



令和5年度

中城村健診ガイド

【お問合せ】
中城村役場健康保険課
☎ 098-895-2172

お知らせ

- 1. 住民健診・婦人がん集団検診は『予約制』です。
- 2. 集団健診では胃がん検診、大腸がん検診も無料になりました。
- 3. 婦人がん検診の料金が一部お安くなりました。
- 4. 50歳以上の方の胃がん検診は、胃カメラ検査に変更することができます。
(追加料金は自己負担) (P4)

あなたが受けられる健診・がん検診は？（令和5年度に到達する年齢）

			受診期間	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	74歳	75歳以上
2 ペ ー ジ	※1健康診査	1 年 に 1 回 受 診	R5年 4月1日 ～ R6年 3月31日	20歳から39歳		40歳以上生活保護の方				
	※2特定健診			40歳から74歳						
	※3長寿健診			75歳以上						
4 ペ ー ジ	胃がん検診 肺がん・結核検診 大腸がん検診	40歳から (胃カメラは50歳から)								
5 ペ ー ジ	歯周疾患検診	10 年 毎				40歳	50歳	60歳	70歳	
5 ペ ー ジ	子宮頸がん検診	2 年 に 1 回 受 診	R5年 5月1日 ～ R6年 1月31日	20歳から2年に1回						
	乳がん検診			40歳から2年に1回						

- ※1 20～39歳で学校や職場で健診の機会がない方はご利用下さい。
- ※2 40～74歳で社会保険にご加入されている方の一般健診(特定健診等)は、加入している医療保険者からのご案内となります。職場で一般健診・がん検診を受ける機会がある方はそちらを優先して下さい。
- ※3 65～74歳で、後期高齢者医療保険に加入している方も該当します。

特定健診を受診するとお得になる？！

特定健診受診の有無と生活習慣病（糖尿病、高血圧、脂質異常症等）の治療にかかっている費用を比べると、健診を未受診の方は受診している方より **8倍（約5.5万円/月）** 多く治療費がかかっていることがわかりました。コロナ禍でも健診を受診を通して、生活習慣病の早期発見・治療に努めましょう！

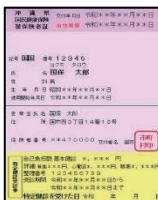
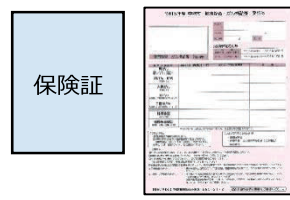
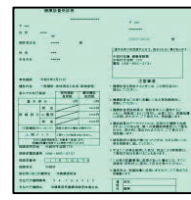


(R5年2月作成)

基本健診 (特定健診・長寿健診・健康診査)

【受診券有効期間】
R5年4月1日～R6年3月31日

1. 基本健診とは 基本健診は、年齢や保険証によって呼び方が変わりますが、受診方法や検査内容は同じです。

	特定健診	長寿健診	健康診査	
対象	国保の40～74歳	後期高齢者医療保険の方	職場や学校で受診機会のない20～30代	40歳以上の生活保護受給者
必要な物	保険証 	保険証 + 長寿健診受診券 	保険証 + 健康診査受診券 	健康診査受診券 

※がん検診も同時受診する場合は、「がん検診等受診券」も持参しましょう。

2. 基本健診の検査内容

- ・身体測定（身長・体重・腹囲・BMI）
- ・血圧測定
- ・血液検査（脂質・腎機能・肝機能・血糖・尿酸）
- ・尿検査（たんぱく・潜血・糖）
- ・医師の診察・問診

※注意事項

- ・血液検査に影響しますので朝食は取らないで下さい。
- ・水は健診2時間前なら200ml程度可。
- ・心臓、血圧のお薬は内服して下さい。



3. 基本健診の受け方

まずは「個別健診」か「集団健診」を選びましょう！

個別健診（指定医療機関）で受ける

- ★ポイント：自分の都合に合わせて受診できる。
かかりつけ医で受診できる場合がある。

1 医療機関を決める
p6～7「医療機関リスト」をご覧ください。

2 医療機関へ直接予約
必ず事前に連絡して予約を取りましょう。

3 健診受診 持ち物：保険証、受診券、検査費用(基本健診のみの場合：約7,000円が **無料**)

