

令和 8 年度 健康診断ご案内

保存版

もくじ

● 検査内容比較表	P. 2 ~ 3
● 各種健診申込手順	P. 4
● 特定健康診査	P. 5
● 人間ドック	P. 6 ~ 7
● 脳ドック・肺ドック、子宮頸がん検診・乳がん検診	P. 7
● ミニ人間ドック	P. 8
● 組合健診	P. 9
● 指定医療機関一覧	P. 10 ~ P. 13
● チャレンジ！生活改善プログラム	P. 14
● 人間ドック予約確定連絡用紙	P. 15

後日案内送付予定の健診

● 京都市がんセット検診

10月~3月頃に京都市がん検診と特定健診をセットで実施します。
京都市民の方には、6月頃に案内を送付予定です。

※ 他の市町村でもがん検診を実施していますので、京都市外にお住まいの方は、各市町村の窓口等にお問い合わせください。

● 組合会前健診

7月21日（火）に京都ガーデンパレスで実施します。
京都市民の方には、6月頃に案内を送付予定です。

● 生活習慣病共同健診

11月~12月頃に京都市内数か所の会場で実施します。
京都市民の方には、8月頃に案内を送付予定です。

「受診の際の注意事項」

実施期間：令和8年4月1日～令和9年3月31日

実施回数：本年度内に1回限りの補助となります。2回以上受診された場合は、健診料を請求いたします。

資格：受診当日に当国保組合の資格を喪失されている方は受診できません。受診予約後に資格喪失した場合は、ご自身で予約取消しをお願いします。資格喪失日以降の受診が判明した場合は、健診料を請求いたします。

その他：健診結果については、受診医療機関より当国保組合にも通知されます。

また健診の結果、「チャレンジ！生活改善プログラム」（14ページ参照）の対象となられた場合は、事業主様にご理解・ご協力をいただくため、対象となった旨のみ（検査結果数値等は除く）通知します。

検査内容比較表 (同一医療機関での比較)

医療機関によって検査内容が異なる場合や、別途料金が必要な場合があります。詳しくは医療機関にお問い合わせください。

検査項目		①特定 健診	②人間 ドック	③ミニ ドック	④組合 健診	この検査でわかること
身体測定	身長、体重	●	●	●	●	
	BMI	●	●	●	●	肥満程度の指標
	腹囲	●	●	●	●	内臓脂肪
	血圧	●	●	●	●	高血圧症、低血圧症
	視力		●	●	●	近視、遠視
	聴力		●	●	●	難聴
尿検査	たんぱく	●	●	●	●	腎炎、ネフローゼ
	糖	●	●	●	●	糖尿病、膵疾患
	URO		●	●	●	肝障害、胆道障害
	潜血		●	●	●	腎、膀胱、尿管疾患
	PH		●			糖尿病、腎不全
	尿ケトン		●			糖尿病
	尿沈査		●			尿の炎症や出血
血液検査	血液一般	赤血球 (RBC)		●	●	貧血、多血症
		血色素 (Hb)		●	●	貧血、多血症
		ヘマトクリット (Hct)		●	●	貧血、脱水、多血症
		白血球 (WBC)		●	●	感染症、白血病
		血小板数		●		出血傾向や血栓状態
	血中脂質	HDL-コレステロール	●	●	●	脂質異常
		LDL-コレステロール	●	●	●	脂質異常
		中性脂肪 (TG)	●	●	●	脂質異常
		総コレステロール		●	●	脂質異常
	血糖	空腹時血糖	●	●	●	糖尿病
		HbA1c	●	●	●	糖尿病
	肝機能	総蛋白		●		肝疾患、腎疾患
		アルブミン		●		肝疾患、血液疾患
		A/G 比		●		肝疾患、腎疾患
		総ビリルビン (T-Bil)		●		肝・胆道系の異常
		GOT (AST)	●	●	●	肝疾患
		GPT (ALT)	●	●	●	肝疾患
		γ-GTP	●	●	●	肝疾患、胆汁分泌異常
		ALP		●		肝疾患、胆石、骨疾患
		ZTT		●		肝疾患、膠原病
		LDH		●		肝疾患、心疾患

