

40～74歳のみなさん! ※

※国保やご家族の保険に加入中の方など、職場で健診を受ける機会のない方が対象です。また、通院中の方も受診できます。

# 年1回 特定健診のご案内



日本人の死因の上位は、がん、心臓病、脳卒中といずれも**生活習慣病**です。生活習慣病が進行しているかどうかは、自分ではなかなか気づくことができません。**毎年健診を受けることで、病気が進行する前に、体の異常に気づくことができます。**

## 特定健診 よくある Q & A

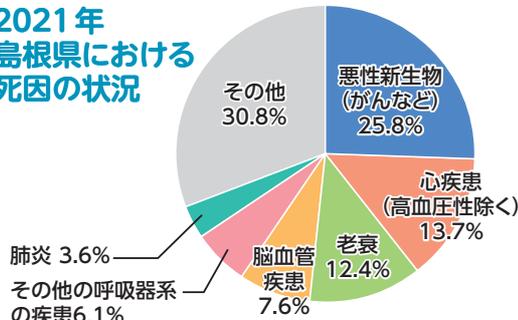
**Q** 太っていないから関係ないでしょ?

**A** 太っていないくても、加齢や体質などで血糖、血圧、脂質に異常があらわれることが少なくありません。特定健診でチェックを。

**Q** 不調はありません。それでも必要ですか?

**A** 生活習慣病は自覚症状がないのが特徴です。特定健診を定期的に受けてください。

## 2021年 島根県における 死因の状況



(島根県健康指標データベースシステムより)

## 受診の流れ

**1** **健診案内**が届きます  
場所や日時、手続などを確認しましょう。

**2** **健診**を受けます  
当日は、受診券、保険証を持参してください。

**3** **結果**を確認します  
検査の結果とメタボの判定結果をお知らせします。健康に関する情報もあわせて提供します。

## 身体計測

身長  
体重  
BMI  
胸囲

このような検査です

## 採血

血糖 肝機能  
血中脂質

## 血圧測定

収縮期血圧  
拡張期血圧



## 採尿

尿糖  
尿たんぱく

その他  
質問(問診) 身体診察

※これらのほか、医師が必要と判断した人には、詳細な健診があります。  
●貧血検査 ●心電図検査 ●眼底検査  
●血清クレアチニン検査 (eGFRを含む)

メタボに加えてこのような病気のチェックができます!

糖尿病 高血圧症 脂質異常症 肝機能障害 慢性腎臓病

## 対象者は特定保健指導を利用できます

生活習慣病のリスクが高く、生活習慣の改善で予防が期待できると判定された人には、専門家による健康支援プログラムがあります。

## 令和6年度 特定健診日程 期間中に必ず受診してください

※お問い合わせはご加入の各保険者まで(お手持ちの被保険者証に記載してあります)

被用者保険	保険者名	実施期間	問い合わせ先
	全国健康保険協会島根支部	4月1日～令和7年3月31日	0852-59-5204
	山陰合同銀行健康保険組合	5月中旬～12月31日	0852-55-1086
	山陰自動車業健康保険組合	4月1日～12月31日	0852-61-5222

被用者保険	保険者名	実施期間	問い合わせ先
	地方職員共済組合島根県支部	5月～令和7年3月31日	0852-22-5027
	公立学校共済組合島根支部	6月～令和7年3月31日	0852-22-6615
	警察共済組合島根県支部	6月～12月31日	0852-26-0110
	島根県市町村職員共済組合	5月～令和7年3月31日	0852-21-9510

国民健康保険	島根市			雲南市			吉賀町		
	保険者名	実施期間	問い合わせ先	保険者名	実施期間	問い合わせ先	保険者名	実施期間	問い合わせ先
	松江市	6月1日～12月21日	0852-60-8174	雲南市	6月1日～令和7年3月31日	0854-40-1095	吉賀町	4月1日～令和7年3月31日	0856-77-1165
	浜田市	6月1日～11月30日	0855-25-9410	奥出雲町	6月～令和7年3月31日	0854-54-2511	海士町	10月15日～10月17日	08514-2-1821
	出雲市	7月1日～令和7年3月31日	0853-21-6979	飯南町	6月18日～7月4日	0854-72-1770	西ノ島町	6月4日～6月6日、10月11日	08514-6-0103
	益田市	6月1日～12月10日	0856-31-0214	川本町	6月1日～令和7年3月31日	0855-72-0633	知夫村	6月10日～6月11日	08514-8-2211
	大田市	6月1日～12月31日	0854-83-8154	美郷町	6月24日～12月31日	0855-75-1932	隠岐の島町	6月1日～令和7年3月31日	08512-2-8560
	安来市	7月1日～11月30日	0854-23-3220	邑南町	6月～令和7年3月	0855-83-1123	島根県医師国保組合	7月1日～12月31日	0852-26-3100
	江津市	6月1日～10月31日	0855-52-7937	津和野町	6月～12月	0856-72-0657			

