

保存版

# 令和4年度 上田市 各種検診のご案内

令和4年4月～令和5年3月に上田市が実施する上田市民のための検(健)診です。

## あなたとあなたの大切な人のために がん検診、特定健診などを受けましょう!

検診の受診にあたって	1頁	肝炎ウイルス検診	9頁
人間ドック・脳ドック補助制度	2頁	乳がん(超音波)検診	10頁
若年健康診査	3頁	乳がん(マンモグラフィ)検診	10頁
特定健康診査	3頁	子宮がん検診	11頁
長寿健康診査	4頁	骨粗しょう症予防健診	11頁
胃がん検診	4～5頁	歯周病検診	12頁
肺がん(らせんCT)検診	6頁	妊婦歯科検診	12頁
肺がん・結核(レントゲン)検診	6～7頁	個別検診市内指定医療機関一覧	13～14頁
大腸がん検診	8頁	歯科検診市内指定歯科医院一覧	14頁
前立腺がん検診	9頁		

健康で元気な毎日を送るために、  
どうぞ市の検診をお役立てください。



この案内に  
載っている検(健)診は  
健康づくりチャレンジ  
ポイント対象だぴ〜♪

上田市健康づくりチャレンジポイント制度の  
詳細は8頁を参照してください。



## 上田市

ひと笑顔あふれ 輝く未来につながる健康都市

- 健康推進課 〒386-0012 上田市中央6-5-39 ひとまちげんき・健康プラザうえだ  
TEL: 0268-28-7124 FAX: 0268-23-5119
- 丸子保健センター 〒386-0404 上田市上丸子1600-1  
TEL: 0268-42-1117
- 真田保健センター 〒386-2292 上田市真田町長7199-1  
TEL: 0268-72-9007
- 武石健康センター 〒386-0503 上田市下武石742  
TEL: 0268-85-2067

# 検診の受診にあたって

上田市が実施する各種検診を受診するにあたり、次の事項についてご確認ください。

## 対象年齢の数え方

対象者の年齢は、**年度内(令和4年4月1日から令和5年3月31日の間)に迎える年齢**です。

## 同じ検診は年度内に1回のみ

上田市が実施する同じ検診を年度内に2回以上受診しないようご注意ください。

## がん検診は自覚症状のない方が対象

**がん検診は、症状がない方を対象にしている検診です。すでに気になる症状のある方は、検診を待たず直ちに医療機関を受診してください。**

また、どんなに優れた検診でも100%の精度ではありません。検診を受診しても必ずがんが見つけれられるとは限りませんし、がんでなくても要精密検査になる場合もあります。

## 必ず精密検査を受診してください

がん検診の結果、精密検査が必要となった方は、「がんの可能性のある状態」です。必ず医療機関で精密検査を受診してください。

若年・特定・長寿健診の結果、治療が必要となった方は、医師と相談して早期に治療を開始してください。

## 受診料の免除について

**世帯全員の令和3年度市民税(令和2年1月1日から令和2年12月31日までの所得)が非課税の方、または生活保護世帯の方は、次の検診の受診料が免除となります。**

その他、年齢により無料となる検診がありますので、各検診のページをご覧ください。

受診料が免除になる検診	● 胃がん検診	● 肺がん・結核(レントゲン)検診
	● 乳がん(超音波)検診	● 乳がん(マンモグラフィ)検診
	● 子宮がん検診	● 歯周病検診

各種検診申込書で締切期限までに申込されている方のうち、受診料が免除になる方には「各種検診無料受診証」を4月に郵送しました。**受診する際に、必ず「各種検診無料受診証」を持参し、受付でご提示ください。提示がない場合は有料となります。(返金はいたしません。)**

※「各種検診無料受診証」を紛失された場合は、健康推進課までお問い合わせください。交付には時間がかかりますので、検診当日ではなく事前にご確認ください。

※締切期限を過ぎてからの申込の場合、「各種検診無料受診証」の発行には健康推進課窓口での申請及び資格確認が必要となります。

なお、歯周病検診を受診する場合は「各種検診無料受診証」ではなく、受診料「無料」と記載された案内通知を4月に郵送しましたので、必ず案内通知を持参し、受付でご提示ください。

## 個人情報の取扱いについて

一連の検診業務(検診申込書や案内通知の発送・検診票の作成・問診・検査・結果判定・検診後の結果説明・結果報告書の発送・検診後の追跡調査など)に個人情報(氏名・住所・生年月日など)を使用します。個人情報は、漏洩や不正が生じないように適正に取り扱うとともに、検診に関する事柄以外には使用しません。

検診に関するデータ(検診対象者・申込者のデータ、検診結果のデータ、過去の受診歴や結果など)を管理し、検診を円滑に進めるため、また検診精度を向上させるために活用します。

検診票や結果報告書の作成、検査や専門医による結果判定などの検診業務を適正な管理のもと、外部の検診実施機関に委託しています。

国・県などへの統計報告のために、検診結果を個人が特定できない形で集計・分析します。

精密検査が未受診の場合は、受診勧奨のため、ご本人に連絡させていただくことがあります。

検診の精度を上げるため、精密検査を受けた方については、その後の受診状況や治療後の経過について、ご本人や医療機関に問い合わせることがあります。

若年・特定・長寿健康診査の結果は、その後の保健指導や生活機能評価に活用し、健康づくり事業に反映させます。

# 人間ドック・脳ドックの補助制度について

上田市では、市民の皆様の健康保持や病気の早期発見のため、人間ドック・脳ドックの検査費用の一部を補助しています。

## 対象者

人間ドック	検査時に35歳以上で、上田市内に住所のある方
脳ドック	検査年度内(令和4年4月1日から令和5年3月31日)に35、40、45、50、55、60、65、70、75歳になり、上田市内に住所のある方