検査項目			①特定 健診	②人間 ドック	③ミニ ドック	④組合 健診	この検査でわかること
血液検査	腎機能	尿酸		●	●	●	痛風、高尿酸血症
		クレアチニン		●	●	●	腎疾患、筋疾患
		BUN		●		●	腎疾患
	膵機能	血清アミラーゼ		●			膵疾患、唾液腺疾患
	血清学	CRP		●			炎症性疾患の有無
		RA		●			関節リウマチ
		ASO		●			炎症性疾患、免疫不全
	血液像			●			白血球数異常関連疾患
	肝炎ウイルス	HBs 抗原		●			B 型肝炎
		HBs 抗体		●			B 型肝炎
		HCV 抗体		●			C 型肝炎
	電解質	Na、K、Cl、Ca、IP		●			腎疾患、ホルモン異常
	腫瘍マーカー	CEA、PSA 等			● *		各種がん疾患
循環器検査	心電図			●	●	●	不整脈、心疾患
呼吸器検査	胸部 X 線			●	●	●	肺疾患
	肺機能			●			肺気腫、気管支喘息
眼科検査	眼底、眼圧			●			高血圧・糖尿病による動脈硬化、眼疾患
超音波検査	腹部（肝臓、胆のう、腎臓、脾臓、膵臓）			●	●		脂肪肝、肝硬変、胆のうポリープ、胆石、腎疾患
胃がん検査	胃部 X 線または胃カメラ			●	●		胃がん、胃潰瘍
大腸がん検査	便潜血		●	●	●	●	大腸がん、大腸ポリープ

各健康診断の違いは？

対象者や費用、検査内容等は異なりますが、どの健診にも特定健診の検査項目が含まれています。

令和 8 年度中 1 回の補助になりますので、各健診の中から一つお選びください。

	特定健康診査		人間ドック		ミニ人間ドック		組合健診	
対 象 者	4 月 1 日時点で資格のある 4 0 歳以上※の方		4 0 歳以上※の方		4 0 歳以上※の方		事業主・従業員	
受 診 期 間	5 月～翌年 3 月		4 月～翌年 3 月		4 月～翌年 3 月		5 月～翌年 3 月	
費 用 (自己負担額)	無料		20,000 円 (節目健診対象者無料)		無料		無料	
主 な 検 査 項 目	身体測定	尿	身体測定	尿	身体測定	尿	身体測定	尿
	血液	大腸がん	血液	大腸がん	血液	大腸がん	血液	大腸がん
	循環器	呼吸器	循環器	呼吸器	循環器	呼吸器	循環器	呼吸器
	消化器	胃がん	消化器	胃がん	消化器	胃がん	消化器	胃がん
	肝炎	腫瘍マーカー	肝炎	腫瘍マーカー	肝炎	腫瘍マーカー *	肝炎	腫瘍マーカー

