定、尿検査、血液検査、診察

## 健診でわかること

### 身長 体重

BMIが18.5未満だと低体重  
25以上だと肥満

肥満度の指標であるBMIを計算します。

### 肝機能

- AST
- ALT
- γ-GTP

お酒だけでなく  
食べすぎが原因かも

糖質や脂質のとりすぎなどは、肝臓に負担がかかります。飲酒しない人も注意が必要です。

### 血圧 脂質

- コレステロール
- 中性脂肪

脳卒中・心筋梗塞の危険性

高血圧や脂質異常は動脈硬化につながり、脳卒中、心筋梗塞などをまねきます。

### 腎機能

- eGFR
- 尿たんぱく
- クレアチニン

腎機能が低下すると、人工透析に

年をとるにつれて、腎機能はだんだん衰えていきます。糖尿病、高血圧の人は特に注意が必要です。

### 糖

- HbA1c
- 尿糖
- 空腹時または随時血糖

糖尿病の重症化に注意

血糖が高いと糖尿病のおそれがあります。糖尿病が重症化すると、網膜症や腎症などの合併症をまねきます。

### 貧血 検査

- ヘモグロビン
- 赤血球

貧血は他の病気が隠れているかも

他の病気が原因で貧血を引き起こしている可能性があります。

## 受診方法

### ① 予約

- 個別健診  
指定医療機関に直接予約  
(8ページ参照)
- 集団健診  
国保けんこう課に申込  
(7ページ参照)

### ② 受診

受診券・保険証  
が必要です

※後期高齢者健診の  
受診券はございません

### ③ 結果

- 個別健診  
医療機関から直接結果が  
渡されます。
- 集団健診  
受診の約2ヶ月後に  
国保けんこう課から結果を  
送付します。

# 諫早市内でも特定健診・後期高齢者健診が受診できます

※がん検診・U40健診は受診できませんのでご注意ください。

地区	医療機関名	電話
中 央 地 区	諫早記念病院	22-0370
	諫早総合病院健康管理センター	22-6717
	諫早西口ひろこ内科	26-0684
	犬尾内科医院	22-0245
	犬塚泌尿器科クリニック	46-5607
	きたじまクリニック	47-9201
	草野内科小児科医院	23-1212
	星和会クリニック	24-4607
	たきの内科クリニック	25-5566
	つのお内科	23-0414
	みちこくりにつく	21-2525
	中島内科神経内科	21-3746
	なかしまつねゆき内科循環器科	25-8880
	橋爪外科胃腸科医院	22-0636
	ふじえクリニック	21-5070
	満岡内科・循環器科	22-2927
	三村医院	22-0120
山口医院	23-1123	
山口みのる外科	24-3525	
吉田内科クリニック	22-2962	
橋本循環器科内科	21-3275	

地区	医療機関名	電話
小野地区	江藤外科消化器科医院	21-0202
	菅整形外科病院	23-2388
真津山・西諫早地区	宇賀外科医院	26-8011
	諫早そよかぜクリニック	49-8855
	入船クリニック	25-7770
	おおすみ内科医院	26-5377
	すぎやま内科	25-7878
	高原内科循環器科医院	22-1740
	長崎呼吸器リハビリクリニック	25-2323
	谷口ファミリークリニック	26-8817
多良見・高来・小長井地区	宮崎総合健診センター	25-6000
	宮本外科	25-0024
	森医院	26-2501
	植田クリニック	25-7157
	慈恵病院	43-2115
	中村医院	43-0008
	日本赤十字社長崎原爆諫早病院	27-2127
	藤山循環器内科医院	32-2130
佐藤病院	34-2062	
山崎医院	34-2007	

## 受診後の3つのサポート

※要予約(国保けんこう課に申込み)



### ① カラダのミカタ相談 (随時)

**健診結果の意味を知ろう!**

保健師や管理栄養士が健診結果から体の中でどんなことが起こっているのかわかりやすく伝えます。

無料



### ② 食べ方選び方教室 (月1回)

**食べ方・選び方を見直しませんか?**

保健師や管理栄養士と一緒に体にやさしい食べ方や食品の選び方などを見直しましょう!

