

受診までの流れ

1 まず、受診日を決めてください (実施日は中面をご覧ください)

私の受診日: 第1候補 月 日

第2候補 月 日



2 特定健診を受診します

(※事前予約が必要な日程がありますので、宮古市のホームページをご確認ください)

[受診時の持ち物]

- 令和8年度特定健診受診券(セット券)
- マイナ保険証等(注)



特定健診受診券(セット券)

特定健康診査受診券(セット券)

令和8年度

記号12345678 番号90

氏名 協会 花子

氏名 協会 花子

(注)

- ・マイナンバーカードによるオンライン資格確認(受診する施設が対応している場合)
- ・マイナポータルでの保険資格画面の提示
- ・マイナ保険証と資格情報のお知らせの提示
- ・資格確認書

- 受診券は4月にご自宅(会社等に勤務している被保険者様の登録住所)宛てに送付しております。
- 受診券に記載の記号・番号がご自身の現在の健康保険の記号・番号と一致しているかご確認ください。
- 受診券がお手元に届いていない、紛失してしまった等の場合は、協会けんぽ岩手支部までお問合せください。

3 健診結果を確認しましょう

健診は受けたあとが肝心です。必ず結果を確認しましょう。

生活習慣病のリスクが高い場合には、健康サポート(特定保健指導)をご案内いたします。保健師・管理栄養士があなた様に合った予防法や改善策を個別にアドバイスします!



《お問い合わせ先》

・受診券、特定健診に関するお問い合わせ

全国健康保険協会岩手支部 保健グループ TEL:019-604-9009(平日8:30~17:15)

・健診日程、がん検診、会場に関するお問い合わせ

宮古保健センター TEL:0193-64-0111



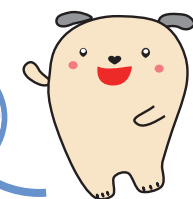
宮古市にお住まいの協会けんぽ被扶養者(ご家族)様

令和8年度 宮古市集団健診のご案内



受診券が送られてきたけれど、今年はどうしようかしら...

どうしようか迷ったらまずは集団健診がおすすめです!



岩手支部
マスコットキャラクター
「ハビわん」

令和8年度の受診券はご確認いただけましたか?
特定健診を受けるなら「市町村の集団健診」がおすすめです!

おすすめ/
ポイント

1

近所に健診を受けられるところがない

「宮古市が実施する集団健診」の会場で受診できます!

おすすめ/
ポイント

2

がん検診も受けたいのに...忙しくて別々に受けるのは無理...

「がん検診を一緒に受けられる」会場もあります!

おすすめ/
ポイント

3

健診を受けたいけど、費用が心配...

「集団健診なら、特定健診費用は無料」で受診できます!

(※ただし、年度内にお一人様につき1回に限りです。)

健診日程は中面からご確認ください!

全国健康保険協会岩手支部 保健グループ

〒020-8508 盛岡市中央通一丁目7番25号 朝日生命盛岡中央通ビル2階

※すでに今年度の健診を受診済の方、協会けんぽの健康保険の資格を喪失された方は行き違いのご案内となります。ご了承ください。

対象

40歳～74歳の協会けんぽ ご加入の被扶養者(ご家族)様

費用

特定健診は無料

⇒協会けんぽからの補助(7,150円)がありますので、
無料でお受けいただけます。 ※補助はおひとり様につき今年度1回限りです。
(がん検診を受診される場合の費用は別途発生します)

検査項目

・診察 ・問診 ・身体測定 ・血圧測定 ・血中脂質検査
・肝機能検査 ・血糖検査 ・尿検査 等

会場・日程

◆生活習慣病予防健診・がん検診集団健診 日程表◆

月日	会場	受付時間		検診種別					
				特定健診	胃がん	肺がん	大腸がん	乳がん	子宮がん
6月17日(水)	門馬地域振興センター	7:00～9:00		健診	胃	肺	大腸		
6月18日(木)	江繋地域振興センター	7:00～9:00		健診	胃	肺	大腸		
6月19日(金)	箱石地域振興センター	7:00～9:00		健診	胃	肺	大腸		
6月24日(水)	小国地域振興センター	7:00～9:00		健診	胃	肺	大腸		
6月25日(木)	川内地域振興センター	7:00～9:00		健診	胃	肺	大腸		
6月28日(日)	川井保健センター	7:00～9:30		健診	胃	肺	大腸		
7月5日(日)	千徳体育館	9:30～11:00	13:00～14:00	健診					
7月6日(月) 【予約制】	宮古保健センター	9:30～11:00	13:00～14:00	健診					
7月7日(火)	千徳体育館	9:30～11:00	13:00～14:00	健診					
7月10日(金)	川井保健センター	9:30～10:30					大腸	乳	子宮
	新里保健センター		13:00～14:00				大腸	乳	子宮
7月13日(月)	鎌ヶ崎公民館	7:00～9:30			胃	肺	大腸		
	津軽石公民館	9:30～11:00	13:00～14:00	健診					
7月14日(火)	金浜老人福祉センター	7:00～9:30			胃	肺	大腸		
	宮古市民文化会館	9:30～11:00	13:00～14:00	健診					
7月15日(水)	宮古市民文化会館	9:30～11:00	13:00～14:00	健診					
	崎山公民館	9:30～10:30					大腸	乳	子宮
	田老公民館		13:00～14:00				大腸	乳	子宮
7月16日(木)	山口公民館	9:30～11:00	13:00～14:00	健診					
7月21日(火)	近内地区センター	9:30～11:00	13:00～14:00	健診					
7月22日(水)	山口公民館	7:00～9:30			胃	肺	大腸		
	崎山公民館	9:30～11:00	13:00～14:00	健診					
7月23日(木) 【予約制】	宮古保健センター	7:00～9:30		健診	胃	肺	大腸		
8月25日(火)	山口公民館	9:30～10:30	13:00～14:00				大腸	乳	子宮
8月26日(水)	重茂漁業協同組合	9:30～10:30					大腸	乳	子宮
	津軽石公民館		13:00～14:00				大腸	乳	子宮
8月27日(木)	宮古市民総合体育館	7:00～9:30		健診	胃	肺	大腸		
8月28日(金)	宮古市民総合体育館	7:00～9:30		健診	胃	肺	大腸		
8月31日(月) 【予約制】	宮古保健センター (女性限定日)	9:00～10:30	13:00～14:00	健診			大腸	乳	子宮