※ 今年度中に 4 0 歳になる方を含みます。

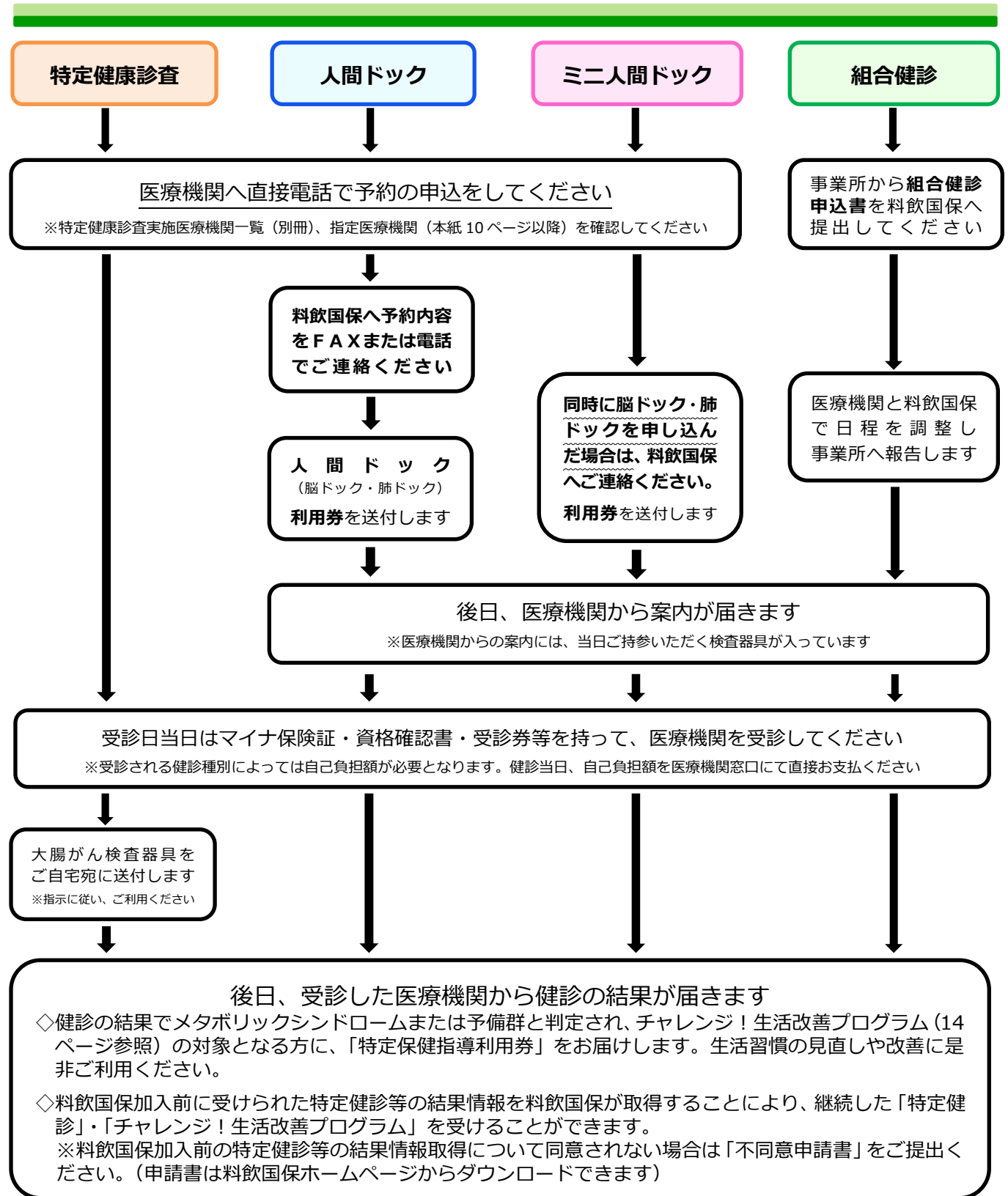
* 一部医療機関では腫瘍マーカーの自己負担がありますので予めご了承ください。

◆ 京都市がんセット検診は特定健康診査の検査項目+がん検診となります。(6 月頃案内送付予定)

◆ 組合会前健診はミニ人間ドックの検査項目が目安となります。(6 月頃案内送付予定)

◆ 生活習慣病共同健診はミニ人間ドックの検査項目が目安となります。(8 月頃案内送付予定)

各健康診断お申込み手順



◀ 医療機関への予約時の注意事項 ▶

- 医療機関へ予約される際は、**特定健康診査受診券（黄色の用紙）**をご用意の上、連絡してください。
（受診される方の氏名、性別、生年月日、受診希望日、特定健康診査受診券整理番号等をお伝えください。）
- 人間ドック、ミニ人間ドックを受診される方は、胃がん検査の胃カメラ（口・鼻）・バリウムを選択してください。（注：胃がん検査で胃カメラを選択された場合、追加料金がかかる医療機関があります。追加料金については全額自己負担となりますので、予約時にご確認ください。）

1

特定健康診査＋大腸がん検査

約15項目からなる健康診査です。お近くの病院でも受診していただけるため、健診になかなか行く時間がない方におすすめです。

また、後日自宅に届く大腸がん検査キットを使って、大腸がん検査も受診することが出来ます。

対象者

40歳～74歳の被保険者
(4月1日時点で資格のある方)

受診期間

令和8年4月1日
～
令和9年3月31日

受診費用

無料

申込方法

医療機関に直接申込
(詳しくは以下をご参照ください。)

当日の持ち物

- ☐ マイナ保険証・
資格確認書のいずれか
- ☐ 特定健康診査受診券
(同封の黄色の用紙)

※既に他の健診を受診された方は
受診出来ません。

脳ドック・肺ドックの費用補助が
あります。
(詳細は7ページをご参照ください。)

特定健康診査＋大腸がん検査の受診までの流れ

STEP1

医療機関へ予約お申込み

同封の「令和8年度 特定健診・特定保健指導実施医療機関一覧」掲載の医療機関に直接申し込みのうえ、予約日を決めてください。

なお、滋賀県・大阪府・兵庫県・奈良県・和歌山県にお住まいの方は、地元のかかりつけの医療機関に特定健康診査を実施しているかご確認ください。

STEP2

特定健康診査の受診

受診当日は、マイナ保険証・資格確認書のいずれかおよび特定健康診査受診券
(同封黄色の用紙)を必ず持参し、受診してください。

STEP3

大腸がん検査の実施(後日送付)

特定健康診査を受診された後、ご自宅宛に大腸がん検査器具を送付します。指示内容に従い、是非ご利用ください。

なお、医療機関から料飲国保へ受診結果の通知に時間を要するため、検査器具は受診の2～3ヶ月後にお届けします。お急ぎの方は、特定健康診査を受診後、料飲国保まで直接お問い合わせください。

