

日程	受付時間	会場	健康 診査	特定 健診	肝臓 超音波	胃 がん	肺 がん	大腸 がん	乳 がん	子宮 がん	骨 密度
7月22日(火)	8:30~10:00	保健センター	●	●	●	●	●	●	●	●	●
8月26日(火)	8:30~10:00	保健センター	●	●	●	●	●	●	●	●	●
9月9日(火)	8:30~10:00	保健センター	●	●	●	●	●	●	●	●	●
10月19日(日) ※休日健診	8:30~10:00	保健センター			●	●	●	●	●	●	●
11月18日(火)	8:30~10:00	保健センター	●	●	●	●	●	●	●	●	●
令和8年 1月28日(水)	8:30~10:00	保健センター	●	●	●	●	●	●	●	●	●
2月20日(金) ※レディース検診	8:30~10:00	保健センター							●	●	●

※レディース検診：乳がん、子宮がん、骨密度のみの検診日です。(女性のみ)

～集団健診の注意事項～

集団健診はすべて**予約制**です。  
ご予約は、保健センター ☎ (82-2214) へお願いします。

【個別健診】 東部圏域委託医療機関で受診可能です。  
※ただし、健康診査(75歳以上)、肝臓超音波検査は町内医療機関と集団健診のみ受けられます。

町内医療機関名	電話番号	IP 電話
若桜柿坂医院	82-0076	982-0076
わかさ生協診療所	82-0533	982-0533

**健診当日の持ち物(マイナ保険証等)について**  
マイナンバーカードと健康保険証の一体化により、これまで健診当日お持ちいただいていた健康保険証が以下①～⑤のいずれかとなります。

- ① 健康保険証  
最長令和7年12月1日  
または有効期限まで  
使用可能
- ② マイナ保険証  
(マイナンバーカード)  
受診する施設が  
対応している場合
- ③ マイナポータル  
資格情報画面  
(スマホ)
- ④ 資格確認書
- ⑤ マイナ保険証  
+資格情報のお知らせ  
マイナ保険証での資格確認が  
できなかった場合

若桜町

# 健診ガイド

## 毎年健診を受けましょう!!

車が定期的に車検を受けないといけないように、**体の車検(健診)**も定期的に受けることが大切です!  
期限切れになる前に、**1年に1回の車検(健診)**を受けましょう!!



★特定健診・健康診査と同時に肝臓超音波検査を2年に1回受けることができます。

## 精密検査が必要な場合は、 早めに必ず受診をしましょう!!



がんは、早期発見・早期治療で**おおよそ90%以上が治る**といわれています。  
「まだ大丈夫」「私は大丈夫」ではなく、**早めに必ず受診をしましょう。**

## 歯科検診も毎年受診をしましょう!

お口は、全身の健康の入り口といわれています。**40歳以上のどなたでも受けられますので、ぜひ受診をしましょう!!**

お口の健康を保つことは、  
**がんばる**  
毎日の生活を元気に元張るもと!



上川町長  
(がんばるくん)



若桜町 保健センター  
☎0858-82-2214  
IP電話 982-2214



全国健康保険協会 鳥取支部  
協会けんぽ  
☎0857-25-0050(音声案内2)

若桜町の皆様！あなた自身と大切な家族のために！受けよう！

# 特定健診とがん検診のダブル受診!!



特定健診は、法律で定められた年に一度の健診です。受診方法・受診日を決めて、計画的に受診しましょう！

## ①受診方法を選択

「**集団健診**」か「**個別健診**」かのどちらかをお選びください。

## ②受診日を決める！

私の受診日  月  日

## ③必要なものを準備して受診

- 特定健診・がん検診の受診券
  - マイナ保険証等  健診費用
- ※詳細は外面「健診当日の持ち物（マイナ保険証等）」についてご確認ください。



集団健診

### 特定健診

問診、身体計測、血圧測定、血液検査、尿検査、診察など

【費用】通常約8,000円

協会けんぽ扶養家族：1,100円  
(40歳以上75歳未満)

若桜町国民健康保険  
(40歳以上75歳未満)

後期高齢者医療制度  
生活保護受給中の方

無料

### 【日程・予約方法】

裏面の表をご覧ください。  
日時・会場等を確認のうえ、  
受診日を決めて  
保健センター(82-2214)へ  
ご予約ください。

※**肝臓超音波検査(2年に1度)**は  
特定健診・健康診査とセットで受ける  
ことができます。  
特定健診・健康診査の予約の際に、  
お申し出ください。



個別健診

### 特定健診

【費用】通常約8,000円

協会けんぽ扶養家族：無料～1,650円  
(40歳以上75歳未満) (医療機関によって費用が異なります)

若桜町国民健康保険  
(40歳以上75歳未満)

後期高齢者医療制度  
生活保護受給中の方

無料

### 【日程・予約方法】

医療機関の一覧表から選択し、  
事前に電話で**予約**の上、  
受診ください。

若桜町  
国保加入者

協会けんぽ  
扶養家族

詳しくは  
保健センターに  
お問い合わせ  
ください



## がん検診等

ご加入の健康保険の種類にかかわらず、  
対象年齢の方はどなたも受診できます。  
6月ごろ、受診券をご自宅にお届けします。

種類	費用	対象年齢
胃がん	集団健診(バリウム検診) 無料 個別検診(カメラ検診) 1,000円	40歳以上
肺がん	無料	
大腸がん		
乳がん		40歳以上の女性 (奇数年生まれ)
子宮がん	無料	20歳以上の女性
骨密度		30～70歳の女性 (3年に1回)

実施期限：令和8年2月末まで

※医療機関でがん検診の個別受診を  
希望される場合は、**若桜町保健センター**  
(0858-82-2214)までお問い合わせください。