

重要

令和8年度 盛岡市

検診だより

検診の実施期間

6月23日(火)～10月31日(土)

(乳がん・子宮頸がん検診・成人歯周病検診は
来年3月10日(水)まで)

【問】企画総務課 ☎603-8301
健康保険課 ☎626-7527



早期発見・早期治療で病気から大切な命を守るために、1年に1回は検診を受けましょう。
自覚症状がある人は、検診ではなく、速やかに医療機関で診察を受けてください。検診に
必要な受診券は、**6月22日(月)まで**に対象者に郵送します。6月23日(火)になっても受診券が
届かないときや紛失したときは、各検診の担当課までお問い合わせください。

大切に保管してください。
この受診券は、令和8年5月31日時点の住民台帳
を基にお送りしています。

料金後納郵便
郵便区内特別

**受診券
見本(表面)**

【管理番号】
市庁舎による住所・姓の変更はそのままご使用いただけます。

令和8年度 盛岡市健診・成人検診等受診券

各検診名称	実施期間
成人検診(がん検診) 国保特定健康診査 後期高齢者健康診査	令和8年6月23日(火)～ 令和8年10月31日(土)
子宮頸がん検診 乳がん検診	令和8年6月23日(火)～ 令和9年3月10日(水)

成人検診(がん検診)は、令和7年度から、70歳以上の
方、65歳以上の後期高齢者医療被保険者についても、受
診料が有料となります。(市民税非課税世帯、生活保
護受給者等を除く。)

お問い合わせ先
①成人検診(がん検診) 603-8301(市保健所企画総務課)
②国保特定健康診査 626-7527(健康保険課業務係)
③後期高齢者健康診査 613-8439(健康保険課高齢者医療係)
・結核レントゲン検診 603-8244(市保健所指導予防課)
・玉山地域健康診査 683-3869(玉山総合事務所住民福祉課)

市公式ホームページ及び広報モリおか6月号折
込の「検診だより」に、検診の詳細な内容や費
用を掲載しています。実施医療機関は市公式ホ
ームページを参照してください。

企画総務課 〒020-0884 盛岡市神明町3番29号
健康保険課 〒020-8530 盛岡市内丸12番2号

がん検診等の大人数お申し込みは、
個別の案内がのりこりに合わせてご確認ください。

受診時
要持参

令和8年度
盛岡市

●成人検診
●国保特定健康診査
●後期高齢者健康診査

**受診券
見本(中面)**

○氏名
○住所
○生年月日
○年度末年齢 (令和9年3月31日時点)

①成人検診(がん検診)
●管理番号
●受診料
*受診料は、令和8年4月30日時点の状況に基づいています。
*印の検診は、受診料を後日送付していただきます。

がん検診 X線・内視鏡*	結がん検診	大腸がん検診	前立腺がん 検診
40歳以上 月 日	40歳以上 月 日	40歳以上 月 日	55歳以上 の男性 過去に前立腺癌 または前立腺肥大症 を患った人は除く 月 日
子宮頸がん検診	乳がん検診	女性健康診査	肝炎ウイルス 検診
20歳以上 の女性 月 日	40歳以上 の女性 2年に1回 月 日	15～39歳 の女性 月 日	40歳以上 過去に急性肝炎 を患った人は除く 月 日
健康診査	結核レントゲン 胸部検診	骨粗鬆症 予防検診	もの忘れ検診
生活保護受給者 40歳以上 月 日	65歳以上 月 日	40、45、50、 55、60、65、 70歳の女性 月 日	65歳以上 月 日

在保本人の方は、加入している健康保険者の検診の方をご確認ください。
(お持ち帰りください)

②国保特定健康診査 ●受診料 無料
●管理番号 ●有効期限
●交付日 ●医療機関認定欄 詳細項目(眼底検査)
盛岡市国保被保険者 40歳～74歳
受診日 月 日

③後期高齢者健康診査 ●受診料 無料
●管理番号 ●有効期限
●交付日 ●医療機関認定欄
75歳以上、その他後期高齢者医療被保険者
受診日 月 日
8～10月に75歳になる方の3後期高齢者健康診査受診券は後日発送します。

