

令和8年度

健診お知らせ帳

実施期間 令和8年5月～令和9年2月

一年に一度 健診を受けましょう！

健診の申込み

対象になる健診を確認し、下記の方法でお申込みください。



① 郵送

「令和8年度中泊町健診申込み調べ」を記入し提出する

4月17日までに投函してください



② 電話またはファックス

電話：57-2111
ファックス：57-3849

▶ 役場 町民課 健康推進係まで

QRコードからの申込みはこちら▼



③ WEB

QRコードからの申込み

5月6日まで利用可能です



健診を受けて、自分の未来を守ろう！

- ① 受診日および受付時間の指定制を取り入れ、待ち時間が少なくなります。
- ② 健診(検診)費用もお得！
- ③ 早期発見・早期治療でからだをまもる！

がん検診
特定健診
ともに
無料
です!!

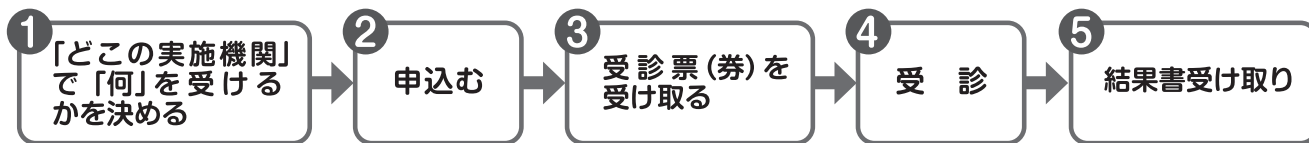
中泊町

町民課
健康推進係中泊町大字中里字紅葉坂209
電話 57-2111 FAX 57-3849

各種健診(検診)について

〈対象年齢は令和9年3月31日を基準にしています〉 特定健診・がん検診は、1年に1回受診しましょう

1. 健(検)診の流れ



2. 健(検)診の種類

健(検)診の種類	対象年齢(令和9年3月末現在の年齢)							検査内容	実施機関		
	20歳	30歳	40歳	50歳	60歳	70歳	75歳				
特定健康診査	国民健康保険に加入している方 ※40歳未満は集団健診のみ							問診・身体計測・血圧測定・尿検査・心電図・眼底検査・血液検査・診察 など	集団健診		
基本健康診査	20歳～の生活保護受給者 ※集団健診のみ								個別健診 (委託医療機関) P.4参照		
後期高齢者健康診査	青森県後期高齢者医療に加入している方										
がん検診	胃がん検診	40歳以上の方							問診・胃部エックス線撮影(バリウム)	集団検診	
	肺がん検診	40歳以上の方							問診・胸部エックス線撮影		
	大腸がん検診	40歳以上の方							問診・便潜血反応検査(2日法)		
	乳がん検診	40歳以上の前年度未受診の女性							問診・乳房エックス線撮影(マンモグラフィ)		集団検診 個別検診
	子宮頸がん検診	20歳以上の前年度未受診の女性							問診・細胞診		個別検診 (委託医療機関) P.4参照
肝炎ウイルス検査	40歳以上の方 (これまで検査を受けたことがない方)							問診・血液検査 検査方法: B型、C型肝炎ウイルスに感染しているかどうか調べます。	集団検診		
※1 胃がんリスク検査	20歳以上の方 (これまで検査を受けたことがない方)							問診・便検査	集団検診		
骨密度検診	40・45・50・55・60・65・70歳(女性)の方							問診・上腕のエックス線撮影	対象者には個別案内します 集団検診		
歯周疾患検診	20・30・40・50・60・70歳の方							問診・口腔内検査	対象者には個別案内します 個別検診 集団検診		
歯科健診	青森県後期高齢者医療に加入している75歳以上の方							問診・口腔内検査	個別検診		

※1【胃がんリスク検査】胃腸疾患で治療中の方は対象外となります。
ピロリ菌の除菌を行った方も胃がん検診は必要です。

国のがん検診実施の指針に基づき、次のとおりとなります。

【子宮頸がん・乳がん検診】隔年での受診(対象外の検診は実施していません)