4 結果通知 受診から約1か月後、役場経由でご本人様へ届きます。特定健診の結果通知を早めることはできません。

集団健診で受ける

- ★ポイント：日曜日も受診できる。
オプション検査を安く受診できる。

1 健診日程を決める
P8「集団健診日程」をご覧ください。

2 役場 健康保険課へ予約
予約開始日以降に電話・窓口で受け付けています。
TEL：098-895-2172（役場1階）

国保(40～74歳)の方で職場健診を受ける方へ

健診結果を役場までお持ちいただくとゴミ袋（大）をプレゼントいたします。国保の健診受診の把握にご協力下さい。

20歳を過ぎたら、年に1回健診を！

メタボや生活習慣病の進行は、自分ではなかなか気づくことが出来ません。若い方も年に1度は健診を受け、健康管理に努めましょう。

40歳以上の社会保険加入の方へ

社保(本人)は職場健診を受診して下さい。社保(被扶養者)は加入している保険者からの受診券があれば集団健診を受けられます。がん検診は助成対象です。がん検診のみの受診も可能。

国保の方へ特定保健指導について

特定健診・保健指導は保険者が実施することが義務付けられています。保健事業の対象となった場合、役場保健師等が連絡いたしますのでご了承ください。

※健診結果は保健指導に利用するほか、健康づくり施策・疾病研究等のため個人が特定されない範囲で統計・分析に活用されます。

人間ドック

【検査内容イメージ】 ※医療機関によって検査内容が異なるため、事前にご確認下さい。

基本健診
検査内容
P2

+

- ・胸部レントゲン検査(結核・肺がん)
- ・胃バリウム検査(胃がん)
- ・便潜血検査(大腸がん)
- ・腹部超音波検査
- ・肝炎ウイルス検査
- ・心電図検査
- ・眼科検査
- ・聴力検査

など



国保 40歳～74歳の方

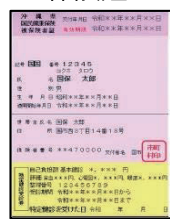
国保の40歳～74歳の方は人間ドックの助成があります。
下記の医療機関へ各自で電話予約してください。

【人間ドック契約医療機関】 ※契約医療機関以外では、ドック助成を受けることはできません。

所在地	医療機関名	電話番号	※自己負担額	胃カメラ 追加額(参考)
中城村	ハートライフ病院	0120-123-026	11,829円	+6,050円
北谷町	中部地区医師会検診センター	936-8290	15,059円	+6,050円
八重瀬町	南部徳洲会病院	998-0309	15,059円	+4,000円
南風原町	沖縄県健康づくり財団	889-6792	11,759円	+6,600円
西原町	アドベンチストメディカルセンター	946-2844	11,744円	+4,000円
北中城村	中部徳洲会病院健康管理センター	0570-001-789	15,059円	+6,050円
沖縄市	中部協同病院	938-6160	11,359円	+0円
沖縄市	ちばなクリニック健康管理センター	939-5477	15,059円	+6,600円
浦添市	浦添総合病院健診センター	0570-010-986	16,159円	+5,500円

【必要な物】

保険証



がん検診受診券
(ピンク色)