## 補助の要件

- ・ドック基本料の検査費用に対する自己負担が、25,000円以上であること。
- ・市税及び後期高齢者医療保険料の滞納がないこと。
- ・上田市国民健康保険又は後期高齢者医療制度加入者は、受診医療機関を通じ、人間ドックの検査結果を市へ情報提供することに同意ができること。
- ・脳ドックについては、検査内容に「MRA検査」・「MRI検査」・「血液検査」・「心電図検査」の4項目全てが含まれていること。

## 注意事項

- ・同一年度内(4月1日～翌年3月31日)において、人間ドック・脳ドックのいずれか1回限りです。
- ・被用者保険(社会保険)に加入されている方で、加入保険や事業所から人間ドック等(特定健診や生活習慣病予防健診等を含む。)に対して助成制度がある場合は、必ずそちらを優先して助成を受けてください。市では、補助額から助成金を差し引いた額を補助します。市の補助額以上に助成金が出る場合は、補助対象外となります。
- ・健康保険組合又は共済組合に加入されている方は、当該検査に係る助成状況等を確認するため、「人間ドック等検査費用助成制度証明書」の提出が必要となります。申請時に提出がない場合は、後日、健康推進課まで提出していただきます。
- ・上田市国民健康保険又は後期高齢者医療制度加入者は、事前申請による補助券を利用することができます。補助券の利用できる医療機関については、上田市ホームページでご確認いただくか、お問い合わせください。また、同一年度内に、人間ドックと特定健診又は長寿健診は重複して受診できません。

## 補助額

検査時に加入していた保険	人間ドック (日帰り)	人間ドック (1泊2日)	脳ドック
上田市国民健康保険又は後期高齢者医療制度	13,000円	25,000円	13,000円
協会けんぽ、健康保険組合、共済組合などの被用者保険	10,000円	22,000円	13,000円

## 申請手続き

区分	申請期間	申請に必要なもの
人間ドック等の 受診前に申請する場合 (上田市国民健康保険又は 後期高齢者医療制度加入者のみ)	受診予定日の 2週間前から	<b>保険証(本人のもの)</b> ④医療機関にて受診の予約後、申請窓口にお越しください。
人間ドック等の 受診後に申請する場合	受診日から 翌年度末まで ※受診後、お早めに 申請していただき ますようご協力を お願いします。	<b>検査時に加入していた保険証(本人のもの)、領収書(明細書 含む)の原本、振込先口座のわかるもの(預金通帳など)</b> ④人間ドックの場合、受診された医療機関によっては、検査結果 のコピーも併せて提出していただく場合があります。 ④健康保険組合や共済組合に加入されている方については、「人間 ドック等検査費用助成制度証明書」の提出が必要となります。

## 申請窓口

国保年金課(上田市役所本庁舎) TEL:0268-75-7101  
丸子・真田・武石地域自治センター 市民サービス課  
豊殿・塩田・川西地域自治センター

## 若年健康診査



対象者	<p><b>30歳～39歳の方</b> (昭和58年4月1日から平成5年3月31日までの生まれ)</p> <p>◆次に該当する方は、若年健診を受けられません</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・人間ドックを受診する方</li> </ul> <p>◆次に該当する方は、若年健診を受ける必要はありません</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・妊産婦の方</li> <li>・職場などで健康診断を受ける方</li> </ul>
健診内容	<p>問診、身長・体重・腹囲計測、血圧測定、血液・尿検査、医師の診察を行います。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・受診券は、事前申込された方へ5月下旬までに郵送します。</li> </ul> <p>受診の際に必ずお持ちください。お持ちでない方はお問い合わせください。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・職場で健康診断を実施している場合は、そちらでの受診を優先してください。</li> </ul>
実施会場・日程	<p>【個別健診】 6月～翌年1月までに、市内指定医療機関（13～14ページ参照）で受診できますので、医療機関へ直接予約してください。</p>
受診料	<p><b>1,000円</b></p>
結果	<p>受診の1か月～2か月後に市からお返しします。</p>

## 特定健康診査

対象者	<p><b>上田市国民健康保険加入者で40歳～74歳の方</b> (昭和23年4月1日から昭和58年3月31日までの生まれ)</p> <p>◆次に該当する方は、特定健診を受けられません</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・人間ドックを受診する方</li> </ul> <p>◆次に該当する方は、特定健診を受ける必要はありません</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・妊産婦の方</li> <li>・病院又は診療所に6か月以上継続して入院している方</li> <li>・養護老人ホーム、特別養護老人ホーム、介護保険施設等に入所又は入居している方</li> </ul> <p>※年度途中に国民健康保険に加入した方で、特定健診の受診を希望される方は、国保年金課（☎75-6681）又は健康推進課までお問い合わせください。</p>
健診内容	<p>問診、身長・体重・腹囲計測、血圧測定、血液・尿検査、医師の診察を行います。該当者のうち医師の判断が必要な方に、心電図検査、眼底検査を行います。また、健診結果により生活習慣病予防のための保健指導を行います。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・受診券は、対象者全員へ5月下旬までに郵送します。</li> </ul> <p>受診の際に必ずお持ちください。お手元に届かない方は、お問い合わせください。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・高血圧、脂質異常、糖尿病などで治療中の方も健診を受診してください。</li> <li>・年度内に人間ドックを受ける方は、健診内容が重複するため、特定健診は受診できません。 ※人間ドック補助制度（2ページ参照）</li> </ul>
実施会場・日程	<p>【個別健診】 6月～翌年1月までに、市内指定医療機関（13～14ページ参照）で受診できますので、医療機関へ直接予約してください。</p> <p>【集団健診】 事前に集団健診を申し込まれた方には、健診日時、会場等についての案内通知を後日郵送します。</p>
受診料	<p><b>無 料</b></p>
結果	<p>受診の1か月～2か月後に市からお返しします。</p> <p>生活習慣の改善が必要な方には、特定保健指導を実施します。</p>