集団健診日程表 特定健診・がん検診 / 女性検診 / 骨密度検診

特定健診（健康診査）・がん検診（女性検診）

日にち			対象地区	実施する健診等	実施場所	受付時間	
6月	18日	木	芦野・豊島・長泥・田茂木	● 複合健診 ● 女性検診	パルナス	各日共 複合健診 7:00 ≡ 9:00 女性検診 骨密度検診 12:00 ≡ 13:00	
	19日	金	富野・上豊岡・下豊岡・福浦	● 複合健診			
7月	2日	木	薄市上・薄市下・竹田	● 複合健診			
	3日	金	若宮・下高根・今泉上・今泉下	● 複合健診			
	4日	土	土曜健診 <small>全町対象 平日これない方</small> 送迎バスあり	● 複合健診 ● 女性検診 ● 骨密度検診			
8月	26日	水	派立(上・中・下)・向町(上・下)・五林	● 複合健診			
	27日	木	大沢内・二夕見・八幡・尾別・上高根	● 複合健診 ● 女性検診			
	28日	金	宮川・宮野沢・深郷田(上・下)	● 複合健診			
9月	3日	木	折戸、下前(上・中・浜)	● 複合健診			すくすく したまえ館
	4日	金	花丘町・若葉町・新町(1・2) 派立・上町、浜町、入舟、温泉町	● 複合健診			漁火 センター
	5日	土	土曜健診 <small>小泊地域 平日これない方</small>	● 複合健診 ● 女性検診 ● 骨密度検診			
10月	25日	日	日曜健診 <small>本年度最後の集団健診 全町対象 複合健診は、75歳未満の方限定</small>	● 複合健診 ● 女性検診 ● 骨密度検診	パルナス		

※複合健診は、特定健診（健康診査）及び各種がん検診です。 ※女性検診は、乳がん、子宮頸がん検診です。

※今年度より予約制になりました。希望する受診日をお知らせください。

巡回肺がん検診（令和8年度肺がん検診未受診の65歳以上の方）

日にち			会場	備考
11月	26日	木	巡回[中里地域]	対象者には、後日個別案内します
11月	27日	金	巡回[小泊地域]	

7月4日
土曜日

無料送迎バス運行について

集団健診日に送迎バスを運行します。集団健診の交通手段としてご利用ください。



午前7:30 発車
① 中長泥 → ② 長泥中 → ③ 田茂木 → ④ 田茂木東口 → ⑤ 上芦野 →
⑥ 豊島西口 → ⑦ 富野 → ⑧ 上豊岡 → ⑨ 鶴寿荘前

午前7:30 発車
① 今泉北 → ② 布引 → ③ 今泉南口 → ④ 昆布掛 → ⑤ 下薄市 → ⑥ 薄市 →
⑦ 上薄市 → ⑧ 下高根北 → ⑨ 旧中里高校前 → ⑩ 若宮保健福祉館前 → ⑪ 竹田あけぼのセンター前

パルナス着

※帰り（復路）については、午前10時パルナス発を予定しておりますが、当日の受診者数により、多少前後いたしますので、あらかじめご了承ください。

※送迎バスは午前のみですので、女性検診を一緒に受ける方はご注意ください。

※バスの運行時間表については、後日広報にてお知らせいたします。

個別健（検）診が受けられる医療機関

個別特定健康診査・後期高齢者健康診査

特定健康診査
後期高齢者健康診査 5月～翌年2月末

	医療機関名	電話番号	備考	要予約 (予約受付時間)
中泊町	中泊おの医院	57-5758	木曜・土曜午後休診、日曜・祝日休診	
	中里クリニック	57-3636	土曜・日曜・祝日休診	○ 予約 9:00~12:00 受付 15:00~17:00
	小泊診療所	64-2117	火曜・金曜午後休診、土曜・日曜・祝日休診	○
五所川原市	つがる西北五広域連合 かなぎ病院	53-3111	土曜・日曜・祝日休診 8:15～16:00まで受付	○
	つがる西北五広域連合 つがる総合病院	35-3111	土曜・日曜・祝日休診 予約先: 医事課 (内線 2213)	○
	とやもり内科小児科クリニック	52-3331	木曜・土曜午後休診、日曜・祝日休診	○ 予約 8:00~12:00 受付 15:00~17:00
	川崎胃腸科内科医院	34-3330	木曜・土曜午後休診、日曜・祝日休診	○ 予約受付 9:00~11:00
	健生五所川原診療所	35-2542	土曜・日曜・祝日休診	○ 予約受付 12:00~
	富田胃腸科内科医院	34-3211	第2・4土曜・日曜・祝日休診	
	白生会クリニック	34-6111	木曜午後休診、土曜・日曜・祝日休診	○ 窓口予約 8:30~11:30
	尾野病院 (金木)	53-2071	土曜・日曜・祝日休診	○
市浦医科診療所	62-2009	土曜・日曜・祝日休診	○ 予約受付 8:30~16:30	

