

毎年
必ず受けて
ください!

特定健診

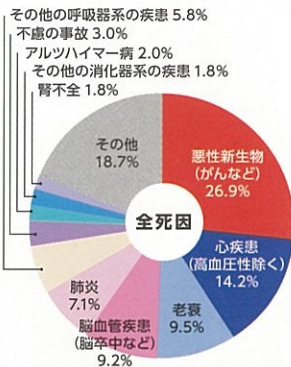
※通院中の方も対象です

健診の案内が届いたら、健診が行われる場所や日時、手続き等を確認のうえ、受診券と保険証を持って出かけましょう

日本人の死因の上位を 生活習慣病が占めています。

がん、心臓病、脳卒中などの生活習慣病が、日本人の死因の**約半数以上**を占めています。

特定健診の目的は、発症する前に異常に気付き、生活習慣を改善することで生活習慣病を防ぐことです。



2016年島根県における死因の状況（島根県健康指標データベースより）

特に受診率が低いのは、扶養家族の方などです。自分の健康が後回しになっていませんか？もう受けなくてもいいや、と思っていませんか？
あなたが健康であることが
家族の健康・幸せにつながります！



※75歳以上の方は健康診査が受けられます

なぜ毎年健診を受けないといけないの？

理由① 自分では異常に気づけない

生活習慣病は進行するまで症状がないことが多いので、気づかぬうちに悪化している場合も。

理由② 早期発見・対処が一番時間もお金もかからない

症状が出てから対処すると、治療に時間もお金もかかります。異常を早期に見つけて生活習慣の改善により対処することが、一番時間もお金もかかりません。

理由③ 1年ごとの経年変化をみるのが大切

1年以上健診の間をあけると、早期発見の時期を過ぎてしまうおそれも。毎年受診することで体の変化がわかり、危険が予測しやすくなります。

生活習慣病は こう進む!



内臓脂肪が増える
小さな異常が生じる



小さな異常とは：
血圧、血糖値の上昇や血中脂質の異常 など

小さな異常が続く



メタボリック
シンドローム など

動脈硬化が進む



深刻な病気を発症



寝たきり・死亡



2019年度 特定健診の問い合わせ先

お問い合わせは、お手持ちの被保険者証に記載されている保険者（交付者）へお願いします。

国民健康保険

保険者名	問い合わせ先	保険者名	問い合わせ先	保険者名	問い合わせ先
松江市	0852-60-8174	雲南市	0854-40-1045	吉賀町	0856-77-1165
浜田市	0855-25-9410	奥出雲町	0854-54-2511	海士町	08514-2-1821
出雲市	0853-21-6979	飯南町	0854-72-1770	西ノ島町	08514-6-0103
益田市	0856-31-0212	川本町	0855-72-0633	知夫村	08514-8-2211
大田市	0854-83-8154	美郷町	0855-75-1932	隠岐の島町	08512-2-8560
安来市	0854-23-3220	邑南町	0855-83-1123	島根県医師国保組合	0852-26-3100
江津市	0855-52-7937	津和野町	0856-72-0651		

被用者保険

保険者名	問い合わせ先
全国健康保険協会島根支部	0852-59-5204
山陰合同銀行健康保険組合	0852-55-1086
山陰自動車業健康保険組合	0852-61-5222
地方職員共済組合島根県支部	0852-22-5027
公立学校共済組合島根支部	0852-22-6615
警察共済組合島根県支部	0852-26-0110
島根県市町村職員共済組合	0852-21-9510

島根県保険者協議会

（島根県・国民健康保険・全国健康保険協会・健康保険組合・共済組合・後期高齢者医療広域連合）
（事務局：島根県国民健康保険団体連合会）

http://www.shimane-kokuho.or.jp/sd04_hokenshakyogikai/index.html

2019年度 島根県内の検診車等による集団健診について



医療機関での健診受診のほかに、お住まいの市町村で、**検診車等による集団健診**を受けることも可能です。
また、**特定健診と各種がん検診を同時に受診**できる市町村もあります。
この機会に両方受けて、健康寿命を一層延ばしましょう!!
がん検診には予約等が必要な場合もあります。詳細については市町村へご確認ください。

がんの“芽”も
チェック!