成人検診 (3ページをご覧ください)

【内容】各種がん検診など(*印で消されていない検診を選択して受けることができます)

【自己負担額】3ページ参照

【対象】

- ①市の国民健康保険または、後期高齢者医療制度に加入している人
 - ②生活保護の受給者
 - ③勤務先または加入している健康保険者★1でがん検診(人間ドックや扶養者検診、家族検診も含む)を受ける機会がない人
- ★1 健康保険者:全国健康保険協会(協会けんぽ)各健康保険組合、共済組合、船員保険、国保組合など

【問】企画総務課 ☎603-8301

玉山総合事務所住民福祉課 ☎683-3869

※もの忘れ検診:長寿社会課 ☎613-8144

※結核レントゲン検診:指導予防課 ☎603-8244

国保の特定健康診査 (2ページをご覧ください)

【内容】メタボリックシンドロームに着目した健診

※健診項目は2ページ参照

【対象】40～74歳の市の国民健康保険加入者(*印で消されていない人が対象)

【自己負担額】無料

【問】健康保険課 ☎626-7527

後期高齢者健康診査

【内容】フレイル★2予防のための健診。検査項目は腹囲、眼底検査を除く国保の特定健康診査と同じです

【対象】75歳以上(一定の障がいのある人は65歳以上)で後期高齢者医療制度の加入者(*印で消されていない人が対象)

※8～10月に75歳になる人には、後期高齢者健康診査受診券を後日送付します

【自己負担額】無料

【問】健康保険課

☎613-8439

★2 年齢を重ねたことにより、体や心のはたらき、社会的なつながりが弱くなった状態

10月は医療機関が混み合いますので、早めに受けましょう



無料クーポンについて

成人検診の受診のきっかけとなるように、下記の人に無料クーポンをお送りしています。4月19日以降に転入した該当年齢の方は、企画総務課 ☎603-8301へご連絡ください。

■ 肝炎ウイルス検診

有効期間:6月23日(火)～10月31日(土)

41歳	昭和60年4月2日～ 61年4月1日生まれ
46歳	昭和55年4月2日～ 56年4月1日生まれ
51歳	昭和50年4月2日～ 51年4月1日生まれ
56歳	昭和45年4月2日～ 46年4月1日生まれ
61歳	昭和40年4月2日～ 41年4月1日生まれ

※令和9年3月31日時点の年齢

■ 乳がん検診

有効期間:6月23日(火)～来年3月10日(水)

41歳	昭和60年4月2日～ 61年4月1日生まれ
-----	--------------------------

■ 子宮頸がん検診

有効期間:6月23日(火)～来年3月10日(水)

21歳	平成17年4月2日～ 18年4月1日生まれ
-----	--------------------------

勤務先または加入している健康保険で下記の検診が受けられる人は、そちらで受けましょう



各検診の受診について

各検診の受け方について、詳しくは4ページをご覧ください。

最新の医療機関情報は市ホームページで確認!



これまで紙面でお知らせしていた、「成人検診の実施医療機関一覧」は、より便利にご利用いただけるよう、市ホームページに掲載します。パソコンやスマートフォンなどで、いつでもどこでも医療機関を調べることができるので、ぜひご利用ください!
※実施医療機関の一覧を紙でご覧になりたい場合は、各支所に備えています

成人検診の実施医療機関一覧はこちら



検診受診時のお願い

- ◆医療機関での検診時はマスクを着用しましょう
- ◆発熱や咳など、体調不良のときは検診を見合わせましょう

国保の特定健康診査・特定保健指導

メタボリックシンドローム（メタボ）とは、「内臓脂肪型肥満」に加えて高血圧や脂質異常、高血糖などの症状が複数重なった状態をいいます。この状態を放っておくと動脈硬化が進行し、心臓病や脳卒中、糖尿病などの生活習慣病になりやすいといわれています。