◆生活習慣病予防健診・がん検診集団健診 日程表◆

月日	会場	受付時間		検診種別					
				特定健診	胃がん	肺がん	大腸がん	乳がん	子宮がん
9月1日(火)	重茂漁業協同組合	7:00～9:30			胃	肺	大腸		
9月2日(水)	田老公民館	7:00～9:30		健診	胃	肺	大腸		
9月3日(木)	田老公民館	7:00～9:30		健診	胃	肺	大腸		
9月4日(金)	田老公民館	7:00～9:30		健診	胃	肺	大腸		
	シートピアなあと	9:30～10:30	13:00～14:00				大腸	乳	子宮
9月5日(土)	田老公民館	7:00～9:30		健診	胃	肺	大腸		
9月7日(月)	宮古保健センター	9:30～11:00	13:00～14:00	健診					
9月8日(火)	崎山公民館	9:30～11:00	13:00～14:00	健診					
	宮古保健センター(夕方からのがん検診)		17:00～18:30				大腸		
9月13日(日)	千徳体育館	9:30～10:30	13:00～14:00				大腸	乳	子宮
9月14日(月) 【予約制】	宮古保健センター(女性限定日)	9:00～10:30	13:00～14:00	健診			大腸	乳	子宮
9月24日(木)	宮古保健センター	9:30～11:00	13:00～14:00	健診					
9月25日(金)	赤前小学校	7:00～9:30		健診	胃	肺	大腸		
9月26日(土)	千徳小学校体育館	7:00～9:30			胃	肺	大腸		
9月27日(日)	崎山公民館	7:00～9:30			胃	肺	大腸		
9月30日(水)	山口公民館	9:30～11:00	13:00～14:00	健診					
10月2日(金)	花輪農村文化伝承館	9:30～11:00	13:00～14:00	健診					
10月4日(日)	新里保健センター	7:00～9:30		健診	胃	肺	大腸		
10月5日(月)	宮古保健センター	7:00～9:30			胃	肺	大腸		
	鎌ヶ崎公民館	9:30～11:00	13:00～14:00	健診					
10月6日(火)	千徳体育館	7:00～9:30			胃	肺	大腸		
10月7日(水)	花輪農村文化伝承館	7:00～9:30			胃	肺	大腸		
10月8日(木)	千徳体育館	9:30～11:00	13:00～14:00	健診					
10月9日(金)	千徳体育館	9:30～11:00	13:00～14:00	健診					
10月13日(火)	津軽石公民館	9:30～11:00	13:00～14:00	健診					
10月14日(水)	重茂公民館	9:30～11:00	13:00～14:00	健診					
10月15日(木)	高浜小学校	9:30～11:00	13:00～14:00	健診					
10月18日(日)	第二中学校	7:00～9:30			胃	肺	大腸		
10月19日(月)	宮古保健センター	9:30～11:00	13:00～14:00	健診					
10月20日(火)	シートピアなあと	9:30～11:00	13:00～14:00	健診					
10月21日(水)	西ヶ丘地区センター	9:30～11:00	13:00～14:00	健診					
10月22日(木)	津軽石公民館	7:00～9:30			胃	肺	大腸		
10月23日(金)	宮古保健センター	7:00～9:30		健診	胃	肺	大腸		
10月24日(土)	宮古市民文化会館	7:00～9:30			胃	肺	大腸		
10月26日(月)	宮古保健センター	9:30～11:00	13:00～14:00	健診					
10月28日(水)	花輪農村文化伝承館	9:30～10:30					大腸	乳	子宮
	宮古市民文化会館		13:00～14:00				大腸	乳	子宮
10月29日(木)	宮古保健センター(夕方からのがん検診)		17:00～18:30				大腸		
11月2日(月)	第二中学校	9:30～11:00	13:00～14:00	健診					
11月4日(水)	宮古保健センター	9:30～11:00	13:00～14:00	健診					
11月5日(木)	山口公民館	7:00～9:30			胃	肺	大腸		
	宮古保健センター	9:30～11:00	13:00～14:00	健診					
11月6日(金)	宮古保健センター	7:00～9:30			胃	肺	大腸		
	うみマチひろば	9:30～11:00	13:00～14:00	健診					
11月7日(土)	宮古保健センター	7:00～9:30			胃	肺	大腸		
11月9日(月)	宮古保健センター	9:30～11:00	13:00～14:00	健診					
11月10日(火)	シートピアなあと	9:30～11:00	13:00～14:00	健診					
11月11日(水)	山口公民館	9:30～11:00	13:00～14:00	健診					
11月26日(木)	宮古市民総合体育館	9:30～10:30	13:00～14:00				大腸	乳	子宮