## 長寿健康診査

対象者	<p>後期高齢者医療制度に加入されている方 (75歳以上又は一定の障がいのある65歳以上の方)</p> <p>◆次に該当する方は、長寿健診を受けられません</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・人間ドックを受診する方</li> </ul> <p>◆次に該当する方は、長寿健診を受ける必要はありません</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・職場などで健康診断を受ける方</li> <li>・病院又は診療所に入院している方</li> <li>・要介護3・4・5の認定を受けている方</li> <li>・養護老人ホーム、特別養護老人ホーム、介護保険施設等に入所又は入居している方</li> </ul>
健診内容	<p>問診、身長・体重・腹囲計測、血圧測定、血液・尿検査、医師の診察を行います。</p> <p>・受診券は、事前申込された方へ5月下旬までに郵送します。 受診の際に必ずお持ちください。お持ちでない方はお問い合わせください。</p>
実施会場・日程	<p>【個別健診】 6月～翌年1月までに、市内指定医療機関（13～14ページ参照）で受診できますので、医療機関へ直接予約してください。</p> <p>【集団健診】 丸子・武石地域で、事前に集団健診を申し込まれた方には、健診日時、会場等についての案内通知を後日郵送します。</p>
受診料	無 料
結果	受診の1か月～2か月後に市からお返しします。

## 胃がん検診

胃がんは、50代以降に罹患する人が多く、全国のがんによる死亡数割合の上位に位置しています。早期の胃がんは検診で発見されやすいため、定期的に検診を受けることが大切です。

対象者	<p>40歳以上の方(昭和58年3月31日以前の生まれ)</p> <p>◆次に該当する方は、胃がん検診を受けられません◆</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・妊娠中及び妊娠していると思われる方、不妊治療中の方</li> <li>・過去に食道、胃、十二指腸のいずれかを切除した方 ※内視鏡的切除（EMR）施行後含む</li> <li>・胃や腸の病気で治療中又は経過観察中の方、自覚症状のある方</li> <li>・病気などにより水分制限を受けている方</li> <li>・過去にバリウム検査でアレルギー症状がでたり誤嚥された方</li> <li>・過去1年以内に胃ポリープ以外の消化器の手術（腹腔鏡含む）をした方</li> <li>・過去1年以内に大腸ポリープの切除や脱腸、腸閉塞、腸捻転の既往がある方</li> <li>・過去1年以内に心疾患や脳血管疾患を発症した方</li> <li>・酸素吸入をしている方</li> <li>・人工肛門を造設している方</li> <li>・重度の便秘症の方（3日間排便がない方）</li> <li>・体重が130kg以上ある方</li> <li>・検診当日体調のすぐれない方</li> </ul> <p>※何らかの病気（心疾患・慢性腎疾患・認知症など）で治療中の方や身体の不自由な方は、受診について主治医とご相談ください。ご高齢の方は、バリウムの誤嚥やバリウムによる極度の便秘などの危険性があるため、安全性を考慮し、市の検診ではなく医療機関での内視鏡検査等をお勧めします。</p>
検診内容	<p>胃がんを発見するための検診です。検診車内で、発泡剤（胃を膨らませるためのもの）とバリウムを飲み、胃のレントゲン撮影をします。</p> <p>※感染症予防等のため、検査着の貸し出しはありません。あらかじめ撮影できる服装でお越しください。</p>
受診料	1,000円 ※受診料の免除については、1ページをご覧ください。
結果	受診から約1か月後に通知します。

## 胃がん検診 実施会場・日程

<b>集団検診</b>	下記の日程で実施します。事前に申し込まれた方には、検診日時、会場等についての案内通知を <b>4月</b> に郵送します。
<b>注意事項</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 検査前日の夜9時から検査終了までは、食事をしないでください。</li> <li>・ 水分は、就寝前まで飲んでも差し支えありませんが、飲酒はしないでください。</li> <li>・ 当日は、検査2時間前までに、水や白湯のみ200ml以内なら摂取可能です。</li> <li>・ 当日は、検査終了まで喫煙をしないでください。また、ガムや飴は避けてください。</li> <li>・ 入れ歯安定剤を使用している方は、当日、検査終了まで使用しないでください。</li> <li>・ 毎朝必ず内服する薬のある方は、主治医とご相談のうえ、検査2時間前まで又は検査後に服用してください。心臓病・高血圧、抗てんかんのお薬は、食後のお薬であっても、検査2時間前までに水またはさ湯で必ず服用してください。ただし、糖尿病の薬の服用やインスリン注射は検査前にしないでください。</li> </ul>

受付時間		7:40~9:00						
日程	会場		日程	会場		日程	会場	
	A号車	B号車		A号車	B号車		A号車	B号車
5月13日	金		ひとまちげんき・健康プラザうえだ	7月4日	月	川西公民館 (川西地域自治センター)		
5月16日	月	中村自治会館		7月6日	水		ひとまちげんき・健康プラザうえだ	
5月17日	火	中村自治会館		7月7日	木		ひとまちげんき・健康プラザうえだ	
5月18日	水		農村環境改善センター (豊殿地域自治センター)	7月8日	金		上野が丘公民館	
5月19日	木	真田保健センター		7月12日	火	塩田公民館 (塩田地域自治センター)		
5月20日	金	真田保健センター (受付時間7:40~9:30)	菅平高原国際リゾートセンター (受付時間7:00~7:20)	7月13日	水		神川地区公民館	
5月23日	月	真田保健センター	上野が丘公民館	7月14日	木	別所温泉 あいそめの湯		
5月24日	火	川辺町会館	ひとまちげんき・健康プラザうえだ	7月19日	火	丸子保健センター		
5月25日	水	下之郷公民館	農村環境改善センター (豊殿地域自治センター)	7月20日	水	武石地域 総合センター	上野が丘公民館	
5月26日	木	川辺泉田地区 防災センター	ひとまちげんき・健康プラザうえだ	7月22日	金	別所温泉 あいそめの湯	ひとまちげんき・健康プラザうえだ	
5月27日	金	塩田公民館 (塩田地域自治センター)		7月25日	月	西部公民館		
5月31日	火		ひとまちげんき・健康プラザうえだ	7月28日	木		ひとまちげんき・健康プラザうえだ	
6月6日	月	川辺町会館	上野が丘公民館	7月29日	金	川辺町会館		
6月7日	火		ひとまちげんき・健康プラザうえだ	8月1日	月	丸子保健センター		
6月8日	水	塩田公民館 (塩田地域自治センター)	ひとまちげんき・健康プラザうえだ	8月2日	火	武石地域 総合センター	ひとまちげんき・健康プラザうえだ	
6月14日	火		ひとまちげんき・健康プラザうえだ	8月3日	水	ひとまちげんき・健康プラザうえだ		
6月15日	水	塩田公民館 (塩田地域自治センター)		8月8日	月	塩田公民館 (塩田地域自治センター)		
6月20日	月	丸子保健センター		8月9日	火	川西公民館 (川西地域自治センター)		
6月21日	火		ひとまちげんき・健康プラザうえだ	8月10日	水	塩田公民館 (塩田地域自治センター)		
6月23日	木	丸子保健センター		8月17日	水	川辺町会館	上野が丘公民館	
6月27日	月	下室賀コミュニ ティセンター	神川地区公民館	8月18日	木	ひとまちげんき・健康プラザうえだ		
6月28日	火	城南公民館		8月19日	金	ひとまちげんき・健康プラザうえだ		
6月29日	水	城南公民館						