※婦人がん検診を
オプションで受診される方は
「がん検診受診券」も。

+

【注意事項】

※村補助額は一律17,941円。自己負担額は、
総額から村補助額を差し引いた金額です。

※他のオプション追加等で金額が変わります。
詳細な金額については、予約医療機関へお問
い合わせ下さい。

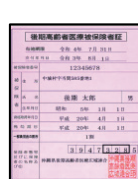
後期高齢者医療保険の方

「長寿健診受診券」と「がん検診等受診券」を使用
することで、各医療機関の人間ドックを安く受診できる
場合があります。

受診費用は医療機関によって異なりますので事前
にご確認下さい。

【必要な物】

保険証



長寿健診受診券



がん検診受診券



+

+

社会保険のご本人・被扶養者の方

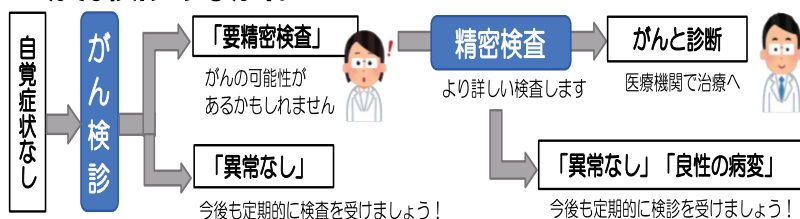
中城村の人間ドック助成対象外ですが、「がん検診等受診券」を使うと検査料金が安くなる場合があります。
加入している医療保険や医療機関によって受診できる条件が異なりますので、事前に参加保険へご確認下さい。

胃・肺・大腸がん検診

【受診券有効期間】

R5年4月1日 ~ R6年3月31日

●がん検診のながれ



精密検査の結果、「がん」でなかったり、他の病気がみつかることもあるため、精密検査は**必ず受けましょう**。精密検査の受診について保健師等から連絡する場合があります。ご了承下さい。

必要な物

がん検診受診券

保険証



胃がん検診

H30 沖縄県がん部位別死亡者数：男性**3位** 女性**6位**

検査方法	胃部X線（バリウム）検査	胃内視鏡（胃カメラ）検査
対 象	40歳以上の方	50歳以上の希望者（2年に1回推奨）
検査内容	バリウムを飲み、X線検査を行う。	口や鼻から胃カメラを入れ、胃の様子を調べる。
料 金	集団： 無料 個別： 2,000円	個別： 2,000円 + 胃カメラ変更料金 ○個別健診のみ実施です。 ○胃カメラ変更料金は各医療機関で異なるため、直接医療機関へご確認ください。 ○胃カメラ検査対応医療機関は P6～7 参照

⚠️ 胃バリウム検査の注意事項：

- 原則飲食は前日の夜9時までに済ませ、アルコールは控える。（水・薬は検査2時間前までに200ml程度なら可）
- 高血圧、心臓治療薬、抗けいれん薬は、検査2時間前までにコップ1杯（200ml程度）の水で内服してください。
その他の服薬は主治医へご相談下さい。
- 胃がん検診を実施できない方 ①健診当日に飲食・喫煙した方 ②現在妊娠中の方、妊娠の可能性がある方
③検査前の血圧が高い方（血圧160/100以上） ④その他、当日の体調や問診内容によって受けられない場合があります。

肺がん・結核検診

H30 沖縄県がん部位別死亡者数：男性**1位** 女性**2位**

- 検査内容：胸のX線撮影を行う。
- 料 金：集団健診 **無料** 個別健診 **500円**



大腸がん検診

H30 沖縄県がん部位別死亡者数：男性**2位** 女性**1位**

- 検査内容：2日分の便を取り、潜血反応を確認する。
- 料 金：集団健診 **無料** 個別健診 **500円**
- 検便提出先：集団健診→役場
個別健診→各検診機関へ要確認

無料対象者

41歳（S57.4.1～S58.3.31）
46歳（S52.4.1～S53.3.31）
51歳（S47.4.1～S48.3.31）
56歳（S42.4.1～S43.3.31）
61歳（S37.4.1～S38.3.31）

～40歳記念がん検診のお知らせ～

今年度40歳になる方は下記がん検診が**無料**です。
内容：胃・肺・大腸・婦人がん検診
対象：S58年4月1日～S59年3月31日生まれ

40歳未満は集団健診のみ受診可能です

料金：胃がん検診 5,170円
肺がん・結核検診 1,870円
大腸がん検診 1,870円

婦人がん検診

【受診券有効期間】

R5年5月1日 ~ R6年1月31日

※ 昨年度、村の受診券を利用して検診を受けた方は、今年度受診券の利用ができません。

子宮頸がん検診

H30 沖縄県がん部位別 罹患率：3位、死亡者数：5位

- 対 象：20歳以上（2年に1回）
- 検査内容：問診・視診・頸部細胞診
- 料 金：集団健診 400円 個別健診 1,000円

負担額が
お安くなりました。



⚠ 注意事項

1. 膣内は洗わない。
2. 受診前日は性生活を避ける。
3. 生理のときは受診を延期する。
4. 受診しやすい服装（フレアスカート等）で受検。
5. 妊娠中および妊娠していると思われる方は医師と相談する。