※希望される方は、**受診券**が必要です。申し込み方法については、**① ページ**をご覧ください。

個別子宮頸がん検診・乳がん検診

乳がん
子宮頸がん 5月～翌年2月末

	医療機関名	電話番号	子宮頸がん検診	乳がん検診	備考	要予約
五所川原市	安斎レディースクリニック	33-1103	○		土曜午後・日曜祝日休診	
	エルム女性クリニック	38-4188	○		水曜・土曜ともに午後休診 電話受付 10:00~17:00	○
	つがる西北五広域連合 つがる総合病院	35-3111	○	○	月～金曜日(祝日除く) 予約先: 医事課 (内 2213)	○
	中村整形外科医院	34-0123		○	乳腺外来: 水曜 (先着 15 人まで)・土曜午後	○ 土曜日要予約
弘前市	いちろうクリニック	0172-26-1692	○		木曜・日曜祝日休診	WEBか電話
	くりたクリニック	0172-31-2100		○	水曜・日曜祝日休診	完全予約制
	健生病院	0172-55-7717	○	○	土曜・日曜祝日休診 予約先: 健診科	完全予約制
	独立行政法人 国立病院機構 弘前総合医療センター	0172-32-4311	○		土曜・日曜祝日休診 ※木曜日は検診をしておりませんので遠慮ください。	○
	しらとりレディースクリニック	0172-33-2822	○		火曜午前・土曜・日曜午後・祝日休診	
	鳴海病院 健康管理センター	0172-37-2550	○	○	土曜・日曜祝日休診	完全予約制
	ともえ女性クリニック	0172-35-2110	○		水曜午前、月曜・日曜・祝日休診	
	藤盛医院	0172-32-0974	○		土曜午後・水曜・日曜祝日休診	
	婦人科さかもともみクリニック	0172-29-5080	○		水曜・日曜祝日休診 診療日 (月・火・木・金)	完全予約制
	メーラ・レディースクリニック	0172-31-1882	○		水曜午後、日曜祝日休診、土曜午後診察あり	○ (WEBも可)
弘前市	ゆざわ産婦人科クリニック	0172-35-4635	○		火曜・木曜・土曜・日曜は午後休診、祝日休診	○ (WEBも可)
	レディースクリニックすぞう	0172-28-8181	○		木曜、日曜祝日休診	
	弘前市医師会健診センター	無料フリーダイヤル 0120-050-489	○	○	土曜午後・日曜祝日休診 検診時間: 午前のみ	○

※希望される方は、**受診券**が必要です。申し込み方法については、**① ページ**をご覧ください。

社会保険・健保組合等の被扶養者の方へ

「特定健診」を町の健診会場でも受けることができます。がん検診も同会場で受けることができます。積極的に受けましょう！

受診の流れ

- 1 加入している
社保等保険組合から
受診券が届く
- 2 青森県総合健診センター
に電話をし、希望日と
会場を連絡する
- 3 受診する
※**受診券・マイナ保険証等**
を必ず持参して下さい



問い合わせ先 / 青森県総合健診センター 健診推進課 (特定健診窓口) ☎ 017-741-2336

歯周疾患検診について

歯周疾患検診について

- 【対象者】 20歳・30歳・40歳・50歳・60歳・70歳の町民
- 【受診方法】 対象者には受診券が送付されます。詳しくは、個別通知をご覧ください。
- 【検診料金】 無料