## 島根県保険者協議会



(島根県・国民健康保険・全国健康保険協会・健康保険組合・共済組合・後期高齢者医療広域連合)  
(事務局:島根県・島根県国民健康保険団体連合会)

# 令和6年度 島根県内の検診車等による集団健診について

市町村が国保被保険者を対象として実施する**集団健診**は、  
被用者保険被扶養者の方も受けることができます。

この集団健診では、**各種がん検診をセットで受けられる**市町村もありますので、  
この機会に両方受けて、健康寿命をさらに延ばしましょう！

詳細はお住まいの市町村へご確認ください。

- 集団健診は感染防止対策を講じて実施します。
- 令和6年1月末時点の予定であり、変更の可能性があります。

☆がん検診種別：胃がん「胃」・肺がん「肺」・大腸がん「大」・前立腺がん「前」・乳がん「乳」・子宮頸がん「子」

健診で”病気の芽”  
を摘みとろう！



会場等			実施日【時間】	胃	肺	大	前	乳	子
松江市	玉湯	玉湯公民館	7月4日		●	●	●	●	
	八束	八束公民館	7月5日【午前】	●		●	●	●	
	鹿島	鹿島公民館	7月8日【午前】	●	●	●	●	●	
		鹿島ふれあい館	7月9日【午前】	●	●	●	●	●	
	八雲	八雲公民館	7月10日	●	●	●	●	●	
	美保関	美保関公民館(万原)	7月11日	●	●	●	●	●	
	宍道	宍道公民館	7月30日【午前】	●	●	●	●	●	
	東出雲	ヨリアイーナ東出雲(東出雲公民館)	9月4日		●	●	●	●	
			9月5日【午前】			●	●	●	
	宍道	宍道農村環境改善センター	9月6日【午前】	●	●	●	●	●	
	玉湯	玉湯公民館	9月9日		●	●	●	●	
	島根		9月18日	●	●	●	●	●	
島根		マリゲートしまね	9月19日【午前】		●	●	●	●	
八束	八束体育館	10月1日	●	●	●	●	●		
東出雲	上意東研修センター	10月2日【午前】	●	●	●	●	●		
浜田市	弥栄	弥栄会館	8月8日	●	●		●		
	金城	雲城まちづくりセンター	9月12日	●	●		●		
	三隅	三隅保健センター	9月13日	●	●		●		
	旭	都川高齢者活動促進センター	9月26日	●	●		●		
旭保健センター		9月27日	●	●		●			
出雲市	佐田	佐田行政センター	7月4日【午前】	●					
	平田	JAしまね平田中央支店	7月5日						
	斐川	JA島根厚生連健康管理センター	8月29日【午前】、30日【午前】						
	大社	JAしまね荒木支店	10月10日【午前】						
	出雲	JAしまね出雲地区本部	10月17日、18日	●	●	●		●	
	佐田	須佐コミュニティセンター	11月6日【午前】						
益田市	平田	JAしまね平田中央支店	12月6日【午前】						
	匹見	匹見タウンホール	6月17日【午前】		●				
		匹見下公民館	6月17日【午後】						
	美都	ふれあいホールみと	7月8日【午前】	●	●				
東仙道公民館		7月8日【午後】							
益田	益田市人権センター	12月9日	●	●	●				
		12月10日			●				
大田市	特定健診については、同封しております実施機関一覧表をご確認ください。 がん検診については、令和6年度大田市健康づくり予定表をご確認ください。								
安来市	伯太保健センター	7月27日【午前】	●	●	●		●	●	
	安来市健康福祉センター	9月2日【午前】	●	●	●		●	●	
	安来市役所安来庁舎	9月29日【午前】	●	●	●		●	●	
江津市	桜江地区	桜江総合センター	9月28日【午前】	●		●	●	●	
雲南市	掛合交流センター	8月22日【午前】、23日【午前】	●		●	●			
	吉田健康福祉センター	8月26日【午前】	●		●	●			
	加茂健康福祉センター	8月29日、30日	●		●	●			
	雲南市役所	8月31日	●		●	●		●	●
	木次総合センター	9月3日、4日	●		●	●			
	三刀屋文化体育館アスパル	9月12日、13日	●		●	●			
	大東地域交流センター	9月25日、26日、27日	●		●	●			
加茂健康福祉センター	11月30日、12月1日、2日	●	●	●			●	●	
奥出雲町	亀嵩温泉 玉峰山荘	6月14日【午前】	●		●	●			
	奥出雲町役場 仁多庁舎	6月16日【午前】	●		●	●	●	●	
	横田コミュニティセンター	6月17日【午前】	●		●	●	●	●	
	奥出雲健康センター	7月2日、16日	●		●	●		●	●
	奥出雲町役場 仁多庁舎	11月11日【午前】							

