

令和6年度

健診ガイド

Naka City
20th
Anniversary
市制施行20周年

基本健診・がん検診を受けることは、自覚症状がなく進行する病気の早期発見につながります。

1年に1回は、基本健診・がん検診で健康のチェックをしましょう。

性別・年齢から、受診できる健診（●印）を確認してください。

男性				女性						
18歳～39歳	40歳～49歳	50歳～74歳	75歳以上	18歳～19歳	20歳～29歳	30歳～39歳	40歳～49歳	50歳～56歳	57歳～74歳	75歳以上

総合健診	生活習慣病予防健診		●				●	●	●				詳細は 2ページ	
	特定健康診査 (国保、社会保険等被扶養者)			●	●				●	●	●			
	高齢者健診 (後期高齢者医療保険)				※	●					※	●		
	※65歳～74歳で、後期高齢者医療保険加入のかが受診できます													
	結核・肺がん検診			●	●	●				●	●	●		●
	大腸がん検診			●	●	●				●	●	●		●
	胃がん検診			●	●					●	●	●		
	前立腺がん検診				●	●								
肝炎ウイルス検診			●	●	●				●	●	●	●		
女性がん検診	乳がん検診	マンモグラフィ							●	●	●	●	詳細は 4ページ	
		乳房超音波検診							●	●	●			
	子宮頸がん検診							●	●	●	●	●		●
歯周病検診		令和6年4月1日時点で、40歳、45歳、50歳、55歳、60歳、65歳、70歳のかたには5月に個別通知します。												

申込み方法は8ページへ

【問合せ】

那珂市保健福祉部健康推進課 健康増進グループ (総合保健福祉センターひだまり内)

電話：029-270-8071 FAX：029-298-8890 (耳の不自由なかた)

8:30～17:15 土・日・祝日 除く

基本健診

項目	対象	自己負担金	検査内容 等
生活習慣病 予防健診	18～39歳 ※高校等在学中の かたは除く	1,500円 通常料金 約6,900円	●身体測定(身長、体重、腹囲) ●血圧 ●尿検査(蛋白、糖) ●血液検査(血糖、HbA1c、中性脂肪、LDL、HDL、AST、ALT、γ-GT) 生活保護受給者は健診料金免除 事前に社会福祉課で「健康診断受診のための生活保護受給証明書」を申請し、健診当日に持参してください。
昭和60年4月1日～ 平成18年4月1日生まれ			
特定 健康診査	40～74歳	1,300円 通常料金 約9,100円	●身体測定(身長、体重、腹囲) ●血圧 ●尿検査(蛋白、糖、潜血) ●心電図検査 ●血液検査(血糖、HbA1c、中性脂肪、総コレステロール、LDL、HDL、AST、ALT、γ-GT、尿酸、クレアチニン)
昭和24年生まれの74歳～ 昭和60年3月31日生まれ			
		医療保険者により料金や 検査内容は異なります。	必ずご確認ください！ ①医療保険者から「特定健康診査受診券」の交付を受けて下さい。 ②受診券の契約とりまとめ機関の欄に「集合B」の記載があれば、市で行う総合健診を受診できます。
高齢者健診	後期高齢者 医療保険加入者	無料 通常料金 約6,500円	●身体測定(身長、体重) ●血圧 ●尿検査(蛋白、糖) ●血液検査(HbA1c、中性脂肪、LDL、HDL、AST、ALT、γ-GT)
75歳以上または後期高齢者 医療保険加入の65～74歳			

追加検査を希望するかたは、健診当日に受付でお申込みください。

①貧血検査	330円	①～③セットで2,500円
②心電図検査	1,650円	
③眼底検査	1,650円	
④クレアチニン検査	220円	④、⑤は高齢者健診のみ追加可能
⑤尿酸検査	220円	

がん検診

対象者年齢は令和7年3月31日現在の年齢

項目	対象者	自己負担金	検査内容 等
結核・肺がん 検診	40歳以上	64歳以下 400円 65歳以上 無料 通常料金 約2,100円	胸部X線検査 50歳以上で喫煙指数(1日本数×年数)が600本以上のかたには、検診当日に喀痰細胞診検査(1,000円)をご案内しています。
大腸がん 検診	40歳以上	500円 通常料金 約1,800円	便潜血反応検査2日分 お申込み後に健康推進課から検便容器をお送りします。検診日を含めた7日前から採便できます。
胃がん検診	40～74歳	1,400円 通常料金 約6,300円	胃部X線検査(バリウム検査) 基準に該当する場合は受けられません(一部抜粋)。 嚥下障害、胃・腸の病気や手術、ひどい便秘症、水分制限がある、メニエール病、検診当日の血圧が高い、開腹・腹腔鏡手術を3回以上している など
胃がん検診を受けるときの注意 (公益財団法人 茨城県総合健診協会へ)			
前立腺がん 検診	50歳以上	1,000円 通常料金 約2,500円	血液検査(PSA値) 前立腺がんの治療中または経過観察中のかた、過去に治療を受けたことがあるかたは対象外です。前立腺肥大症等で定期的に受診しているかたは医療機関での検査をお願いします。
肝炎ウイルス 検診	40歳以上	1,000円 通常料金 約3,300円	血液検査(B型・C型肝炎ウイルス) 過去に市で一度も受けていないかたが対象です。