無料対象者

21歳(H14.4.1~H15.3.31)

乳がん検診

H30 沖縄県がん部位別 罹患率：1位、死亡者数：3位

- 対 象：40歳以上（2年に1回）
- 検査内容：問診・マンモグラフィ
- 料 金：集団健診 1,000円 個別健診 2,000円

負担額が
お安くなりました。



注意事項：以下の方は受診できません。

1. 妊娠中または授乳中の方
2. ペースメーカー等装着されている方
3. 豊胸手術や脂肪注入を行っている方

無料対象者

41歳(S57.4.1~S58.3.31)

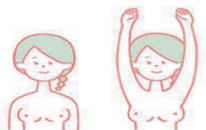
★婦人がん集団検診でのみ、骨粗しょう症検診（検査料1,000円）も受診できます。

乳がんのセルフチェック！

目安：20歳をすぎたら月に1回（月経終了4~5日後がおすすめ）

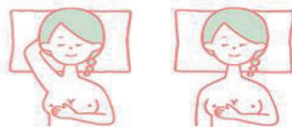
① 乳房を鏡でチェック

両腕を下げた状態と上げた状態と比べくぼみやひきつれ、乳首のへこみ、湿疹のようなただれはありませんか？



② あおむけの状態できりをチェック

乳房が胸の上に平均に広がるように寝て下さい。指の指圧で圧迫するように乳房やわきの下に触れた時、硬く小さなしこりはありませんか？



③ 指でつまんでチェック

左右の乳首を指で軽くつまみ、キュッと絞った時、血のような液体は出ませんか？

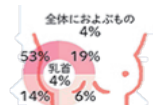


ここがポイント！

- ① 乳房に触れている時は、指先でつまむのではなく、指の腹で軽く押すようにしましょう。



- ② 乳がんがしやすい乳首から上、特に外側をよくチェックしましょう。



歯周疾患検診

【受診票有効期間】

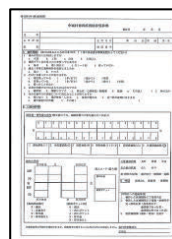
R5年4月1日 ~ R6年3月31日

- 対 象：
 - 40歳（S58.4.1~S59.3.31） 50歳（S48.4.1~S49.3.31）
 - 60歳（S38.4.1~S39.3.31） 70歳（S28.4.1~S29.3.31）
- 検査内容：口腔内診察・歯周疾患予防の指導（歯の掃除はありません）
- 料 金：無 料
- 受診方法：村契約医療機関にて予約し受診

※対象の方へ受診票（白色）と契約医療機関リスト（オレンジ色）を送付しています。

必要な物

歯周疾患検診受診票



保険証

がん検診（胃がん／肺がん・結核／大腸がん／子宮頸がん／乳がん／歯周疾患検診）

医療機関リスト

★要予約

★すべての項目が同時に受診できない場合もあります。
医療機関にお問合せください。

※新型コロナウイルス感染症の流行期間中は受診制限がある場合があります。必ず電話で確認して下さい。

中城村近隣医療機関

病院・医院名	電話番号	健診受付時間	月	火	水	木	金	土	長寿・特定 健康診査	がん検診				婦人がん		人間ドック
										肺がん	大腸がん	胃がん		子宮頸がん	乳がん	
												バリウム	胃カメラ			
海風クリニック	870-3322	8：30～12：00	●	●		●	●	●	○	○	○		○			
		13：30～15：00	●	●		●	●	●								
わくさん内科	895-1900	14:00	●	●	●		●		○	○						
今井内科医院	988-9946	9：00～12：00 ☆10：00まで	●	●	●	☆	●	☆	○							
		14：00～15：00	●	●	●		●									
ハートライフ病院	0120-123-026	7：15～9：00 (午後なし)	●	●	●	●	●	●	○	★	★	★	人間ドックのみ可	○	●	○
										★特定健診・長寿健診と同時受診のみ						
ハートライフクリニック	882-0810	8：30～11：30 (午後なし)	●	●	●	●	●		○							
みなみクリニック	943-2321	9：00～12：00	●	●	●	●	●	●	○							
		14：00～16：00	●	●		●	●									
うえむら病院 ※祝祭日のある週は木曜代診	895-3535	9：00～12：30	●	●	●		●	●						○	●	
		14：30～17：00	●	●	●		●	●								