令和6年度の市の国保加入者の特定健康診査受診結果によると、男性の57.2%、女性の21.3%がメタボやその予備群。メタボはとても身近な問題です。

皆さんも特定健康診査を受けて、メタボを早期に発見・改善しましょう。

※加入する健康保険が変わった場合、それまで加入していた健康保険者から発行された特定健康診査受診券は使用できません

※国保以外の健康保険に加入している人の特定健康診査については、各健康保険者にお問い合わせください

※6月～9月に特定健康診査を受けていない人は、文書や携帯電話へのショートメールで受診案内が届く場合があります



メタボが気になる人へ

【問】健康保険課 ☎626-7527

市の国保の特定健康診査は、指定医療機関で受ける個別健診です。

なお、玉山地域では、個別健診のほか、指定された日時・会場で行われる集団健診を受診することができます。

1 受診券が届く

■ 対象

市の国保加入者（40～74歳）

※次の人は対象外です

- 妊産婦
- 病院または診療所に6カ月以上継続して入院している人
- 養護老人ホームなどの施設に入所・入居している人

2 健診の予約・申し込み

■ 個別健診

【期間】6月23日(火)～10月31日(出)

※医療機関での健診を個人で受診します。予約が必要な場合がありますので、受診する医療機関に確認してください。実施医療機関はホームページをご覧ください

※10月は混み合うため、なるべくその前に受診しましょう。事前予約もご利用ください

■ 集団健診（玉山地域の人のみ）

【期間】9月24日(木)、25日(金)、10月22日(木)、25日(日)、28日(水)、11月4日(火)

※当日の受け付けです。時間など詳しくは、お問い合わせください

【問】玉山総合事務所住民福祉課 ☎683-3869

特定健康診査に行こう！

3 健診を受診する

■ 検査項目

問診：服薬歴・喫煙習慣など

計測：身長、体重、BMI*、腹囲、血圧

*BMI=体重(kg)÷身長(m)の2乗

血液検査：中性脂肪、HDLコレステロール、LDLコレステロール、肝機能、血糖、貧血、クレアチニン（eGFR値による腎機能評価含む）、尿酸など

尿検査：尿糖・尿タンパク

心電図・眼底検査：医師が必要と認めた場合のみ

健診は無料で受けることができます！

4 健診結果を知る

■ 健診で分かる主な疾患

内臓脂肪型肥満や高血圧、糖尿病、貧血、心疾患、肝疾患、腎疾患、痛風など

5 特定保健指導の必要な人に、特定保健指導

「ニコニコチャレンジ」

の利用券が届く

特定健康診査を受けるとこんなにいいことが！

- メタボの早期発見
- 健康状態を正確に把握
- 生活習慣改善のきっかけ
- 健康維持が医療費の抑制に

特定保健指導 **体重 -2.0%** **腹囲 -2.0%** 【問】健康増進課 ☎603-8306

ニコニコチャレンジ

【対象】 **ひまわりクラス** 生活習慣病発症のリスクが高い人 **よつばクラス** 生活習慣病発症のリスクが中程度の人

参加申し込み

教室や個別面接で、保健師・管理栄養士と一緒に、自分に合った生活習慣の改善プランを立てます

プランに沿って生活習慣の改善に取り組みます。保健師・管理栄養士から月1回程度の手紙や電話による支援があります

プランに沿って自主的に生活習慣の改善に取り組みます

3カ月後、体の状態や生活習慣の変化を確認します

保健師や管理栄養士が、皆さんの生活スタイルに合った改善方法を一緒に考え、サポートします。ご自身の健康のために、特定保健指導をぜひご利用ください。

ひまわりクラスとよつばクラス利用終了者のうち、体重・腹囲の値が改善した人の平均値

	腹囲	体重
令和6年度	-4.0%	-2.1%
令和5年度	-4.0%	-2.2%
令和4年度	-3.8%	-2.5%

ニコニコチャレンジ 参加者の声

- ・少しでも体重が減ってとてもうれしいです
- ・血圧が正常になってきた
- ・食事と運動への意識が変わり、参加して良かったです
- ・調子が良いので、今度の健診が楽しみです
- ・とても参考になりました