※大腸がん検査については、特定健康診査を受診された医療機関とは検査機関が異なります。

人間ドック

約54項目からなる健康診査です。最も詳しい検査のため、普段気が付きにくい疾患や臓器の異常を発見するのに有効な健診です。さらにオプションで脳ドック（自己負担額20,000円）、肺ドック（自己負担額10,000円）等をつけることによってより充実した健診となります。（オプション検査については、7ページをご参照ください。）

対 象 者 40歳～74歳の被保険者

受 診 期 間

令和8年4月1日
～
令和9年3月31日

受 診 費 用

20,000円
(節目健診対象者は**無料**)

申 込 方 法

医療機関に申込後、予約内容を
FAXか電話で料飲国保に連絡
(詳しくは以下をご参照ください。)

当日の持ち物

- ☐ マイナ保険証・
資格確認書のいずれか
- ☐ 特定健康診査受診券
(同封の黄色の用紙)
- ☐ 人間ドック等利用券
(料飲国保へ受診内容を連絡後、
自宅宛に送付されます。)

◆受診費用は、当日医療機関窓口で
直接お支払ください。

※既に他の健診を受診された方は
受診出来ません。

人間ドック受診までの流れ

STEP1

医療機関へ予約お申込み

「指定医療機関一覧」(10ページ以降)より医療機関を選択し、直接申込のうえ、
予約日を決めてください。

予約の際は、「**料飲国保の人間ドックを予約**」とお伝えください。

※胃がん検査で胃カメラを選択された場合、追加料金が発生する医療機関があります。

STEP2

予約後、料飲国保へ予約内容の連絡 (必ずお願いします)

15ページの連絡用紙を用いて、料飲国保までFAX、またはお電話にてご連絡
ください。(FAX: 075-256-6438 TEL: 075-256-3326)

連絡受付後、料飲国保から**人間ドック(脳ドック・肺ドック)利用券**をご自宅
宛に送付します。

STEP3

人間ドックの受診

受診当日は、**マイナ保険証・資格確認書のいずれか**および**特定健康診査受診券**
(同封黄色の用紙)、**人間ドック(脳ドック・肺ドック)利用券**、その他必要なもの
(医療機関から届く案内に記載)を必ず持参してください。

節目健診の対象者について

令和8年4月1日から令和9年3月31日までに、**40歳・45歳・50歳・55歳・60歳・65歳・70歳**に到達される方は、人間ドックの費用が **無料** となります。

〔令和8年度は、次の方が節目健診の対象者です〕

40歳	昭和61年4月1日～昭和62年3月31日 生まれ
45歳	昭和56年4月1日～昭和57年3月31日 生まれ
50歳	昭和51年4月1日～昭和52年3月31日 生まれ
55歳	昭和46年4月1日～昭和47年3月31日 生まれ
60歳	昭和41年4月1日～昭和42年3月31日 生まれ
65歳	昭和36年4月1日～昭和37年3月31日 生まれ
70歳	昭和31年4月1日～昭和32年3月31日 生まれ

脳ドック・肺ドック

40歳以上の方で、特定健康診査・人間ドック・ミニ人間ドック・組合健診と同時に受診（または受診後）の場合のみ、補助の対象となります。（**単独受診ができない医療機関**があります。詳細は「指定医療機関一覧」（10ページ以降）をご参照ください。）

ご予約後は、必ず料飲国保までFAX（15ページの連絡用紙）か電話にてご連絡をお願いします。ご連絡受付後、利用券を発行しご自宅宛に送付します。

脳ドック 自己負担額 20,000 円

MRI検査（画像診断）
MRA検査（血管撮影） など

肺ドック 自己負担額 10,000 円

胸部検査（CT、X線 等）
喀痰検査 など

子宮頸がん・乳がん検診

40歳以上の女性の方で、人間ドックまたはミニ人間ドックと同時に受診の場合のみ、補助の対象となります。

マンモグラフィーと乳腺エコーの補助対象はいずれか1検査のみです。2検査受診の場合、補助の対象はマンモグラフィーとなり、乳腺エコーは全額自己負担となりますのでご注意ください。

子宮頸がん 自己負担額 無料

・子宮細胞診

乳がん 自己負担額 無料

・マンモグラフィー※
・乳腺エコー※

※補助は1検査のみ

ミニ人間ドック

約32項目からなる健康診査です。無料で詳しい検査を受診したいという方におすすめです。人間ドックよりは検査項目は少なめですが、胃がん検査が受診できるなど非常に充実した健診になります。