無料



### ③ おうち運動教室 (月1回)

**運動習慣をつけたいあなたへ!**

健康運動指導士と一緒におうちで無理なくできる運動を行います!

無料

# その他の検診

大村市では他にも検診を行っています。  
この機会にぜひ受診しましょう。



## 骨粗しょう症検診

自己負担金

**400円**

検査内容

問診、骨密度測定

受診方法

- ① 受診希望者には、国保けんこう課から受診券を発行します。お電話ください。
- ② 受診券受け取り後、指定医療機関(8ページ参照)へ予約してください。

対 象

大村市国保に加入している女性限定

- 40歳：昭和58年4月2日～昭和59年4月1日生  
 45歳：昭和53年4月2日～昭和54年4月1日生  
 50歳：昭和48年4月2日～昭和49年4月1日生  
 55歳：昭和43年4月2日～昭和44年4月1日生  
 60歳：昭和38年4月2日～昭和39年4月1日生  
 65歳：昭和33年4月2日～昭和34年4月1日生  
 70歳：昭和28年4月2日～昭和29年4月1日生



## 歯周疾患検診

自己負担金

**500円**

検査内容

問診、歯周組織検査  
ブラッシング指導

対 象

**18～74歳**の大村市民(受診日時点)

受診方法

下記の指定医療機関へ直接予約してください。

※後期高齢者医療保険の人は無料の「お口“いきいき”健康支援」があります。国保けんこう課(内線110)にお尋ねください。

地区	医療機関名	住所	電話
大村・鈴田地区	いのうえデンタルクリニック	武部町	54-6684
	いまみち歯科医院	本町	52-1822
	えんどう歯科医院	久原2丁目	27-3800
	大坂歯科医院	玖島1丁目	54-4744
	大村ファミリー歯科	幸町	52-8148
	岡歯科医院	東三城町	49-5277
	きい歯科矯正歯科クリニック	須田ノ木町	52-0202
	たかぎ矯正小児歯科医院	東三城町	53-0035
	たなか歯科クリニック	須田ノ木町	47-5557
	鳥越歯科	本町	52-2992
	Hearty Dental Clinic	東三城町	52-2667
	村上歯科医院	東本町	52-3460
	もりもと歯科医院	木場1丁目	50-1091
	もりもとデンタルケア	西本町	50-1091
吉原歯科医院	岩松町	52-9911	
竹松・福重・松原地区	井上歯科医院	宮小路1丁目	55-7462
	大石歯科医院	竹松本町	55-8378
	がもう歯科医院	富の原2丁目	46-3053
	蔵田歯科医院	原口町	55-3565
	とやま歯科医院	富の原1丁目	55-6255
	橋口歯科医院	竹松本町	55-5095
	マイン歯科クリニック	沖田町	28-8241
	またの歯科口腔外科クリニック	竹松本町	55-8261
	俣野まさとし歯科診療所	大川田町	27-4433
南原歯科医院	皆同町	55-1120	

地区	医療機関名	住所	電話
西大村・萱瀬地区	赤司歯科医院	諏訪2丁目	53-6728
	いしざか歯科医院	松並1丁目	52-4130
	いちのせ歯科医院	水田町	54-6633
	大村アイランド歯科・矯正歯科	松並2丁目	52-3777
	加島歯科小児歯科医院	乾馬場町	52-2809
	さくらデンタルクリニック	古賀島町	48-5555
	貞松歯科医院	坂口町	20-7808
	歯科大道寺クリニック	池田新町	54-2834
	スマイル歯科	古賀島町	53-6481
	すみ歯科医院	上諏訪町	49-5808
	たけし歯科医院	桜馬場2丁目	50-0001
	T's歯科クリニック	坂口町	47-6495
	なかもら歯科	協和町	50-1718
	なりすえ歯科医院	池田1丁目	54-8080
	まつかわ歯科医院	西大村本町	54-3988
南野歯科クリニック	乾馬場町	56-8718	
本川歯科医院	松並2丁目	54-1682	
祐田ひとし歯科	松並1丁目	52-7177	
祐田歯科診療所	古町2丁目	54-3138	