※特定保健指導の対象者となる選定基準とメタボの判定基準は異なります

成人検診(各種がん検診など)

【問】企画総務課 ☎603-8301、玉山総合事務所住民福祉課 ☎683-3869

成人検診については、市ホームページと市LINE公式アカウントでも確認できます



市ホームページ (成人検診)



市LINE公式アカウント登録方法

画面上のボタンから情報を確認できます



市LINE公式アカウント登録後の画面

成人検診(がん検診など)は 有料 です

令和7年度から、70歳以上の人と65歳以上の後期高齢者医療被保険者のうち、課税世帯の人は、成人検診(がん検診など)の受診料が有料となりました。今後も検診事業を継続していくため、ご理解とご協力をお願いします。

※国保特定健康診査および後期高齢者健康診査、もの忘れ検診、結核レントゲン検診はこれまでどおり無料

成人検診を 無料で受けられる人

- 生活保護受給者
- 中国残留邦人支援給付の受給者
- 市民税非課税世帯(世帯全員が非課税)

※課税状況が変わったときは、検診を受ける1週間前までにお問い合わせください

表1 成人検診の種類や内容など(対象者の年齢は、令和9年3月31日時点) ※受診券が必要です

検診の種類	検診の内容 (全ての検診で問診を行います)	自己負担額	対象者	
			男性	女性
肺がん検診	胸部レントゲン撮影	1300円	40歳～	
大腸がん検診	便潜血反応検査	1400円	40歳～	
胃がん検診 ※個別検診はX線か内視鏡検査を選択してください	指定医療機関で個別検診	4400円	40歳～	
	指定医療機関で個別検診	3600円		
	巡回検診車で集団検診(日程は下表のとおり)	1900円		
肝炎ウイルス検診	血液検査(C型肝炎ウイルス・B型肝炎ウイルス)(肝炎ウイルス検診を受診したことがない人が対象)	1200円	40歳～	
健康診査	▶計測(身長・体重・腹囲測定・血圧) ▶尿検査(タンパク・糖) ▶心電図検査 ▶血液検査(脂質・血糖・貧血・肝機能・クレアチニン(eGFR値による腎機能評価含む)・尿酸など)	無料	40歳～(生活保護受給者、中国残留邦人支援給付受給者)	
訪問診査	健康診査と同じ内容(受診者宅へ訪問) ※受診を希望する場合は、企画総務課 ☎603-8301までお問い合わせください	無料	40歳以上の在宅で寝たきりの人	
介護家族訪問診査			上記の家族で介護のため医療機関での検診が難しい人	
女性健康診査	▶計測(身長・体重・血圧) ▶尿検査(タンパク・糖) ▶血液検査(貧血・LDLコレステロール・HDLコレステロール・中性脂肪)	1900円	-	18～39歳
子宮頸がん検診	子宮頸部の細胞診・内診	2300円	-	20歳～
乳がん検診(受診は2年に1回)	視触診・乳房X線検査(マンモグラフィ検査)(豊胸手術を受けた人や妊娠または授乳中の人、ペースメーカー装着の人は対象外)	2400円	-	40歳～
骨粗しょう症予防検診	超音波法による、かかとの骨強度測定	1100円	-	40・45・50・55・60・65・70歳
前立腺がん検診	血液検査(PSA腫瘍マーカー)	1000円	55歳～	-
もの忘れ検診★	認知機能やうつ症状の問診	無料	65歳～	
結核レントゲン検診(巡回検診車で実施)	集団検診：胸部レントゲン撮影(実施期間は7～11月。ただし10～11月は玉山地域会場のみ) ※7月の日程は、広報もりおか6月号14ページに掲載。 8月以降の日程は、実施月の前月号に掲載	無料	65歳～	