後期高齢者歯科健診について

- 【対象者】 後期高齢者医療被保険者
- 【受診方法】 中泊町役場 後期高齢者医療担当者(☎57-2111)までお問い合わせください。
- 【検診料金】 無料



歯周病が発症・悪化させる病気

脳卒中、認知症、心臓病、誤嚥性肺炎、肝臓病、糖尿病
早産・低体重児出産、骨粗しょう症、関節リウマチなど

～かかりつけの歯科医院で「定期的な歯科健診」を～

けんこう

健口を守り、健康を支える



健康メモ①

治療の決め手は“早期発見”

がんは正常細胞からがん細胞に変わったあと、時間とともに次第に進行していきます。

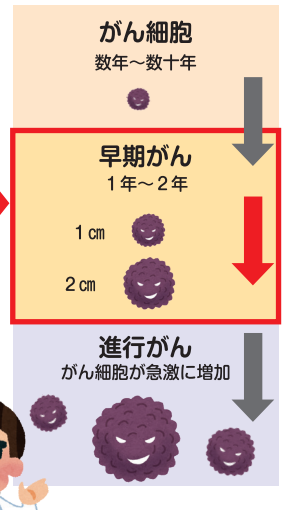
がんが1cmの大きさになるには、10～20年の時間がかかります。しかし、1cmから2cmになるスピードは速く、わずか1～2年程とされています。

がん検診で発見される早期がんは、1cm～2cmです。がんは進行がんになるまで、ほとんど自覚症状が現れません。症状が現れてからではなく、早期に見つけるために定期的ながん検診を受けることが必要です。

検診の結果が「要精密検査」に該当した方は、早めに医療機関で精密検査を受けましょう。
※町では、精密検査の費用を助成しています。(対象になる方は、個別にご案内します)

この段階で発見することが非常に重要です!

そのために定期的ながん検診が必要になります。



健康メモ②

肝炎ウイルスってなあに

知って、肝炎

肝炎は放置すると肝硬変や肝がんへ重症化する疾患です。特に青森県では、肝がんで死亡する人の割合が高く、肝硬変や肝がんの大きな原因となっている肝炎への対策を強化しています。

肝炎ウイルスに感染しても、多くは自覚症状がないため、重症化するまで自分が感染していることに気づいていない人が多くいます。過去に一度も検査を受けたことがない方は、受検しましょう。

町の肝炎ウイルス検診が対象外で、今までに肝炎ウイルス検診を受けたことがない方には、青森県が実施しているB型及びC型肝炎ウイルス検診(無料)をお勧めしています。

その他、県では肝炎ウイルスに関わる精密検査(初回)や治療費の助成等を行っています。詳しくは、保健所(TEL 34-2108)または町民課窓口までお問い合わせください。