# 集団健診の日程

※集団健診は予約が必要です

4月	5/14(火) 竹松住民センター 5/15(水) (午前)萱瀬住民センター (午後)中地区公民館
5月	5/16(木) 中地区公民館 5/18(土) 市コミセン★
6月	7/10(水) (午前)鈴田住民センター (午後)中地区公民館
7月	7/11(木) 中地区公民館 7/12(金) 郡コミセン 7/13(土) 市コミセン
8月	9/3(火) 竹松住民センター 9/4(水) 市コミセン 9/5(木) 溝陸公民館★ 9/7(土) 中地区公民館
10月	11/19(火) (午前)福重住民センター (午後)松原住民センター
11月	11/20(水) (午前)鈴田住民センター (午後)市コミセン
12月	11/21(木) 市コミセン★ 11/23(土) 郡コミセン
1月	1/22(水) 市コミセン★ 1/23(木) 郡コミセン
2月	2/13(木) 中地区公民館 2/14(金) 郡コミセン 2/16(日) 市コミセン
3月	

LINE予約できます



電話予約も受付けています。

国保けんこう課 健診グループ  
☎53-4111(内線145)



集団健診会場では  
引き続き感染症対策を  
実施します。

特定健診は各医療保険者が実施しています。  
受診方法や費用などご不明な点が  
ありましたら、ご加入の医療保険に  
お問い合わせください。

胃がん検診のみ実施  
(午前のみ)

9/26(木) 竹松住民センター

9/27(金) 萱瀬住民センター

★胃がん検診(バリウム)と特定健診同時に受けられます!

午前  
のみ

5/18  
(市コミセン)

9/5  
(溝陸公民館)

11/21  
(市コミセン)

1/22  
(市コミセン)