対象者

40歳～74歳の被保険者

受診期間

令和8年4月1日

～

令和9年3月31日

受診費用

無料

申込方法

医療機関に直接申込

(詳しくは以下をご参照ください。)

当日の持ち物

☐ マイナ保険証・
資格確認書のいずれか

☐ 特定健康診査受診券
(同封の黄色の用紙)

※既に他の健診を受診された方は
受診出来ません。

脳ドック・肺ドック・乳がん検診・
子宮頸がん検診の費用補助があります。
(詳細は7ページをご参照ください。)

ミニ人間ドック受診までの流れ

STEP1

医療機関へ予約お申込み

「指定医療機関一覧」(10ページ以降)より医療機関を選択し、直接申込のうえ、予約日を決めてください。

予約の際は、「**料飲国保のミニ人間ドック**」とお伝えください。

※同時に脳ドック・肺ドックを申し込まれた場合は、料飲国保までお知らせください。

※胃がん検査で胃カメラを選択された場合、追加料金が発生する医療機関があります。

※一部医療機関では、腫瘍マーカー検査がオプションとなり自己負担が発生します。

STEP2

ミニ人間ドックの受診

受診当日は、**マイナ保険証・資格確認書**および**特定健康診査受診券(同封黄色の用紙)**、その他必要なもの(医療機関からの案内に記載)を必ず持参してください。

ミニドック実施医療機関 (所在地などの詳細は10～13ページを参照ください。)

- ・上京診療所
- ・京都予防医学センター
- ・中央診療所
- ・京都民医連太子道診療所
- ・京都民医連あすかい病院
- ・くみやま岡本病院
- ・御池クリニック(腫瘍マーカー自己負担あり)
- ・御池クリニックレディースプラザ(腫瘍マーカー自己負担あり)
- ・京都工場保健会健診センター
- ・京都工場保健会宇治健診クリニック
- ・京都微生物研究所
- ・吉祥院病院
- ・洛和会音羽病院
- ・京都城南診療所
- ・京都協立病院
- ・京都予防医学センター丹後支所
- ・四条烏丸クリニック(腫瘍マーカー自己負担あり)
- ・京都工場保健会山科健診クリニック

4

組合健診

約29項目からなる健康診査です。生活習慣病予防検査を中心とした特定健診をもとに、大腸がん検査・肺がん検査・生理機能検査等を含めた一般的な健診となります。

組合健診は事業所単位で料飲国保にお申込みいただきますので、詳細は事業主様へご確認ください。
(組合健診案内と申込書は、事業主様宛に送付しています。)

対 象 者

申込時点で資格のある
事業主と従業員
(業務に従事する家族の方も対象)

受 診 期 間

令和8年5月1日
～
令和9年3月31日

受 診 費 用

無料

申 込 方 法

事業主様宛に送付している
組合健診申込書により申込

当日の持ち物

- ☐ マイナ保険証・
資格確認書のいずれか
- ☐ 特定健康診査受診券
(同封の黄色の用紙)

※既に他の健診を受診された方は
受診出来ません。

脳ドック・肺ドックの費用補助が
あります。
(詳細は7ページをご参照ください。)

組合健診受診までの流れ

STEP1 「令和8年度組合健診申込書」で申込



必要事項を記入し、料飲国保までFAXか郵送にてお申込みください。
(詳細は事業主様にご確認ください。事業主様は同封している別封筒の「令和8年度組合健診のご案内」をご覧ください。)

STEP2 組合健診の受診

受診当日は、マイナ保険証・資格確認書のいずれかおよび特定健康診査受診券
(同封黄色の用紙)、その他必要なもの(医療機関から届く案内に記載)を
必ず持参してください。