○印は実施する検診等を示しています。

その他市町村医療機関

所在地	病院・医院名	電話番号	長 寿・特 定 健 診 査	がん検診				婦人がん		人 間 ド ック
				肺 が ん	大 腸 が ん	胃がん		子 宮 頸 が ん	乳 が ん	
						バリ ウム	胃カ メラ			
浦添市	バークレーレディースクリニック	873-1135						○		
	Naoko女性クリニック	988-9811						○		
	東産婦人科クリニック	878-5212						○		
	マンマ家クリニック	988-4141							●	
	宮良クリニック	878-3311							●	
	浦添総合病院健診センター	0570-010-986	○	○	○	○	★	○	●	○
				★特定健診・長寿健診と同時受診のみ						
うるま市	みのり内科クリニック	965-7770	○	○	○					
	いわした内科クリニック	982-6666	○	○	○		○			
	よしクリニック	982-5353	○	○	○		○			
	名城病院	974-2121						○	●	

所在地	病院・医院名	電話番号	長寿・一般 特定健診	がん検診				婦人がん		人間ドック
				肺がん	大腸がん	胃がん		子宮頸がん	乳がん	
						バリウム	胃カメラ			
沖縄市	愛聖クリニック	939-5114	○	○	○		○		●	
	安立医院	933-6200	○	○	○		○			
	アワセ第一医院	937-5536	○	○	○					
	潮平病院	937-2054	○	○	○	○				
	まつもと胃腸科整形外科医院	939-2115	○	○	○		○			
	桃山クリニック	930-2233	○		○					
	中部協同病院	938-6160	○	○	○	○	○	○	●	○
	なかむら内科おなかクリニック	930-3377	○	○	○		○			
	登川クリニック	937-0123	○	○	○					
	中部産婦人科医院	937-8878	○					○	●	
	ちばなクリニック健康管理センター	939-5477	○	★	★	★	★	○	●	○
				★特定健診・長寿健診と同時受診のみ						
	美里女性クリニック	929-3003						○	●	
	ゆいクリニック	989-3801						○	●	
	中頭病院（婦人科病棟にて入院・通院中患者のみ）	939-1300						○		
嘉数医院	930-0090	○	○	○						
北中城村	ファミリークリニックきたなかぐすく	935-5517	○	○	○					
	中部徳洲会病院健康管理センター	0570-001-789	○	★	★	★	★	○	●	○
				★特定健診・長寿健診と同時受診のみ						
宜野湾市	愛知クリニック	892-3511	○					○		
	宜野湾記念病院（電話予約不可、要来院予約）	893-2101	○	○	○	○	○		●	
	当山産婦人科医院	897-5666						○	●	
	古堅ウインズクリニック	890-1600	○					○	●	
	いなふくクリニック	890-5300						○		
	国立病院機構沖縄病院	898-2121		○	○		○		●	
宜野座村	かんな病院	968-3661		○	○	○	○			
金武町	おくまクリニック	968-5017		○	○					
	きんクリニック	968-2145		○	○		○			
	KIN放射線治療・健診クリニック	968-4664	○					○	●	
恩納村	恩納クリニック（通院中患者のみ）	966-8115		○	○		○			
	西大條診療所	966-1100		○	○					
西原町	アドベンチストメディカルセンター	946-2844	○	○	○	○	○	○	●	○
南風原町	沖縄県健康づくり財団	889-6792	○	○	○	○	○	○	●	○
北谷町	たまきクリニック	926-1313	○	○	○		○			
	こばし内科クリニック	936-1111	○	○	○					
	やびく産婦人科・小児科	936-6789						○	●	
	中部地区医師会検診センター	936-8290	○	○	★	○	人間ドックのみ可	○	●	○
			★特定健診・長寿健診と同時受診のみ							
那覇市	那覇西クリニックまかび	884-7824							●	
八重瀬町	空の森クリニック	998-0011						○		
	南部徳洲会病院 総合健診センター	998-0309	○	○	○	○	○	○	○	○
読谷村	まつしまクリニック	958-6888	○				○			