## 肺がん(らせんCT)検診

対象者	<p><b>50・55・60・65・70・75歳の方</b></p> <p>◆次に該当する方は、肺らせんCT検診を受けられません◆</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・肺やその他呼吸器系の病気で治療中、検査中の方</li> <li>・胃や大腸のレントゲン検査を1週間以内に受けた方</li> </ul> <p>※今年度、肺がん(らせんCT)検診を受診される方は、肺がん・結核(レントゲン)検診を受けられません。</p> <p>※心臓ペースメーカーを使用されている方は、事前に主治医の許可を得てください。</p>
検診内容	<p>肺がんの中でも治りやすい早期肺がんを発見することを目的とした検診です。</p> <p>CT装置を搭載した検診車で、ベッドで寝た状態で撮影をします。</p> <p>1回の呼吸停止(約15秒)で肺の全体を一度に撮影することができます。</p>
実施会場・日程	<p><b>【集団健診】 7月～8月に、予約制</b>で行います。事前に申し込まれた方には、検診日時、会場等についての案内通知を6月頃に郵送します。</p> <p>事前に申し込みをしていない方で検診を希望する場合は、会場などに限りがありますので、お早めにお問い合わせください。</p>
受診料	<b>3,000円</b>
結果	受診から約1か月後に通知します。

## 肺がん・結核(レントゲン)検診

肺がんは、日本人のがんの死亡率の第1位となっています。無症状のうちに受診し、早期に治療すれば、約8割が治癒するようになりました。肺がんの最大の原因は、たばこです。喫煙年数や本数が多いほど、肺がんのリスクが高まります。

結核は、結核菌が人から人へ空気感染でうつる病気です。治療により完治しますが、今でも日本で毎年多くの人が命を落としている重大な感染症です。

対象者	<p><b>40歳以上の方(昭和58年3月31日以前の生まれ)</b></p> <p>◆次に該当する方は、肺がん・結核(レントゲン)検診を受けられません◆</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・妊娠中の方、妊娠の可能性のある方</li> <li>・今年度、肺がん(らせんCT)検診を受診された方</li> <li>・肺の病気で治療中の方</li> <li>・自覚症状(長引くせき、痰等)のある方</li> </ul>
検診内容	<p>肺がんと結核を発見するための検診です。</p> <p>検診車で胸のレントゲン撮影をします。</p> <p>50歳以上で喫煙指数(1日本数×年数)が600以上の方は、追加で痰の検査を受けることができます。自宅で専用容器に3日間痰を採り、痰の中のがん細胞の有無を調べます。</p>
受診料	<p><b>500円</b>(痰の検査は+500円)</p> <p>※受診料の免除については、1ページをご覧ください。</p>
結果	受診から約2か月後に通知します。

## 肺がん・結核(レントゲン)検診 実施会場・日程

<b>集団検診</b>	下記の日程で実施します。事前に申し込まれた方には、検診日時、会場等についての案内通知を <b>8月頃</b> に郵送します。
<b>注意事項</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・短時間で撮影しますので、着脱が簡単な服装でお出かけください。</li> <li>・撮影時は両面無地で装飾のないTシャツ一枚をお願いします。</li> <li>・金具・プラスチック類は写真にうつりますので、以下のものは必ず外してください。 ブラジャー・キャミソールなどの下着 襟・プリント・ボタン・ファスナーのついた服 ネックレス・磁気ネックレス コルセット・湿布・カイロ</li> </ul>

受付時間		9:30~11:30、13:00~15:00				
日程		会場		会場		
9月1日	木	真田保健センター		10月18日	火	丸子保健センター
9月2日	金	丸子保健センター		10月19日	水	川西公民館 (川西地域自治センター)
9月5日	月	丸子保健センター (受付時間 9:30~11:30)		10月20日	木	別所温泉あいそめの湯 (受付時間 9:30~11:30)
		コミュニティセンター塩川 (受付時間 13:30~15:30)		10月21日	金	丸子保健センター
9月6日	火	真田保健センター		10月24日	月	川辺町会館 (受付時間 9:30~11:30)
9月7日	水	長瀬市民センター		10月25日	火	上田創造館
9月9日	金	ひとまちげんき・健康プラザうえだ		10月26日	水	塩田公民館 (塩田地域自治センター)
9月12日	月	真田保健センター		10月27日	木	上田創造館
9月14日	水	真田保健センター (受付時間 9:30~11:30)		10月28日	金	城南公民館
		菅平高原国際リゾートセンター (受付時間 13:30~15:30)		10月31日	月	塩田公民館 (塩田地域自治センター)
9月15日	木	ひとまちげんき・健康プラザうえだ		11月1日	火	ひとまちげんき・ 健康プラザうえだ
9月16日	金	上野が丘公民館		11月14日	月	上野が丘公民館
10月7日	金	上田創造館		11月15日	火	西部公民館
10月11日	火	ひとまちげんき・健康プラザうえだ		11月16日	水	神川地区公民館
10月12日	水	塩田公民館 (塩田地域自治センター)		11月17日	木	ひとまちげんき・ 健康プラザうえだ
10月13日	木	武石地域総合センター		11月18日	金	塩田公民館 (塩田地域自治センター)
10月14日	金	農村環境改善センター (豊殿地域自治センター)		11月21日	月	ひとまちげんき・健康プラザうえだ
10月17日	月	西部公民館		11月22日	火	上野が丘公民館