※玉山地域にお住まいの人は、「玉山地域集団検診のお知らせ」チラシを併せてご覧ください

表2 胃がん集団検診(バリウムでのX線検査)の日程

<盛岡・都南地域>

実施日	会場(所在地)
8/4(火)	仁王小学校(本町通二)
8/6(木)	上田小学校(上田三)
8/22(土)◆	タカヤアリーナ(本宮五)
8/24(月)	羽場小学校(羽場17)
8/25(火)	都南総合支所(津志田14)
8/26(水)	北松園児童センター(北松園四)
8/30(日)●	盛岡市保健所(神明町)
9/1(火)	高松地区保健センター(上田字毛無森)
9/13(日)★	都南総合支所(津志田14)
9/15(火)	西部公民館(南青山町)
9/18(金)	松園地区公民館(東松園二)
9/25(金)	盛岡市保健所(神明町)
9/26(土)★	青山地区活動センター(青山三)
9/29(火)	見前南地区公民館(西見前13)
9/30(水)	中野地区活動センター(東安庭字小森)
10/8(木)	みたけ老人福祉センター(みたけ三)
10/9(金)	乙部体育館(乙部4)
10/10(土)●	盛岡市保健所(神明町)
10/14(水)	緑が丘地区活動センター(黒石野二)
10/15(木)	加賀野児童センター(加賀野四)
10/16(金)	太田地区活動センター(中太田深持)
10/18(日)★	高松地区保健センター(上田字毛無森)

実施日	会場(所在地)
10/20(火)	西部公民館(南青山町)
10/21(水)	サンライフ盛岡(仙北二)
10/22(木)	盛岡市保健所(神明町)
10/27(火)	みたけ地区活動センター(みたけ四)
10/27(火)	北松園児童センター(北松園四)
10/28(水)	都南総合支所(津志田14)

<玉山地域>

実施日	会場(所在地)
8/17(月)	巻堀地区コミュニティセンター(巻堀字巻堀)
8/18(火)	玉山地区公民館(白戸字鷹高)
8/31(月)	玉山総合福祉センター(渋民字泉田)
9/4(金)	好摩体育館(好摩字野中)
9/5(土)	
9/27(日)	玉山総合福祉センター(渋民字泉田)

胃がん集団検診を安心して受けるために

早朝に行う胃がん集団検診は、クマの出没など、受診時の安全確保のため、受付開始10分前までは自家用車などの安全な場所

■胃がん検診の受付時間

<盛岡・都南地域>

平日：6時半～9時

休日★：6時半～7時半、8時～9時

休日●：6時半～9時

休日◆：7時半～8時半、9時～10時

<玉山地域>

6時半～8時半

■胃がん検診の申し込み方法

6月30日(火)必着で、成人検診受診券に添付の申し込み用はがきを返送してください。7月1日(水)以降は、企画総務課 ☎603-8301で受け付けます。

でお待ちください。

なお、整理券などは配布せず、受け付け順にご案内します。



各検診の受け方

①受診券が届く※6月22日頃

受診券が届いたら、受けることができる検診（健診）の種類を確認してください。

受診券が届かなかった人で、職場などでがん検診を受ける機会がない場合は、**6月23日以降**に電話受け付けのほか、市ホームページ「受診券」のページの申し込みフォームからも検診を受け付けます。



②医療機関を選ぶ

次の二次元コードから、受けたい検診医療機関を選んで受診してください。病院によっては予約が必要な場合もあるため、電話などで確認することをお勧めします。



③受診する

受診日当日、次のものを必ず持参してください。

【持ち物】

- ▶受診券
- ▶成人検診の自己負担額（該当する人）
- ▶マイナ保険証（または健康保険資格確認書）
- ▶検診手帳（お持ちの人）
- ▶お薬手帳（お持ちの人）

④結果の説明を受ける

受診した医療機関で、結果の説明を受けましょう。

精密検査の対象になった人は、必ず精密検査（有料の保険診療）も受診しましょう。
※がん以外でも、精密検査が必要となる場合があります



人間ドックを受診する人

本年度に人間ドックを受診する人は、検診の対象外です。二重に受診しないようご注意ください。

検診手帳

検診手帳は、受診した医療機関で配付しています。市ホームページからもダウンロードできます。

受診料（有料・無料）は受診券で確認を

「市民税非課税世帯の人」や「生活保護を受けている人」、「中国残留邦人等支援給付受給者」は、無料でがん検診を受診できます。

これらに該当し「有料」の受診券が届いた場合は、「無料」の受診券に変更する手続きが必要ですので、6月23日以降に、保健所企画総務課へご連絡ください。手続きをせず有料で受診した場合、返金はありませんのでご注意ください。