会場等			実施日【時間】	胃	肺	大	前	乳	子	
飯南町	谷	谷体育館	6月18日【午前】	●	●	●	●			
	小田・真木	小田体育館	6月19日【午前】	●	●	●	●			
	赤名	赤名農村環境改善センター	6月20日【午前】、21日【午前】	●	●	●	●			
	頓原	飯南町保健福祉センター	6月24日【午前】、25日【午前】、26日【午前】	●	●	●	●			
	志々	さつき会館	7月2日【午前】	●	●	●	●			
	来島	来島交流センター	7月3日【午前】、4日【午前】	●	●	●	●			
川本町	三原まちづくりセンター	6月20日【午前】	●				●			
	川本公園管理棟(胸部CT検診の実施あり)	6月22日	●					●		
	悠邑ふるさと会館(胸部CT検診の実施あり)	6月23日	●					●		
美郷町	邑智地区	みさと館	6月24日、25日【午前】					●		
	大和地区	大和事務所	6月26日【午前】					●		
邑南町	羽須美地域	口羽公民館	6月5日※							
	石見地域	矢上交流センター	6月11日～14日※							
		瑞穂地域	田所公民館	7月10日～11日※						
津和野町	青原公民館	6月6日【午前】								
	池河公民館	6月6日【午後】								
	小川公民館	6月7日【午前】								
	左鏡公民館	6月7日【午後】								
	畑迫公民館	6月12日【午前】								
	木部公民館	6月12日【午後】								
	津和野町民センター	6月13日【午前】								
	役場本庁舎	6月16日【午前】								
	日原体育館	11月14日【午前】	●							
	津和野町民センター	11月14日【午後】	●							
吉賀町	柿木	吉賀町ふれあい会館	6月26日、27日	●		●	●			
	朝倉	朝倉小学校体育館	7月2日	●		●	●			
	七日市	七日市公民館	7月3日	●		●	●			
	蔵木	蔵木小学校体育館	7月4日	●		●	●			
	六日市	六日市基幹集落センター	7月9日、10日	●		●	●			
海士町	開発センター	10月15日、16日、17日【午前】				●	●			
西ノ島町	町民体育館	6月4日、5日、6日【午前】、10月11日【午前】					●			
知夫村	知夫村保健センター	6月10日、11日【午前】								
隠岐の島町	都万地区	都万保健センター	6月3日【午後】							
	五箇地区	農村環境改善センター	6月4日							
	西郷地区	岬町町民体育館	6月5日【午前】							
		旧今津小学校	6月5日【午後】							
	中村地区	中老人福祉センター	6月6日【午前】							
	布施地区	布施町民体育館	6月6日【午後】							
	西郷地区	旧大久小学校	6月7日【午前】							
		町民ホール(役場本庁)	6月10日【午後】							
	都万地区	都万保健センター	6月11日							
	西郷地区	加茂漁村センター	6月12日【午前】							
社会福祉センター		6月12日【午後】								
	町民ホール(役場本庁)	6月13日【午前】								

※邑南町：申込人数によっては、実施時間が「午前のみ」となります。