# 大腸がん検診

大腸がんでの死亡数は男女とも増加傾向にあり、今後も増えると予想されています。

食生活の欧米化で、肉類や脂肪の摂取量が増え、食物繊維の多い野菜などの不足が影響しているといわれており、生活様式が強く関係していることが明らかになっています。

対象者	40歳以上の方(昭和58年3月31日以前の生まれ)
検診内容	大腸がんを発見するための検診です。 自宅で専用容器に2日間便をとり、血液が混じっていないか検査します。
実施会場・日程	【個別検診】5月～翌年2月までに、市内指定医療機関（13～14ページ参照）で受診できますので、医療機関へ直接予約をしてください。事前に申し込まれた方には、案内通知が4月に郵送されています。
受診料	500円
結果	受診から約1～2か月後に通知します。

～みなさんの健康づくりを応援します！～

## 上田市健康づくりチャレンジポイント制度



- 市が実施する各種検(健)診を受診したり、イベントに参加するとポイントが貯まります。

各種検(健)診	若年健診・特定健診・長寿健診、人間ドック・脳ドック	各200ポイント
	胃がん検診、肺がん・結核(レントゲン)検診、肺がん(らせんCT)検診、大腸がん検診、前立腺がん検診、肝炎ウイルス検診、乳がん(超音波)検診、乳がん(マンモグラフィ)検診、骨粗しょう症予防健診、子宮がん検診、歯周病検診、妊婦歯科検診	各100ポイント
各種イベント	上田市では、健康づくりに関する様々な講座やイベントを開催しています。対象になる事業に参加すると、原則として <b>1事業につき100ポイント</b> を獲得することができます。	
ウォーキング	上田市オリジナル「バーチャルの旅」に参加し、歩くことでポイントを獲得することができます。	

- 貯めたポイントは、市内の温泉施設や体育施設等の利用券(割引券)などに交換することができます。交換する場合は、ポイントカードと申請書をあわせて健康推進課、丸子保健センター、真田保健センター、武石健康センターの窓口へご提出ください。

- **参加対象** 18歳以上の上田市に住所を有する方(高校生は除きます)

- **参加方法** 所定の申込用紙でお申し込み頂くか、上田市ホームページの「健康づくりチャレンジポイント制度」のページから電子申請して頂くこともできます。後日、「ポイントカード等」をお届けします。詳細は上田市ホームページをご覧ください。

※ポイントカードが届く前に受診等されたものについては、ポイントの対象外になります。



上田市ホームページ  
QRコード

お問い合わせ 健康推進課 TEL: 0268-28-7123

## 前立腺がん検診

前立腺がんは、男性の胃がん、肺がん、大腸がんに次いで罹患率の高いがんです。高齢の男性に多く、他のがんに比べて比較的進行が遅いのが特徴です。

対象者	50歳以上の男性の方(昭和48年3月31日以前の生まれ)
検診内容	前立腺がんを発見するための検査です。血液を採り、血液中のPSA（前立腺特異抗原）の値を調べます。
実施会場・日程	【個別検診】 5月～翌年2月までに、市内指定医療機関（13～14ページ参照）で受診できますので、 <b>医療機関へ直接予約</b> をしてください。 ※特定・長寿健診と同時に検査ができます。 ※前立腺がん検診のみの検査も可能です。
受診料	1,800円
結果	【個別検診】 医療機関で説明を受けます。



## 肝炎ウイルス検診

対象者	40歳以上で次の条件に該当する方 ・肝炎ウイルス検診に相当する検査を、これまで受けたことのない方 ・今年度の特定・長寿健診、人間ドック等で、肝機能の数値に異常のあった方
検診内容	血液を採り、B型肝炎・C型肝炎ウイルスに感染していないか調べます。
実施会場・日程	【個別検診】 5月～翌年2月までに、市内指定医療機関（13～14ページ参照）で受診できますので、 <b>医療機関へ直接予約</b> をしてください。 ※特定・長寿健診と同時に検査ができます。 ※肝炎ウイルス検診のみの検査も可能です。
受診料	800円 ※令和4年4月1日～令和5年3月31日の間に、40歳になる方には、5月下旬までに無料受診券を送付しますので、ご利用ください。 ※令和4年4月1日～令和5年3月31日の間に、45・50・55・60・65・70歳になる方は、無料対象となりますので、検診を希望される場合は、健康推進課までお問い合わせください。
結果	【個別検診】 医療機関で説明を受けます。

## 乳がん(超音波)検診

乳がんは、日本人女性のかかるがんではもっとも多く、罹患数も死亡数も年々増えています。乳がんにかかる人は、30代から増加し50代前後にピークを迎えます。無症状のうちに受診すれば、乳がんを早期に発見できる可能性が高く、その段階で適切な治療をすれば、良好な経過が期待できます。