実施
機
関

島根県厚生農業協同組合連合会
(以下「JA」と表記)

〒690-0852
松江市千鳥町15番地コープビル2F



島根県環境保健公社
(以下「公社」と表記)

〒690-0012
松江市古志原一丁目4番6号

- 後期高齢者医療の被保険者の方は、お住まいの市町村で受診することができます。(安来市の一部地区・奥出雲町・川本町・美郷町・邑南町は除く)
- 2019年1月末時点での予定であり、変更の可能性があります。

☆がん検診種別：胃がん「胃」・肺がん「肺」・大腸がん「大」・前立腺がん「前」・乳がん「乳」・子宮頸がん「子」

市町村別地区及び会場等	日程【時間】	胃	肺	大	前	乳	子	実施機関
松江市	東出雲 上意東研修センター	6月24日【午前】	●	●	●	●	●	JA ※1
	玉 湯 玉湯公民館	7月4日	●	●	●	●	●	
	美保関 七瀬区自治会集会所	7月9日【午前】	●	●	●	●	●	
	美保関 美保関公民館(万原)	7月10日	●	●	●	●	●	
	島 根 マリンゲートしまね	7月11日【午前】、 12日【午前】	●	●	●	●	●	
	宍 道 宍道健康センター	7月16日	●	●	●	●	●	
	宍 道 宍道公民館	7月17日	●	●	●	●	●	
	八 雲 八雲公民館	7月19日	●	●	●	●	●	
	八 束 松江市八束支所	7月22日	●	●	●	●	●	
	鹿 島 鹿島公民館	7月25日	●	●	●	●	●	
浜田市	鹿 島 鹿島ふれあい館	7月26日	●	●	●	●	●	JA
	八 束 松江市八束支所	9月13日	●	●	●	●	●	
	意東公民館	9月17日【午前】	●	●	●	●	●	
	出雲郷公民館	9月18日【午前】	●	●	●	●	●	
	東出雲保健相談センター	9月19日	●	●	●	●	●	
	東出雲保健相談センター	9月20日【午前】	●	●	●	●	●	
	弥 栄 弥栄会館	8月28日【午前】	●	●	●	●	●	
	旭 都川高齢者活動促進センター	8月27日【午前】	●	●	●	●	●	
	旭 旭保健センター	10月1日※2	●	●	●	●	●	
	金 城 みどりかいかん	10月2日【午前】	●	●	●	●	●	
出雲市	三 隅 三隅保健センター	10月2日【午後】	●	●	●	●	●	JA ※3
	出雲地域 長浜コミュニティセンター	9月27日	●	●	●	●	●	
	JA しまね出雲地区本部	10月15日、16日	●	●	●	●	●	
	平田地域 JA しまね平田中央支店	7月2日、12月4日	●	●	●	●	●	
	斐川地域 JA しまね出雲支店	8月29日、30日	●	●	●	●	●	
	大社地域 日御碕コミュニティセンター (結核検診の実施あり)	7月12日【午前】	●	●	●	●	●	
	JA しまね荒木支店	10月9日	●	●	●	●	●	
	佐田地域 須佐コミュニティセンター	11月15日	●	●	●	●	●	
	窪田コミュニティセンター	7月11日【午後】	●	●	●	●	●	
	窪田コミュニティセンター	7月11日【午前】	●	●	●	●	●	
益田市	匹 見 匹見保健センター	6月11日	●	●	●	●	●	公社
	石谷老人福祉センター	6月13日【午前】	●	●	●	●	●	
	匹見下公民館	6月13日【午後】	●	●	●	●	●	
	広瀬自治会館	6月17日【午前】	●	●	●	●	●	
	東仙道公民館	6月17日【午後】	●	●	●	●	●	
	ふれあいホールみと	7月4日【午前】	●	●	●	●	●	
	益田市立保健センター	12月15日	●	●	●	●	●	
	益田市総合福祉センター(予定)	12月16日、18日	●	●	●	●	●	
	福 波 福波まちづくりセンター	6月5日	●	●	●	●	●	
	湯 里 湯里まちづくりセンター	6月6日	●	●	●	●	●	
大田市	井 田 井田まちづくりセンター	6月26日	●	●	●	●	●	公社
	温泉津 温泉津まちづくりセンター	6月27日	●	●	●	●	●	
	大 国 大國文化振興会館	6月7日	●	●	●	●	●	
	宅 野 伝統芸能伝承館	6月18日	●	●	●	●	●	
	仁万・天河内 農村環境改善センター	7月2日、3日【午前】	●	●	●	●	●	
	馬 路 馬路まちづくりセンター	7月3日【午後】、4日	●	●	●	●	●	
	伯太地区 いきいきの郷はくた	7月23日【午前】※4	●	●	●	●	●	
	広瀬地区 安来市健康福祉センター	9月16日【午前】	●	●	●	●	●	
	安来地区 安来市学習訓練センター	9月5日【午前】	●	●	●	●	●	
	江津市 桜江町 桜江総合センター	9月28日	●	●	●	●	●	
雲南市	大東町 大東健康福祉センター	10月1日、2日、 4日、7日	●	●	●	●	●	JA ※5
	吉田町 吉田健康福祉センター	8月23日【午前】	●	●	●	●	●	
	掛合町 掛合交流センター	8月19日、20日	●	●	●	●	●	
	加茂町 加茂健康福祉センター	9月9日、10日	●	●	●	●	●	
	木次町 木次健康福祉センター	9月24日、25日	●	●	●	●	●	
	三刀屋町 三刀屋文化体育館アスバル	8月7日、9日	●	●	●	●	●	
	横田地域 八川コミュニティセンター	7月1日【午前】	●	●	●	●	●	
	横田コミュニティセンター	7月23日【午前】	●	●	●	●	●	
	玉峰交流施設	6月28日【午前】	●	●	●	●	●	
	奥出雲健康センター	6月21日	●	●	●	●	●	
奥出雲町	仁多地域 奥出雲健康センター	6月24日、25日 7月19日、22日	●	●	●	●	●	その他 ※6