step1 希望する日を選ぶ

(胃がん検診を希望する場合は●がある日を選んでください。)

日程		会場	胃がん検診
6月	10日(月)	ひだまり	
	11日(火)	ひだまり	●
7月	11日(木)	らぼーる	
	12日(金)	ひだまり	
	16日(火)	ひだまり	
	23日(火)	ひだまり	
	27日(土)	ひだまり	●
29日(月)	ひだまり	●	
8月	7日(水)	らぼーる	
	8日(木)	ひだまり	
	19日(月)	ひだまり	
	30日(金)	らぼーる	●
9月	1日(日)	ひだまり	●
	10日(火)	ひだまり	
	11日(水)	ひだまり	

日程		会場	胃がん検診
9月	18日(水)	ひだまり	●
	26日(木)	ひだまり	
	27日(金)	ひだまり	●
10月	1日(火)	ひだまり	●
	11日(金)	らぼーる	
	15日(火)	ひだまり	●
	18日(金)	ひだまり	●
	23日(水)	ごだい	
	31日(木)	よしの	
11月	1日(金)	よこぼり	
	16日(土)	ひだまり	●
	18日(月)	ひだまり	●
	27日(水)	らぼーる	●
12月	1日(日)	ひだまり	●
	10日(火)	ひだまり	●

step2 受付時間を選ぶ

- ① 8:00～ 8:15
- ② 8:30～ 8:45
- ③ 9:00～ 9:15
- ④ 9:30～ 9:45
- ⑤ 10:00～10:15
- ⑥ 10:30～10:45
- ⑦ 11:00～11:15



ひだまり／らぼーる	①～⑦の時間帯で実施
ごだい／よこぼり／よしの	①～⑥の時間帯で実施

託児サービスを希望する方へ

会場が「ひだまり」で④以降の予約枠のとき、未就学のお子さんの託児を実施します。

健診日の10日前までに健康推進課へお申込みください。

キャンセルの場合も、必ず連絡をお願いします。

step3 申込み(8ページをご覧ください)

那珂市ホームページで詳しく健診の情報を掲載しています

- 受けられる基本健診を確認しましょう
- 基本健診の注意事項
- がん検診の注意事項 など

那珂市 健診 検索



女性がん検診(乳がん検診・子宮頸がん検診)

対象者年齢は令和7年3月31日現在の年齢

検診項目		対象者	自己負担金
乳がん検診	集 団	超音波検査 毎年受診できます	30歳～56歳 1,000円 通常料金 約4,300円
		マンモグラフィ 2年に1回 受診できます	40歳～49歳 (2方向) 1,500円 通常料金 約6,400円
			50歳以上 (1方向) 1,000円 通常料金 約4,300円
	医療機関 	マンモグラフィ 2年に1回 受診できます いばらき電子 申請システムへ	40歳以上 2,800円 通常料金 約9,400円
子宮頸がん検診	集 団	子宮頸部細胞診 毎年受診できます いばらき電子 申請システムへ	20歳以上 1,300円 通常料金 約5,000円
	医療機関 		2,300円 通常料金 約8,100円

医療機関での検診を希望する場合は、事前に申込みが必要です。
窓口、電話、いばらき電子申請システム(上記QR)のいずれかの方法でお申込みください。
申込期間：令和6年5月1日(水)～令和7年2月28日(金)

乳がん検診

- マンモグラフィ検査と超音波検査の両方を希望する場合は、市の集団検診をお申込みください。
- 乳房に気になる症状がある場合は、すぐに乳腺外来のある医療機関を受診しましょう。
 - ▶ 乳房のしこり、わきの下のしこり
 - ▶ 乳房のくぼみ、ひきつれ、ただれ
 - ▶ 乳首からの血の混じった分泌物
- マンモグラフィ検査は、次に該当する場合は受診できません。
 - ▶ 豊胸手術、乳房再建術を受けたことがあるかた
 - ▶ 撮影時の圧迫により、破損の恐れがある医療器具を装着しているかた(ペースメーカーなど)
 - ▶ 1年以内に胸部付近の手術をされたかた(圧迫により傷口が開くおそれがあるため)
 - ▶ 妊娠中または妊娠の可能性があるかた
 - ▶ 授乳中のかた