※特定健診は上記以外にも県内300以上の医療機関で受診できます。直接病院へお問い合わせください。

※乳がんマンモグラフィ検診について（●＝施設内にマンモ装置がある施設）（●＝巡回検診車により実施）

※R5年2月末時点の医療機関情報です。実施医療機関は変更になる場合がございます。

集団健診日程

要予約制、時間区分制

集団健診・がん検診（基本健診、特定健診、長寿健診、胃・肺・大腸がん）

◎日程（当日受付時間：午前8：30～11：00） ◎健診会場：吉の浦会館

健診実施日程	予約期間	送迎車集合時間/場所
令和5年 6月 5日(月)	5月15日(月)～ 定員になり次第受付終了	9：00 久場・泊公民館
6月19日(月)		9：00 伊集・和宇慶公民館・南浜比嘉商店
7月 6日(木)		9：00 南上原公民館
7月14日(金)		9：00 南上原公民館
8月 4日(金)		9：00 津覇構造改善センター・旧浜田商店前
8月21日(月)		9：00 北浜・奥間・安里公民館
9月 1日(金)	8月14日(月)～ 定員になり次第受付終了	9：00 登又・サンヒルズ・新垣・北上原公民館
10月13日(金)		9：00 当間・屋宜・添石・伊舎堂公民館
10月28日(土)		送迎なし  集団健診を受診された方に ごみ袋(大)をプレゼント！
11月30日(木)		
12月10日(日)		
令和6年 2月10日(土)	令和6年1月15日(月)～ 定員になり次第受付終了	送迎なし  集団健診を受診された方に ごみ袋(大)をプレゼント！
3月 3日(日)		
3月15日(金)		

集団健診会場でのオプション検査

	自己負担額
詳細健診	貧血検査：550円、心電図：1,430円、眼底検査：1,100円
その他	前立腺がん検査：2,200円
	肝炎検査：無料（40～74歳で過去に受診歴がない方のみ）

※詳細健診は基本健診とセットが受診の条件です。また、医師が必要と判断した場合は無料で実施します。
※前立腺がん検査、肝炎検査はそれだけでも受診可能です。

婦人がん検診（乳がん・子宮頸がん）※定員：乳がん(マンモ)30名、子宮頸がん50名、骨粗しょう症30名

◎日程（受付時間：13：30～14：30） ◎健診会場：中城村役場 1階多目的ホール

健診実施日程	予約開始日	対象地区	送迎車集合時間/場所
令和5年 5月29日(月)	5月 8日(月)	伊集・和宇慶・南浜	13:45 伊集・和宇慶公民館・南浜比嘉商店
6月22日(木)	6月 1日(木)	久場・泊	13:45 久場・泊公民館
7月20日(木)	6月 29日(木)	津覇・浜	13:45 津覇構造改善センター・旧浜田商店前
8月31日(木)	8月 10日(木)	南上原	13:45 南上原公民館
10月30日(月)	10月10日(火)	北浜・安里 中城団地・奥間	13:45 北浜・奥間・安里公民館
11月20日(月)	10月30日(月)	北上原・新垣 サンヒルズ・登又	13:45 登又・サンヒルズ・新垣・北上原公民館
12月 8日(金)	11月17日(金)	南上原	13:45 南上原公民館
12月25日(月)	12月 4日(月)	添石・伊舎堂・屋宜 当間・第2団地	13:45 当間・屋宜・添石・伊舎堂公民館

注意事項

※感染状況・台風接近などの理由で健診が中止・変更となることがあります。
※対象地区を設定していますが、どの日程でも受診可能です。
※交通手段のない方は、送迎車のある日程をご利用下さい。ご利用の際は予約時にお伝え下さい。
※婦人がん検診は検診車（階段有）で行うため、車いす利用等ご自身で移動できない方は個別健診をお勧めします。