市町村別地区及び会場等	日程【時間】	胃	肺	大	前	乳	子	実施機関
飯南町	谷 旧谷小学校体育館	5月9日	●	●	●	●	●	JA
	小田・真木 旧小田小学校体育館	5月10日	●	●	●	●	●	
	赤 名 赤名農村環境改善センター	5月13日、14日	●	●	●	●	●	
	来 島 来島基幹集落センター	5月15日、16日	●	●	●	●	●	
	八 神 さつき会館	5月17日	●	●	●	●	●	
	頓 原 飯南町保健福祉センター	5月29日、30日、 31日	●	●	●	●	●	
	全 域 飯南町保健福祉センター (町内全地区の方対象です)	11月9日	●	●	●	●	●	
	川本北公民館(胸部CT検診の実施あり)	6月15日【午前】	●	●	●	●	●	
	すこやかセンター	6月16日	●	●	●	●	●	
	川本公園管理棟	6月27日【午前】	●	●	●	●	●	
美郷町	邑智地区 みさと館	7月8日	●	●	●	●	●	JA
	大和地区 大和事務所	7月9日	●	●	●	●	●	
	大和地区 大和事務所	7月10日	●	●	●	●	●	
	口羽地区 口羽公民館	6月6日【午前】	●	●	●	●	●	
	阿須那地区 阿須那公民館	6月7日【午前】	●	●	●	●	●	
	田所地区 田所公民館	6月18日	●	●	●	●	●	
	出羽地区 出羽公民館	6月19日【午前】	●	●	●	●	●	
	高原地区 高原公民館	6月20日	●	●	●	●	●	
	中野地区 中野公民館	7月2日	●	●	●	●	●	
	矢上地区 矢上交流センター	7月3日	●	●	●	●	●	
津和野町	市木・日・日貴地区 矢上交流センター	7月4日	●	●	●	●	●	公社
	井原地区 井原公民館	6月21日	●	●	●	●	●	
	元日原診療所	6月5日【午前】	●	●	●	●	●	
	左鏡公民館	6月5日【午後】	●	●	●	●	●	
	青原小学校体育館	6月6日【午前】	●	●	●	●	●	
	池河コミセン	6月6日【午後】	●	●	●	●	●	
	直地自治会館	6月18日【午前】	●	●	●	●	●	
	小川体育館	6月18日【午後】	●	●	●	●	●	
	元畑迫小学校体育館	6月19日【午前】	●	●	●	●	●	
	津和野体育館	6月19日【午後】	●	●	●	●	●	
吉賀町	元木部中学校体育館	6月20日【午前】	●	●	●	●	●	公社
	津和野体育館	6月20日【午後】	●	●	●	●	●	
	柿 木 柿木ふれあい会館	6月25日、26日	●	●	●	●	●	
	朝 倉 朝倉小学校体育館	6月27日	●	●	●	●	●	
	七日市 七日市林業センター	6月28日	●	●	●	●	●	
	蔵 木 蔵木小学校体育館	7月9日	●	●	●	●	●	
	六日市 六日市基幹集落センター	7月10日、11日	●	●	●	●	●	
	海士診療所	6月～9月	●	●	●	●	●	
	西ノ島町 浦郷地区 中央公民館	6月11日、 10月15日【午前】	●	●	●	●	●	
	黒木地区 島前集合庁舎	6月12日、 13日【午前】	●	●	●	●	●	
知夫村	知夫村役場いきいきセンター	5月21日【午後】、 22日、23日【午前】	●	●	●	●	●	JA
	西郷地区	6月17日、20日、21日、 24日、25日、26日、28日	●	●	●	●	●	
	中村地区	6月18日	●	●	●	●	●	
	布施地区	6月18日	●	●	●	●	●	
	五箇地区	6月19日、26日	●	●	●	●	●	
	都万地区	6月21日、27日	●	●	●	●	●	

- ※1松 江 市：一部のがん検診は、公社が実施します。
 ※2浜 田 市：申込人数によっては、実施時間が「午前のみ」となります。
 ※3出 雲 市：がん検診は、公社が実施します。
 ※4安 来 市：7月23日(伯太地区(いきいきの郷はくた))は、後期高齢者医療の被保険者の方は受診できません。
 ※5雲 南 市：大腸がん検診(大東町)は、公社が実施します。
 ※6奥出雲町：がん検診は公社が実施します。