子宮頸がん検診

- 次に該当する場合は医療機関で受診しましょう。
 - ▶ 自覚症状があるかた(月経以外の出血、普段と違うおりものが増えるなど)
 - ▶ 妊娠中または妊娠の可能性があるかた
 - ▶ 性交渉の経験がないかた(医師にご相談ください)



step 1 希望する日を選ぶ

日程		会場
6月	13日(木)	ひだまり
	19日(水)	ひだまり
	28日(金)	ひだまり
7月	3日(水)	らぽーる
	19日(金)	ひだまり
	20日(土)	ひだまり
8月	5日(月)	ひだまり
	6日(火)	ひだまり
	22日(木)	ひだまり
9月	8日(日)	ひだまり

日程		会場
9月	13日(金)	ひだまり
	17日(火)	ひだまり
10月	9日(水)	らぽーる
	21日(月)	ひだまり
	27日(日)	ひだまり
11月	5日(火)	ひだまり
	6日(水)	ひだまり
	22日(金)	ひだまり
	26日(火)	ひだまり
12月	7日(土)	ひだまり

step 2 受付時間を選ぶ

受付時間	乳がん検診のみ	子宮頸がん検診のみ	乳がん検診 子宮頸がん検診
① 10:00	●		
② 10:30	●		
③ 12:30	●		
④ 13:00	●		●
⑤ 13:30		●	●
⑥ 14:00		●	●
⑦ 14:30	●		

託児サービスを希望するかたへ

会場が「ひだまり」のとき、未就学のお子さんの託児を実施します。健診日の10日前までに健康推進課へお申込みください。

キャンセルの場合も、必ず連絡をお願いします。

step 3 申込み(8ページをご覧ください)

がん検診等 無料対象者

下記の対象者には、個別に通知します。

子宮頸がん検診

【20歳】 平成15年4月2日～平成16年4月1日生まれ

結核・肺がん検診／大腸がん検診 胃がん検診／乳がん検診(マンモグラフィ)

【40歳】 昭和58年4月2日～昭和59年4月1日生まれ

肝炎ウイルス検診

【40歳】 昭和58年4月2日～昭和59年4月1日生まれ

【45歳】 昭和53年4月2日～昭和54年4月1日生まれ

【50歳】 昭和48年4月2日～昭和49年4月1日生まれ

【55歳】 昭和43年4月2日～昭和44年4月1日生まれ

【60歳】 昭和38年4月2日～昭和39年4月1日生まれ



那珂市国民健康保険のかたへのご案内

特定健康診査医療機関健診 (がん検診は実施していません)

特定健康診査は、医療機関健診または総合健診のいずれか1回受診できます。
がん検診を希望されるかたは、**総合健診(集団健診)**をご利用ください。

受診期間	令和6年6月1日(土)～令和7年1月31日(金) ※終了日は、医療機関ごとに異なります。 ★印の医療機関の受診期間は、令和6年6月1日～12月25日までとなりますのでご注意ください。			
受け方	指定医療機関の中から、希望する医療機関を選んで、医療機関に電話等で直接お申込みください。 受診時の持ちもの：健康保険証、特定健康診査受診券(セット券)、 特定健康診査自己負担金1,300円 ※健診結果については、受診から約2か月後にひだまりから郵送いたします。			
指定医療機関	あいざわ循環器内科クリニック 竹ノ内2-14-31 ☎029-229-1230	小豆畑病院 菅谷605 ☎029-295-2611	瓜連中央医院 瓜連1647 ☎029-296-0271	岡田クリニック 後台3127-7 ☎029-270-8188
小野瀬医院 後台1829-5 ☎029-295-2221	木村医院 瓜連451-2 ☎029-296-1165	河野胃腸科外科 竹ノ内3-10-5 ☎029-295-5386	たに内科クリニック★ 古徳397-1 ☎029-229-0721	那珂記念クリニック 中台745-5 ☎029-353-2800
那珂クリニック★ 中台719-1 ☎029-295-9800	那珂中央クリニック 飯田1733-1 ☎029-298-7811	なかの杜セントラルクリニック 菅谷673-1 ☎029-229-2391	なかむらクリニック 飯田2822-1 ☎029-353-2310	西山堂慶和病院 鴻巣3247-1 ☎029-295-5121
埴内科消化器科 後台3238-1 ☎029-295-2110	ルリア記念クリニック 中里641-1 ☎029-296-3333	※指定医療機関は変更になる場合もあります。詳細は、5月下旬に送付される特定健康診査受診券(セット券)をご覧ください。		