組合健診は、労働安全衛生法により従業員のいる事業主に
義務付けられている「定期健康診断」として活用できます。

指定医療機関一覧

	医療機関	ドック	ミニ	組合	脳	肺	子宮	乳		連絡先
								マンモ	エコー	
1	京都鞍馬口医療センター	○ (胃カメラ 別料金有)			○	○	○	○	○	(075) 441-6143
2	京都第二赤十字病院	○ (胃カメラ 別料金有)			○		○	○	○	(075) 212-6151
3	堀川病院	○			○ (単独 不可)	○ (単独 不可)	○		○	(075) 441-8181
4	同仁病院	○					○		○	(075) 431-3300
5	上京診療所		○	○						(075) 432-1261
6	京都予防医学センター	○ (胃カメラ 別料金有)	○ (胃カメラ 別料金有)	○	○		○	○	○	(075) 811-9137
7	大和健診センター	○ (胃カメラ 別料金有)			○		○		○	(075) 256-4141
8	京都市立病院	○ (胃カメラ 別料金有)			○		○	○	○	(075) 311-6344
9	京都工場保健会 総合健診センター	○ (胃カメラ 別料金有)	○ (胃カメラ 別料金有)	○	○	○	○	○	○	0120-823-053
10	御池クリニック	○ (胃カメラ 別料金有)	○ (胃検査は バリウムのみ)		○	○	○	○	○	0120-777-465
11	御池クリニック レディースプラザ	○ (胃カメラ 別料金有)	○ (胃検査は バリウムのみ)		○ (単独 不可)	○	○	○	○	0120-888-075
12	四条烏丸クリニック	○ (胃カメラ 別料金有)	○ (胃検査は バリウムのみ)	○	○ (単独 不可)	○ (単独 不可)	○	○	○	0120-012-770
13	中央診療所	○ (胃カメラ 別料金有)	○ (胃カメラ 別料金有)	○			○		○	(075) 211-4503
14	大澤クリニック	○ (胃カメラ 別料金有)			○	○	○		○	(075) 256-7355
15	シミズ四条大宮クリニック	○ (胃カメラ 別料金有)			○					(075) 813-5202
16	京都民医連太子道診療所	○	○	○		○	○	○	○	(075) 822-8246
17	京都民医連あすかい病院		○ (胃カメラ 別料金有)	○			○	○	○	(075) 712-9160
18	日本バプテスト病院	○ (胃カメラ 別料金有)			○ (単独 不可)		○	○	○	(075) 702-5947
19	京都第一赤十字病院	○ (胃カメラ 別料金有)			○ (単独 不可)	○ (単独 不可)	○	○	○	(075) 561-1121
20	洛和会 音羽病院	○	○ (胃カメラ 別料金有)	○	○	○	○	○	○	0120-050-108
21	京都工場保健会 山科健診クリニック	○ (胃カメラ 別料金有)	○ (胃カメラ 別料金有)	○			○	○	○	0120-823-066
22	京都微生物研究所	○	○	○			○	○	○	(075) 593-1443
23	京都四条診療所	○				○	○	○	○	(075) 361-3400
24	武田病院健診センター	○ (胃カメラ 別料金有)		○	○	○ (単独 不可)	○	○	○	(075) 746-5100
25	京都南病院	○			○	○	○	○		(075) 312-7393

健診の種類によって実施曜日が異なりますので、詳細はご予約の際に医療機関にお問い合わせください。

所在地	備 考
北区小山下総町 27	
上京区釜座通丸太町上ル春帯町 355-5	
上京区堀川通今出川上ル北舟橋町 865	
上京区一条通新町東入東日野殿町 394-1	
上京区千本通寺之内下ル花車町 482-2	
中京区西ノ京左馬寮町 28	
中京区烏丸通御池下ル虎屋町 577-2 井門烏丸姉小路ビル 6・8・9F	脳ドックはシミズ四条大宮クリニックで受診になります。
中京区御前通五条壬生東高田町 1-2	オプション検査で胸部 CT を受診できます。(全額自己負担)
中京区西ノ京北壺井町 67	月曜日の午後は女性専用日(レディースデイ) 日曜日の健診実施あり(受診可能日は医療機関に確認)
中京区西ノ京下合町 11	日曜日の健診実施あり(月 1 回・女性受診可) ミニ人間ドックの腫瘍マーカー検査は全額自己負担になります。
中京区西ノ京下合町 19	女性は原則、レディースプラザでの受診になります。 ミニ人間ドックの腫瘍マーカー検査は全額自己負担になります。
中京区烏丸通蛸薬師下ル手洗水町 652	脳ドックは御池クリニックで受診になります。 ミニ人間ドックの腫瘍マーカー検査は全額自己負担になります。
中京区三条通高倉東入柵屋町 58	
中京区錦小路通東洞院東入西魚屋町 617	脳ドックはシミズ四条大宮クリニックで受診になります。
中京区壬生賀陽御所町 3-1 京都幸ビル 1F	
中京区西ノ京小堀池町 18-1	胃カメラ(口)は京都民医連あすかい病院で受診する場合があります。
左京区田中飛鳥井町 89	
左京区北白川山ノ元町 47	子宮、乳(マンモエコー)は基本検査項目に含まれます。
東山区本町 15 丁目 749	子宮は基本検査項目に含まれます。
山科区音羽珍事町 2	日曜日の健診実施あり(第 3 日曜)
山科区竹鼻竹ノ街道町 92 ラクト山科 C 棟 301	
山科区川田御出町 3-4	
下京区醒ヶ井通四条下ル高野堂町 412・414	
下京区塩小路通西洞院東入東塩小路町 608 日本生命京都三哲ビル	
下京区西七条南中野町 8	