肝炎ウイルス検査(県)指定医療機関

下記の医療機関以外につきましては、県のホームページをご覧ください。

中里クリニック
57-3636

中泊おの医院
57-5758

国民健康保険小泊診療所
64-2117

つがる総合病院
35-3111

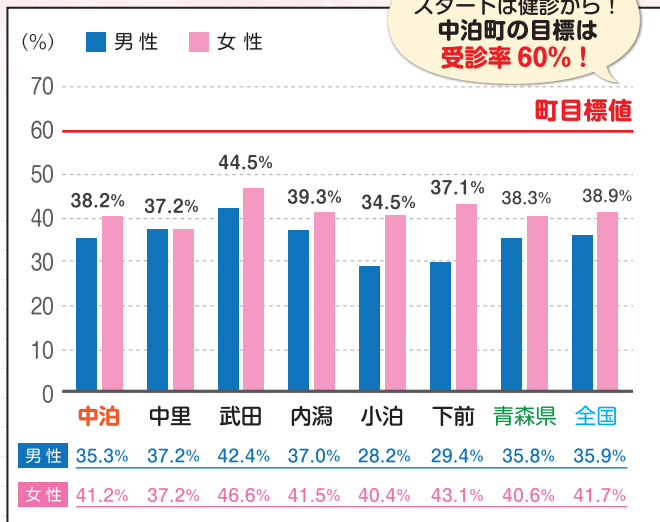
かなぎ病院
53-3111

中泊町の健康状態を見てみよう

■健診から見る受診状況と結果■

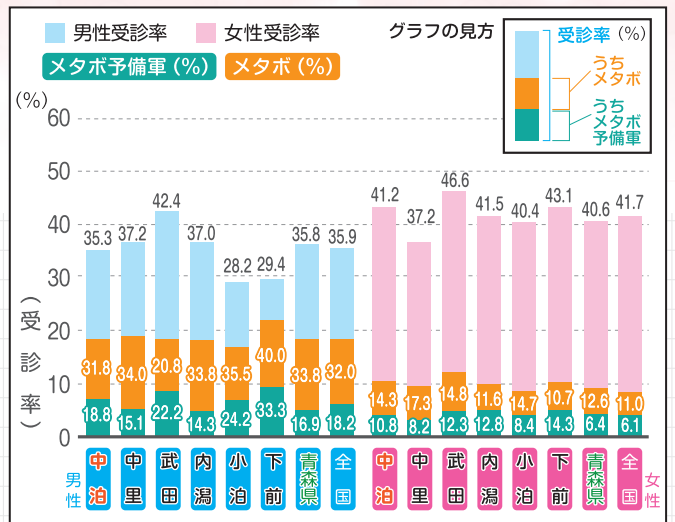
令和6年度の中泊町の特定健診受診率の結果です。

地区別受診率【令和6年度】



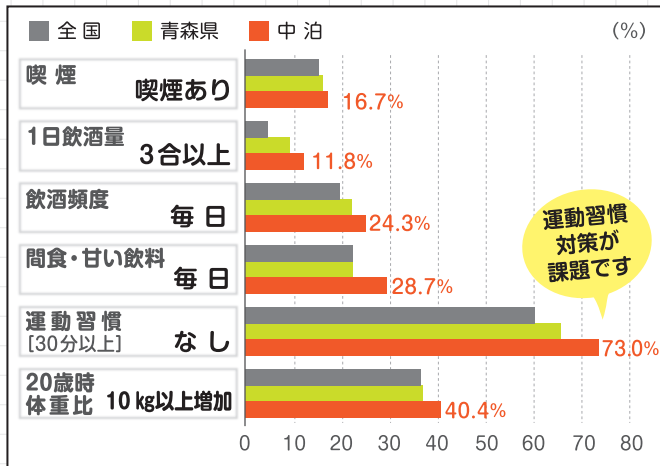
出典：国保データベース (KDB) システム「地域全体像の把握」
〔中泊町は法定報告値。県、同規模、国は国保データベース (KDB) システム「地域全体像の把握」〕

メタボリックシンドロームの状況【令和6年度】



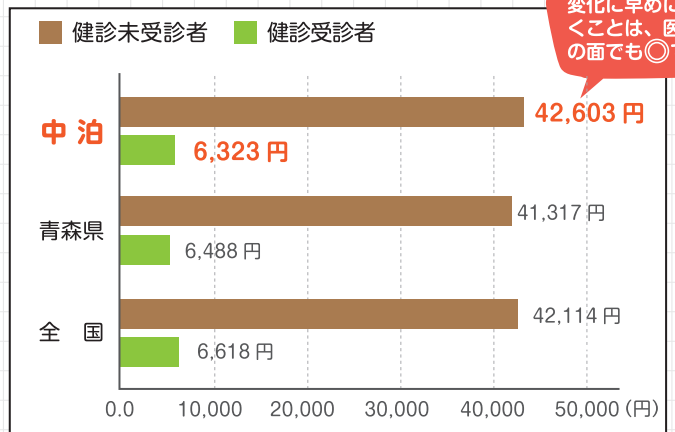
出典：国保データベース (KDB) システム「地域全体像の把握」
〔中泊町は法定報告値。県、同規模、国は国保データベース (KDB) システム「地域全体像の把握」〕

町民の生活習慣 (特定健診問診より)【令和6年度】



出典：国保データベース (KDB) システム「地域全体像の把握」
〔中泊町は法定報告値。県、同規模、国は国保データベース (KDB) システム「地域全体像の把握」〕

健診受診者・未受診者における生活習慣病等1人あたり医療費【令和6年度】



出典：国保データベース (KDB) システム「健診・医療・介護データからみる地域の健康課題」

健康づくりサイクル