対象者	<b>30歳～39歳の女性の方</b> <b>◆次に該当する方は、乳房超音波検診を受けられません◆</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>・妊娠中の方、妊娠の可能性のある方、授乳中の方</li> <li>・自覚症状（乳房のしこり、乳頭分泌・乳頭湿疹様変化など）のある方</li> <li>・乳房の疾患で治療中、経過観察中の方</li> <li>・乳がん検診で乳房全摘出後10年経過していない方、温存療法を受けられた方</li> <li>・乳房内に人工物（シリコン・脂肪注入等の豊胸など）が入っている方</li> </ul>
検診内容	乳がんを発見するための検診です。検診車内で乳房の超音波撮影をします。 また、初めての方には、乳がんの自己検診の方法を説明します。 ※検診の際に、バスタオルを持参してください。
実施会場・日程	<b>【集団検診】</b> <b>7月～8月に、予約制</b> で行います。事前に申し込まれた方には、検診日時、会場等についての案内通知を <b>6月頃</b> に郵送します。 事前に申し込みをしていない方で検診を希望する場合は、会場などに限りがありますので、お早めにお問い合わせください。
受診料	<b>1,000円</b> ※受診料の免除については、1ページをご覧ください。
結果	受診してから約1か月後に通知します。

## 乳がん(マンモグラフィ)検診

対象者	<b>40歳以上の女性で、令和4年4月1日から令和5年3月31日までに迎える年齢が偶数年齢の方</b> <b>◆次に該当する方は、乳房マンモグラフィ検診を受けられません◆</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>・妊娠中の方、妊娠の可能性のある方、授乳中の方、授乳終了後1年以内の方</li> <li>・自覚症状（乳房のしこり、乳頭分泌・乳頭湿疹様変化など）のある方</li> <li>・乳房の疾患で治療中、経過観察中の方</li> <li>・乳がん検診で乳房全摘出後10年経過していない方、温存療法を受けられた方</li> <li>・乳房内に人工物（ペースメーカー、CVポート、V-Pシャント、シリコン・脂肪注入等の豊胸など）が入っている方</li> </ul>
検診内容	乳がんを発見するための検診です。 検診車内で乳房を専用の機械（板）ではさみ、レントゲン撮影をします。 ※検診の際に、バスタオルを持参してください。 ※乳房撮影時に痛みを伴うことがあります。
実施会場・日程	<b>【集団検診】</b> <b>10月～翌年2月に、予約制</b> で行います。事前に申し込まれた方には、検診日時、会場等についての案内通知を <b>9月頃</b> に郵送します。 事前に申し込みをしていない方で検診を希望する場合は、会場などに限りがありますので、お早めにお問い合わせください。
受診料	<b>1,300円</b> ※受診料の免除については、1ページをご覧ください。
結果	受診から約1か月後に通知します。
乳房マンモグラフィ検診無料クーポン券	<b>【対象者】 40歳(令和4年4月1日時点の年齢)の女性の方</b> ※受診対象者には、 <b>5月中</b> に無料クーポン券を郵送します。詳しくは、お届けする無料クーポン券をご確認ください。

## 子宮がん検診

子宮頸がん細胞は、発生要因とされるHPV（ヒトパピローマウイルス）の感染から5～10年以上かかって増殖するといわれています。定期的に受診すれば、がんになる前の段階で診断することができます。

対象者	20歳以上の女性で、令和4年4月1日から令和5年3月31日までに迎える年齢が偶数年齢の方 ◆次に該当する方は、子宮がん検診を受けられません◆ ・子宮の病気で治療中又は経過観察中の方 ・月経による出血がみられている期間は避けてください。
検診内容	子宮がんを発見するための検診です。医師の診察と、子宮頸部表面から取った細胞を調べる細胞診検査を行います。医師の判断で、必要な方に体がん検診を行います。体がん検診は、希望で受けることはできません。
実施会場・日程	【個別検診】 5月～翌年2月までに、市内指定医療機関（13～14ページ参照）で受診できますので、医療機関へ直接予約をしてください。事前に申し込まれた方には、案内通知を4月に郵送します。受診の際に必ずお持ちください。お持ちでない方はお問い合わせください。 ※1～2月は医療機関が大変混み合い、ご希望に添えない場合がありますので、早めの受診をお勧めします。 ※検診時にそのまま治療が必要となる場合がありますので、健康保険証を持参してください。
受診料	1,200円（体がん検診は+1,100円） ※受診料の免除については、1ページをご覧ください。
結果	受診から約1か月後に通知します。
子宮頸がん検診無料クーポン券	【対象者】20歳（令和4年4月1日時点の年齢）の女性の方 ※受診対象者には、5月中に無料クーポン券を郵送します。詳しくは、お届けする無料クーポン券をご確認ください。

## 骨粗しょう症予防健診

対象者	40・45・50・55・60・65・70歳の女性の方
健診内容	かかとの骨に超音波をあて、骨の健康度を評価します。 結果説明と骨密度を維持するための日常生活上の工夫について説明します。
実施会場・日程	【集団健診】下記の日程で実施します。事前に申し込まれた方には、検診日時、会場等についての案内通知を10月頃に郵送します。
受診料	500円
結果	健診当日に説明します。

### 【集団健診】 骨粗しょう症予防健診 実施会場・日程

日程	受付時間	会場	日程	受付時間	会場
11月2日 水	9:30～11:30	塩田公民館 (塩田地域自治センター)	11月9日 水	9:30～15:00	ひとまちげんき・健康プラザうえだ
11月7日 月	9:30～11:30	丸子保健センター	11月10日 木	9:30～15:00	ひとまちげんき・健康プラザうえだ
11月8日 火	9:30～15:00	ひとまちげんき・健康プラザうえだ			

## 歯周病検診

歯周病は、日本人の成人の約8割がかかっているといわれており、歯を喪失する最大の要因です。歯の健康は、心と体の健康にも影響があります。歯周病は、初期の段階では自覚症状がほとんどないため、早期発見・早期治療が大切です。

対象者	20歳の方(令和4年4月1日時点の年齢)の方 30・40・50・60・70歳の方 (年度内に迎える年齢)
検診内容	むし歯や歯周病を予防・発見するための検診です。 歯科医師の診察と、正しいブラッシング方法の説明をします。
実施会場・日程	【個別検診】 4月～翌年2月までに、市内指定歯科医院(14ページ参照)で受診できますので、 歯科医院へ直接予約をしてください。 対象者の方へは、4月に案内通知を郵送しますので、案内通知を持参して受診してください。
受診料	600円 ※受診料の免除については、1ページをご覧ください。
結果	当日、歯科医師より結果説明があります。