	医療機関	ドック	ミニ	組合	脳	肺	子宮	乳		連絡先
								マンモ	エコー	
26	西村診療所	○ (胃カメラ 別料金有)			○ (単独 不可)		○	○	○	0120-109-215
27	吉祥院病院		○							(075) 672-1331
28	京都桂病院	○ (胃カメラ 別料金有)			○ (同日 不可)		○	○		(075) 392-3501
29	洛西シミズ病院	○			○					(075) 331-8778
30	うずまさ診療所	○ (胃カメラ 別料金有)					○		○	(075) 863-5553
31	蘇生会総合病院	○			○		○	○	○	0120-621-388
32	大島病院	○			○		○	○	○	(075) 622-0701
33	医仁会 武田総合病院	○ (胃カメラ 別料金有)				○ (単独 不可)	○	○	○	(075) 746-5100
34	京都市城南診療所		○	○			○	○	○	(075) 623-1113
35	綾部市立病院	○			○		○	○	○	(0773) 43-0123
36	京都協立病院		○	○						(0773) 42-8111
37	京都ルネス病院	○			○	○	○	○	○	(0773) 23-1281
38	福知山市民病院	○			○ (単独 不可)		○	○		(0773) 22-2101
39	舞鶴赤十字病院	○ (胃カメラ 別料金有)			○		○	○	○	(0773) 75-1920
40	舞鶴共済病院	○			○ (単独 不可)	○ (単独 不可)	○	○		(0773) 62-2510
41	京都予防医学センター 丹後支所		○ (胃カメラ 別料金有)	○						(0773) 62-0693
42	丹後中央病院	○			○		○	○	○	(0772) 62-7725
43	京都済生会病院	○ (胃カメラ 別料金有)			○		○	○	○	(075) 955-0111
44	京都きづ川病院	○			○		○	○	○	(0774) 54-1116
45	京都田辺中央病院	○ (胃カメラ 別料金有)			○	○	○	○	○	(0774) 63-1116
46	宇治徳洲会病院	○		○	○		○	○	○	(0774) 21-0010
47	宇治武田病院	○ (胃カメラ 別料金有)			○	○ (単独 不可)	○	○	○	(075) 746-5100
48	京都工場保健会 宇治健診クリニック	○ (胃カメラ 別料金有)	○ (胃カメラ 別料金有)	○			○	○	○	0120-823-099
49	くみやま岡本病院	○	○		○	○	○	○	○	(0774) 48-5611

健診の種類によって実施曜日が異なりますので、詳細はご予約の際に医療機関にお問い合わせください。

所在地	備 考
下京区烏丸通塩小路下ル東塩小路町 901 ホテルグランヴィア京都 3F	日曜日の健診実施あり（第2日曜）
南区吉祥院井ノ口町 43	
西京区山田平尾町 17	脳ドックは単独受診のみ補助対象となります。
西京区大枝沓掛町 13-107	
右京区太秦帷子ノ辻町 30-4	
伏見区下鳥羽広長町 101	
伏見区桃山町泰長老 115	
伏見区石田森南町 28-1	
伏見区竹田田中宮町 98	
綾部市青野町大塚 20-1	
綾部市高津町三反田 1	
福知山市末広町 1-38	
福知山市厚中町 231	
舞鶴市字倉谷 427	
舞鶴市字浜 1035	
京丹後市峰山町杉谷 784	
京丹後市峰山町杉谷 158-1	
長岡京市下海印寺下内田 101	
城陽市平川西六反 26-1	
京田辺市田辺中央 6-1-6	
宇治市槇島町石橋 145	
宇治市宇治里尻 36-26	
宇治市広野町成田 1-7	
久御山町佐山西ノ口 138	

チャレンジ！生活改善プログラム（特定保健指導）

40歳以上の方は健康診断の結果により、メタボリックシンドロームの基準に該当する方または生活習慣の改善が必要な方へ、「チャレンジ！生活改善プログラム」（チャレプロ）のご案内を送付します。保健師や栄養士が電話や訪問による健康づくりの支援を実施（無料）しますので、ご利用ください。