※初めから受診券に「無料」と書かれている人は、手続きは不要です



受診時 要持参	令和8年度 盛岡市	●成人検診 ●国保特定健康診査 ●後期高齢者健康診査	受診券
○氏名			
○住所			
○生年月日			
○年度末年齢			
①成人検診（がん検診）			
●受診料			
*受診料は、令和8年4月30日時点の状況を基に判断しています。			
★内視鏡検査	胃がん検診 X線・内視鏡★	肺がん検診	大腸がん検診
	40歳以上	40歳以上	40歳以上
			前立腺がん 検診
			55歳以上の 男性 過去に要精密検査対
			*印の検診は、

受診券のこの部分に、有料または無料の表示があります！

「マイナポータル」でがん検診や特定健診の検診結果を確認できます

マイナンバーカードをお持ちの人がマイナポータルの利用者登録をすると、自分が受診したがん検診などの受診状況を閲覧できます。

※各検診の受診状況が登録されるまで、通常検診受診後、約2～3カ月程度かかります。詳しくは、「マイナポータル わたしの情報ページ」をご覧ください



▲マイナポータル

マイナポータルで確認できる検診

- ◆がん検診(胃がん検診・大腸がん検診・肺がん検診・乳がん検診・子宮頸がん検診)
- ◆肝炎ウイルス検診・骨粗しょう症予防検診
- ◆特定健康診査

過去の受診結果はマイナポータルから確認できますが、**受診結果は必ず医療機関から説明を聞きましょう。**

盛岡市成人歯周病検診 ※これまでの「成人歯科健診」から名称と内容を見直しました

これまで対象外だった**20歳と30歳の人**も、市の歯周病検診を受けられるようになりました。

この検診は、10年に1度の大切な機会です。対象となった年には、受診券を使ってぜひ受診してください。

※指定の歯科医療機関へ直接予約のうえ受診しましょう
※内丸メディカルセンターや県立中央病院などを除き、市内の歯科医療機関で本年度1回受診できます

歯周病は、20～30代でも増加傾向にあり、**進行すると糖尿病・心筋梗塞・脳梗塞など全身の病気にも影響する**といわれています。早期発見・予防のため、定期的な検診が大切です。



検診前にチェック！

【対象】本年度中に20歳、30歳、40歳、50歳、60歳、70歳、80歳になる人

【検診内容】歯や歯茎の状態などを診る口腔内診査や、歯科保健指導

※成人検診受診券とは別に受診券を郵送します
※4月20日以降に市内に転入した人で、検診を受けたい場合や、受診券を紛失した場合は、企画総務課 ☎ 603-8301へお問い合わせください

【自己負担額】500円

【持ち物】成人歯周病検診受診券（はがき）、マイナ保険証または健康保険資格確認書、検診手帳（お持ちの人）、お薬手帳（お持ちの人）

受診券の見本
※デザインなどは変更の可能性がありますが

料金は前 郵便	重要
盛岡市成人歯周病検診 受診券	
10年に1度(限定)の大切なご案内です	
受診券の有効期限 令和8年 6月23日(火)から 令和9年 3月10日(水)まで	費用 通常料金 約4000円 >>> 500円
対象 令和8年度中に20歳、30歳、40歳、50歳、60歳、70歳、80歳になる盛岡市民の方	
【問合せ先】盛岡市保健所 企画総務課 〒020-0884 盛岡市神町3番29号 TEL 019-603-8301	

注意事項

歯科治療中・治療目的・入院中・自分の歯が1本も無い人は検診の対象外です

職場で歯科健診を受けられる人は、職場で受けましょう

検診結果が「要精密検査」となった場合は、有料の保険診療を受診しましょう