## 妊婦歯科検診

妊娠中は、むし歯や歯周病になりやすく、特に重度の歯周病になると低体重児出産や早産の危険度が高まるといわれています。また、むし歯の原因菌が大人から赤ちゃんに感染するため、妊娠中に歯科検診を受けることが大切です。

対象者	市内に住所を有する妊婦の方 (安定している妊娠5か月から7か月に受診することをお勧めします)
検診内容	むし歯や歯周病を予防・発見するための検診です。 歯科医師の診察と、正しいブラッシング方法の説明をします。
実施会場・日程	【個別検診】 4月～翌年3月までに、市内指定歯科医院(14ページ参照)で受診できますので、 歯科医院へ直接予約をしてください。 母子手帳交付時に配布する妊婦歯科検診受診券と母子手帳を持参して受診してください。 ※転入された方で、妊婦歯科検診受診券をお持ちでない方は、健康推進課までお問い合わせください。
受診料	無 料
結果	当日、歯科医師より結果説明があります。

※歯科医院が混み合い、ご希望に添えない場合がありますので、早めの予約をお勧めします。

# 【個別検診】市内指定医療機関一覧(地域別50音順)

受診希望の方は、事前に医療機関へ直接予約をしてください。

年度内に指定医療機関が変更・追加される場合があります。

令和4年4月1日現在

地域	医療機関名	地区	電話番号	特定健診 長寿健診 若年健診	肝炎ウイルス検診	がん検診		
						大腸	前立腺	子宮
上 田 地 域	あおぞらクリニック	倉 升	75-1100	○	○	○	○	
	葦沢内科医院	下 吉 田	35-3330	○	○	○	○	
	安藤病院	北 大 手 町	22-2580	○	○	○	○	
	飯田整形ペインクリニック	川 辺 町	28-1211	○	○	○		
	池田クリニック	川 辺 町	22-5041	○	○	○	○	
	いでうら呼吸器内科・耳鼻咽喉科・消化器内科医院	岩 門	71-6078	○	○	○	○	
	い内科クリニック	野 竹	21-3737		○	○	○	
	上田市立産婦人科病院	緑 が 丘	75-5463	○				○
	上田腎臓クリニック	長 島	27-2737	○	○	○	○	○
	上田生協診療所	上 塩 尻	23-0199	○	○	○	○	
	上田整形外科内科	上 常 田	75-7518	○	○	○	○	
	上田花園病院	下 紺 屋 町	22-2325		○	○	○	
	うえだはらライフクリニック	川 辺 町	22-0873	○	○	○	○	
	上田原レディース&マタニティークリニック	川 辺 町	26-3511	○	○	○		○
	上田病院	松 尾 町	22-3580	○	○	○	○	○
	大谷外科・眼科	北 常 田	27-2220	○	○	○	○	
	川西医院	保 野	38-2811	○	○	○	○	
	川西生協診療所	仁 古 田	31-1411	○	○	○	○	
	かながわクリニック	久 保 林	34-5151	○	○	○	○	
	クリニック岡田	愛 宕 町	24-2662	○	○	○	○	
	小泉クリニック	小 泉	81-0088	○	○	○	○	
	甲田医院	鷹 匠 町	22-0859	○	○	○	○	
	甲田クリニック	石 神	38-3065	○	○	○	○	
	こさとクリニック	染 屋	28-4111	○	○	○	○	
	五野医院	下 小 島	38-0101	○	○	○	○	
	小松内科循環器科医院	上川原柳町	27-2200	○	○	○	○	
	斉藤外科医院	下 青 木	35-0887	○	○	○	○	
	桜の丘こどもクリニック	下 小 島	71-6171	○	○			
	佐藤胃腸科内科	鷹 匠 町	22-2342	○	○	○	○	
	塩田病院	上 本 郷	38-2221	○	○	○	○	
	城南医院	御 所	22-3481	○	○	○	○	
	信州上田医療センター	緑 が 丘	22-1890					○
	杉山クリニック	新 田	26-8200		○	○		
	高野外科医院	秋 和	22-8266	○	○	○	○	
	田中クリニック	常 入	23-5757	○	○	○	○	
	ついじ内科消化器科クリニック	築 地	29-8686	○	○	○	○	
	角田産婦人科医院	山 口	27-7760					○
	日新堂医院	馬 場 町	22-0558	○	○	○	○	
	ハートクリニック上田	踏 入	23-0386	○	○	○	○	
	橋本医院	舞 田	38-2033	○	○	○	○	
	はらだ内科クリニック	大 屋	36-0520	○	○	○	○	
	半田循環器科内科医院	中 之 条	28-0888	○	○	○	○	
	日比優一クリニック	上 田 原	21-0721	○	○	○	○	
	豊殿診療所	下 郷	29-1220	○	●	●	●	
	三原内科医院	中 之 条	27-6500	○	○	○	○	
	宮坂内科小児科医院	下 常 田	22-0759	○	○	○	○	
	宮下医院	下 紺 屋 町	22-4328		○		○	
	村上医院	末 広 町	22-3740	○	○	○		
	室賀診療所	上 室 賀	31-1070	○	○	○	○	
	柳澤病院	北 大 手 町	22-0109	○	○	○	○	
山田内科医院	下 之 郷	26-8181	○	○	○	○		
吉田こども医院	踏 入	24-1222	○	○	○	○		
依田医院	城 北	28-1223		○	○	○		
リサーチパーククリニック	下 之 郷	37-1133	○		○			
わかた内科	塩 田 新 町	38-2540	○	○	○	○		