「チャレプロ」って何するの？

→生活改善プログラムの中から自ら選択し、自ら取り組みます！

保健師や栄養士が、メタボリックシンドロームのリスクを改善するための健康づくりを応援するプログラムです！

チャレプロ対象者選定のための検査項目と判定基準

腹囲・BMIに加えて、脂質・血圧・血糖のうち1項目以上該当した場合と、喫煙歴や服薬歴を確認したうえでチャレプロ対象者（積極的支援・動機付け支援）が選定されます。

腹囲	男性 85cm以上 女性 90cm以上	+	脂質	血圧	血糖
	または				
BMI	25以上		空腹時中性脂肪 150mg/dl 以上 随時中性脂肪 175mg/dl 以上 HDL コレステロール 40mg/dl 未満	収縮期(最高)血圧 130mmHg 以上 拡張期(最低)血圧 85mmHg 以上	空腹時血糖または 随時血糖 100mg/dl 以上 HbA1c 5.6%以上

積極的支援に該当された方

現在の状態が続くと、動脈硬化の悪化により脳卒中や心臓病を発症するリスクが非常に高くなります。病気が発症する前に生活習慣を振り返り、改善を目指しましょう。

動機付け支援に該当された方

現在の状態を放置すると生活習慣病の悪化に繋がります。今の段階で生活習慣を振り返り、健康な生活習慣を身につけましょう。

積極的支援・動機付け支援の主な流れ



健康診断受診当日の特定保健指導（初回面接）について

京都予防医学センター・京都工場保健会・京都第二赤十字病院・西村診療所・京都微生物研究所・武田病院健診センター・京都民医連太子道診療所・京都民医連あすかい病院・京都市城南診療所・医仁会 武田総合病院・宇治武田病院において、健康診断受診当日に特定保健指導（積極的支援・動機付け支援）が受けられます。

特定保健指導の対象になった方は、別の日に初回面接を受ける必要がなくなり便利になりましたので、是非ご利用ください。

FAX番号： 075-256-6438

※送り間違えのないよう、お気を付けてください。

人間ドック、脳・肺ドック予約確定連絡用紙

(特定健康診査・ミニ人間ドックは予約後連絡不要、組合健診は専用の申込書でのお申込みになります。)

- 以下の太枠内にすべてご記入の上、点線に沿って切り取り料飲国保までFAXをお願いします。
- 3人以上お申込の場合は、この用紙をコピーしてお使いください。
- 受付から約7～10日後、ご自宅宛に「人間ドック等利用券」を送付いたします。
(2週間以上経っても「利用券」が届かない場合は、料飲国保までご連絡ください。)

※必ず医療機関でご予約確定後に、料飲国保へFAXしてください。

記 号 番 号 (不明の場合は記載不要です)	①料		②料	
フリガナ				
氏 名		男・女		男・女
生 年 月 日	昭 和	年	月	日
電 話 番 号 内容確認のためご連絡する場合があります。 (平日 9:00～17:00)				
医療機関名				
受診決定日	8 ・ 9	年	月	日
胃 の 検 査	バリウム・口カメラ・鼻カメラ・無		バリウム・口カメラ・鼻カメラ・無	
脳 ド ッ ク (20,000 円)	予約済 ・ 受診しない		予約済 ・ 受診しない	
肺 ド ッ ク (10,000 円)	予約済 ・ 受診しない		予約済 ・ 受診しない	
子宮頸がん (無 料)	予約済 ・ 受診しない		予約済 ・ 受診しない	
乳 が ん (無 料)	エコー ・ マンモ ・ 受診しない		エコー ・ マンモ ・ 受診しない	

注意 前立腺・骨密度等の追加料金、医療機関によって発生する差額の胃カメラ代は、全額自己負担です。

〈令和8年度 節目健診対象者一覧〉

40 歳	昭和 61 年 4 月 1 日 ～ 昭和 62 年 3 月 31 日	生まれ
45 歳	昭和 56 年 4 月 1 日 ～ 昭和 57 年 3 月 31 日	生まれ
50 歳	昭和 51 年 4 月 1 日 ～ 昭和 52 年 3 月 31 日	生まれ
55 歳	昭和 46 年 4 月 1 日 ～ 昭和 47 年 3 月 31 日	生まれ
60 歳	昭和 41 年 4 月 1 日 ～ 昭和 42 年 3 月 31 日	生まれ
65 歳	昭和 36 年 4 月 1 日 ～ 昭和 37 年 3 月 31 日	生まれ
70 歳	昭和 31 年 4 月 1 日 ～ 昭和 32 年 3 月 31 日	生まれ

〈料飲国保記入欄〉(以下は記入しないでください。)

宛名番号	①	②	重複チェック	済	受付日
受診券整理番号	2610000	2610000	受付者		年 月 日
対 象	節目 ・ 一般	節目 ・ 一般			備 考
本人負担額	円	円			