基本健診の自己負担金が無料になるかた

市民税 非課税世帯	総合健診 (40～74歳)	税務課で無料で発行される「健康診査用の課税証明書※税額0円のもの」を健診会場へ持参してください。
	医療機関健診 (40～74歳)	健診受診時に一旦料金を支払い、後日①～④の必要書類をそろえて、保険課に申請してください。 ①領収書 ②健康診査用の課税証明書※税額0円のもの ③印鑑(朱肉を要するもの) ④振込先口座がわかるもの(通帳など)
国民健康保険 優良世帯	令和5年1月～12月の1年間、医療費を使わなかった世帯へ「無料券」を郵送します。	

人間ドック等の助成

(特定健康診査の検査内容が含まれている人間ドック等)

後期高齢者医療保険のかたも含む

対象者	国民健康 保険加入者 (40～74歳)	令和6年度の特定健康診査を受けていないかた 国民健康保険税の滞納がないかた
	後期高齢者 医療保険加入者	令和6年度の特定健康診査または高齢者健診を受けていないかた 後期高齢者医療保険料の滞納がないかた
助成額	5,000円(自己負担額が5,000円未満の場合はその金額)	
申請方法	①～⑤の必要書類をそろえて保険課に申請してください。 ①健診結果(R6年度受診分) ②領収書 ③特定健康診査受診券(セット券)※後期高齢者医療保険のかたは不要 ④印鑑(朱肉を要するもの) ⑤振込先口座がわかるもの(通帳など)	
申請期限	令和7年3月31日まで。ただし、令和7年1～3月に受診したかたは、受診日から3か月後まで	

問合せ先：那珂市役所保険課 保険・年金グループ

☎029-298-1111 8:30～17:15 土・日・祝日除く

健診会場図



健

診

Q&A



- Q.** 那珂市国民健康保険から会社の健康保険に変わりました。手元にある那珂市国民健康保険の特定健康診査受診券を使って健診を受けられますか？
- A.** 健康保険が切り替わった後は、那珂市国民健康保険の受診券を使用することはできません。使用した場合、健診費用の全額を返金していただくこととなりますのでご注意ください。特定健康診査は、変更先の健康保険にお問い合わせください。
-
- Q.** 気になる症状があります。がん検診は受診できますか？
- A.** 症状がある場合は、検診対象外です。早めに医療機関で診察を受けてください。がん検診は「無症状の」がんの早期発見を目的としています。
-
- Q.** 以前は案内が届いていましたが、なぜ届かないのでしょうか？
- A.** 現在は申込み制で実施しております。
-
- Q.** 健診の結果はいつ頃届きますか？
- A.** 総合健診と女性がん検診は約1～2か月後、特定健康診査医療機関健診は約2か月後に郵送で届きます。

①かんたんWeb予約

4月10日(水)～11月中旬※5月は調整期間のため休止

下記URL又は右記QRコードから申し込みができます。
<https://kenko-link.org/>

すでに登録しているかた

「登録済みの方はこちら」からログインしてください。

はじめてご利用のかた

「利用登録に進む」から登録してください。

- ①仮登録を行います。
- ②送られてきたメールから本登録を行います。
画面にしたがって必要事項を入力してください。

パスワード

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

- ③健診の予約をWebで行います。
後日、資格等の確認で健康推進課からお電話する場合があります。

期間内は
24時間対応です
おすすめ!



Web予約の注意事項

- ①健診日の約1か月前まで予約
ができます。



- ②電話番号の入力を間違えのな
いよう必ず確認してください。
- ③「キャンセル待ち」は予約確定
ではありません。

②コールセンターで予約(茨城県総合健診協会委託)

4月19日(金)、4月20日(土)、4月22日(月)、4月23日(火)
4月24日(水)、4月25日(木)、4月26日(金) 9:00～17:00

上記日時に、健診予約専用コールセンターで受付します。

電話 **0570-077-150**

※時間帯により、つながりにくい場合がございます。改めてお電話いただくか、Webでの予約をお願いします。
※耳の不自由なかたは、健康推進課へFAX(029-298-8890)でご連絡ください。

③健康推進課(ひだまり)で予約

6月3日(月)から受付します。

健康推進課(ひだまり)窓口、電話で受付します。
受付開始時は混雑する場合がございます。ご了承ください。

電話 **029-270-8071** (受付時間 8:30～17:15 土・日・祝日除く)

FAX **029-298-8890** (耳の不自由なかた専用)

【FAXをご利用されるかた】

氏名、生年月日、住所、連絡先(FAX番号、Eメールアドレスなど)、希望する健診の項目、希望日時(第3希望まで)を記入して健康推進課へ送信してください(任意様式)。