地域	医療機関名	地区	電話番号	特定健診 長寿健診 若年健診	肝炎ウィ ルス検診	がん検診		
						大腸	前立腺	子宮
丸子地域	大久保医院	飯沼	42-6465	○	○	○	○	
	沖山医院	下長瀬	42-3451	○	○	○	○	
	鹿教湯病院	西内	44-2111	○				
	岸医院	沢田	42-2679	○	○	○	○	
	塚原醫院	海戸	42-5558	○	○	○	○	
	つかはらクリニック	坂井	75-5544	○	○	○	○	○
	のどか内科クリニック	中丸子	42-6501	○	○	○	○	
	丸子中央病院	中丸子	42-1111	○	●	○	●	
真田	山浦内科クリニック	長瀬中央	71-0170	○	○	○	○	
	小林医院	曲尾	75-3555	○	○	○	○	
	さなだクリニック	真田	72-0711	○	○	○	○	
武石	本原クリニック	下原	72-5550	○	○	○	○	
	上田市武石診療所	七ヶ	85-3308	○	○	○	○	
他	国保依田産病院	長和町	68-2511	○	●	○	●	

注) ●は、特定健診又は長寿健診と同時に受診する場合のみ実施します。

### 歯周病検診・妊婦歯科検診 市内指定歯科医院一覧（地域別 50 音順）

地域	医療機関名	地区	電話番号	歯周病	妊婦歯科	地域	医療機関名	地区	電話番号	歯周病	妊婦歯科
上田地域	蒼久保歯科医院	下青木	35-0507	○	○	上田地域	中沢歯科医院	本町	22-3688	○	○
	アップル歯科	川辺町	21-1818	○	○		中島歯科クリニック	本郷	38-3125	○	○
	あんざい歯科医院	浦野	31-3988	○	○		なごみ歯科	保野	71-5753	○	○
	いちかわ歯科医院	本郷	37-1231	○	○		西川歯科医院	鎌原	29-4343	○	○
	一之瀬歯科医院	下之郷	38-8117	○	○		にしざわ歯科	上川原柳町	28-6480	○	○
	一理堂歯科医院	馬場町	22-1443	○	○		ハートフル歯科医院	中之条	28-8727	○	○
	岩倉歯科医院	上紺屋町	22-5391	○	○		布施歯科医院	野竹	24-1671	○	○
	ウエストDC歯科医院	下吉田	35-0882	○	○		ベルク歯科	中之条	26-5022	○	○
	おおの矯正歯科	上田原	28-5611		○		ほり歯科クリニック	中之条	75-6181	○	○
	おぎくぼ歯科医院	下常田	75-8026	○	○		マツオ歯科	下常田	28-8777	○	○
	荻原歯科医院	鷹匠町	27-1888	○	○		松原歯科医院	馬場町	22-0192	○	○
	小田中歯科医院	南天神町	24-8130	○	○		圓(マドカ)歯科医院	鎌原	27-8755	○	○
	草間歯科医院	下紺屋町	21-4618	○	○		水野歯科医院	小泉	22-5034	○	○
	けやき歯科医院	岩門	29-6111	○	○		三井歯科医院	長島	27-7622	○	○
	小林歯科医院	材木町	25-1325	○			峯村歯科医院	本町	22-1322	○	○
	小牧橋歯科医院	国分	22-9225	○	○		みやじま歯科クリニック	常磐町	23-0303	○	○
	斉藤歯科医院	材木町	71-0648	○	○		山越歯科医院	下之郷	38-8567	○	○
	櫻井歯科医院	福田	25-3770	○	○		善美歯科	千曲町	25-3800	○	○
	佐藤歯科医院	馬場町	22-0871	○	○		吾妻歯科医院	石井	35-1577	○	○
	丸子地域	塩田病院(歯科)	上本郷	38-2221	○		○	ア歯科診療所	上長瀬	42-5233	○
清水歯科医院		新田	22-3486	○	○	出浦歯科医院	長瀬中央	42-4834	○	○	
春原歯科クリニック		下塩尻	26-8148	○	○	鹿教湯病院(歯科)	西内	44-2111	○	○	
関歯科医院		愛宕町	24-8225	○	○	グリーン歯科	中丸子	43-2831	○	○	
関歯科医院		川辺町	24-8148	○	○	小林歯科医院	海戸	42-2141	○	○	
関歯科医院		踏入	27-3218	○	○	高見沢歯科医院	飯沼	42-6488	○	○	
高橋歯科医院		北大手町	22-1875	○	○	滝之入歯科医院	下長瀬	36-3366	○	○	
滝澤歯科医院		大屋	35-0035	○	○	田中歯科医院	中丸子	42-7171	○	○	
滝沢歯科医院		塩田新町	38-2567	○	○	中村歯科医院	飯沼	42-2669	○	○	
滝沢歯科クリニック		国分	24-9774	○	○	まるこ歯科クリニック	中丸子	43-3660	○	○	
たきざわファミリー歯科	秋和	27-6480	○		丸子中央病院(歯科)	中丸子	42-1111	○	○		
真田	竹内歯科医院	川辺町	27-2234	○	○	武石	大井歯科医院	大畑	72-2051	○	○
	田中歯科医院	長島	24-5566	○	○		さなだ歯科	横尾	71-7041	○	○
	田中歯科医院	三好町	24-5123	○	○		下村歯科医院	武石沖	85-2114	○	○

# いでうら医院

## 2022年4月 上田市古里に開院

呼吸器内科 耳鼻咽喉科 消化器内科



地域に根ざした、適切な医療を提供し、  
信頼していただけるクリニックを目指します。

受付時間	月	火	水	木	金	土	日祝
9:00~12:00	●	/	●	●	●	●	/
15:00~18:00	●	/	●	●	●	※	/

■休診日:火・日曜日、祝日 ※土曜日は17:00まで

**検診体制**

CT完備

消化器の上部・下部  
内視鏡対応



いでうら **呼吸器内科**  
**耳鼻咽喉科** **消化器内科** **医院**

**TEL.0268-71-6078**

〒386-0005 長野県上田市古里1499-29  
FAX.0268-71-6079 <https://ideura-iin.jp>



●この広告は、上田市が自主財源の確保を図ることを目的とする取組です。上田市が広告内容等について推奨するものではありません。