※集団健診ではX線バリウム検査のみです。胃カメラ検査をご希望の方は指定医療機関でご受診ください。

# 令和6年度 大村市内個別健康診査指定医療機関

※必ず事前に電話予約してから受診してください。

地区	医療機関名	U40 後期高齢者健診・ 特定健診	肝炎ウイルス検査	ピロリ菌抗体検査	肺がん・結核検査	大腸がん検査	胃がん検査		乳がん検査		子宮がん検査	前立腺がん検査	骨粗しょう症検査	住所	電話
							バリウム造影	胃カメラ	乳房超音波検査 (乳がんエコー)	マンモグラフィ					
大村地区	伊崎脳神経外科・内科	健	肝	ピ	肺	大						前	骨	東本町	54-4230
	おおつか内科医院	健	肝	ピ	肺	大						前	骨	西三城町	53-8080
	大村中央産婦人科	健	肝						乳工		子			水主町2丁目	52-3850
	岡循環器内科	健	肝	ピ	肺	大						前	骨	東三城町	52-3000
	川本内科医院	健	肝	ピ	肺	大		胃力				前		久原2丁目	54-5675
	神田クリニック	健	肝	ピ	肺	大		胃力	乳工			前	骨	木場1丁目	48-5648
	くしま記念クリニック	健	肝	ピ	肺	大						前		玖島2丁目	51-1256
	貞松病院	健	肝	ピ	肺	大							骨	東本町	54-1161
	たなか循環器内科	健	肝	ピ	肺	大						前		久原2丁目	50-0320
	寺井医院	健	肝	ピ	肺	大		胃力				前		玖島1丁目	52-3574
	中村医院	健	肝	ピ	肺	大						前		東本町	52-2733
	フジイ胃腸科クリニック	健	肝	ピ	肺	大		胃力				前	骨	東本町	54-8686
	南野病院	健	肝	ピ	肺	大	胃バ					前		東三城町	54-8800
	みやしたリウマチ・内科クリニック	健	肝	ピ	肺	大							骨	幸町	47-5555
山下外科医院	健	肝	ピ	肺	大		胃力	乳工	乳マ		前	骨	西三城町	54-7122	
吉田内科クリニック	健	肝	ピ	肺	大		胃力				前		本町	52-1177	
西大村地区	うえだ記念内科クリニック	健	肝	ピ	肺	大						前		諏訪1丁目	48-6886
	おおむら海辺のクリニック	健	肝	ピ	肺	大			乳工	乳マ		前	骨	杭出津1丁目	46-3663
	くすもと内科クリニック	健	肝	ピ	肺	大						前		古賀島町	20-8585
	秋櫻醫院	健	肝	ピ	肺	大		胃力				前	骨	諏訪2丁目	53-9990
	小松内科	健	肝	ピ	肺	大		胃力				前	骨	上諏訪町	48-6000
	市立大村市民病院	健	肝	ピ	肺	大	胃バ	胃力	乳工	乳マ	子	前	骨	古賀島町	52-2163
	高島脳神経内科	健	肝	ピ	肺	大						前	骨	池田2丁目	48-7777
	田崎医院	健	肝	ピ	肺	大		胃力	乳工			前		古町1丁目	53-1234
	谷口整形外科												骨	諏訪1丁目	48-6677
	ちくばクリニック	健	肝	ピ	肺	大						前		古賀島町	56-9887
	ともなが内科クリニック	健	肝	ピ	肺	大		胃力				前	骨	杭出津2丁目	54-5000
	中田クリニック	健	肝	ピ	肺	大		胃力	乳工			前	骨	古賀島町	54-0083
	中牟田消化器内科クリニック	健	肝	ピ	肺	大		胃力				前	骨	植松3丁目	48-7000
	野口内科こども医院	健	肝	ピ	肺	大						前		西大村本町	52-2339
	前川漢方内科クリニック	健	肝	ピ	肺	大						前	骨	植松1丁目	53-6866
	南野クリニック	健	肝	ピ	肺	大		胃力				前		乾馬場町	53-2233
	むたクリニック	健	肝	ピ	肺	大		胃力				前	骨	古町2丁目	52-4501
もとやまファミリークリニック	健	肝	ピ	肺	大						前	骨	古賀島町	47-8555	
山道医院	健	肝	ピ	肺	大		胃力				前		桜馬場2丁目	53-2305	
レディースクリニックしげまつ	健	肝	ピ							子			古町1丁目	54-9200	
竹松・福重・松原地区	川田整形外科											骨	小路口町	46-3145	
	澤田胃腸科内科医院	健	肝	ピ	肺	大		胃力			前		小路口本町	55-1507	
	さわ小児科		肝											富の原2丁目	56-2288
	たしる医院	健	肝	ピ	肺	大					前	骨	大川田町	28-8686	
	たなかみのるクリニック	健	肝	ピ	肺	大		胃力			前	骨	宮小路3丁目	47-6677	
	つねとう内科・循環器内科	健	肝	ピ	肺	大					前		小路口町	55-8855	
	ながさき・おおば内科・消化器内科クリニック	健	肝	ピ	肺	大		胃力			前	骨	皆同町	55-8615	
	橋口整形外科医院	健										骨	竹松本町	55-8739	
	はら脳神経外科	健	肝	ピ		大						骨	富の原2丁目	47-9770	
	平松整形外科医院	健	肝									骨	富の原2丁目	27-4422	
	牧山医院	健	肝	ピ	肺	大	胃バ				前	骨	宮小路2丁目	55-7831	
	みね内科クリニック	健	肝	ピ	肺	大		胃力			前		富の原1丁目	55-5070	
	山田整形外科スポーツクリニック	健	肝									骨	松原1丁目	56-8000	
	よしだレディースクリニック	健	肝	ピ		大			乳工		子		富の原2丁目	56-2227	
	わたのべ内科医院	健	肝	ピ	肺	大								鬼橋町	56-9766