



つくば市イメージキャラクター
フックン船長

もっと知りたい!

第53号

つくば市

ばん

かわら版



つくば市長 五十嵐立青

2026年1月15日

皆さんのギモンに市長が答えます

今回のテーマ

健診(検診)に行こう!

問 健康増進課



ギモン

01

受けて安心!健康診査



受けるとどんなメリットがあるの?



健診は、健康状態を確認し、体の異常を早期に発見できる大切な機会なんだ。特にがんや生活習慣病などの病気は、発症初期や予備軍の段階では自覚症状がほとんどないんだよ。毎年定期的に受診し、数値の変化や判定結果を確認することで、気づきにくい病気を早期に発見し、治療につながる可能性があるよ。



じゃあみんな受けた方がいいね!



そうだね。でも実際はさまざまな健診で受診率が低いんだ。2024年度の受診率は、特定健康診査が36.3%、後期高齢者健康診査が31.0%と、対象者の約3人に1人しか受けていないんだよ。特にがん検診は受診率*がさらに低くて、大腸がん検診は5.1%、肺がん検診は3.6%なんだ。がんは早期に発見・治療できれば生存率は約90%と言われてるよ。日本人の2人に1人は生涯でがんと診断されているから、がん検診を必ず受診して早期発見につなげよう。

※がん検診受診率は2023年度(最新)の情報です。

健診と検診の違いって何?

健診:健康状態を調べること

検診:特定の病気を早期発見すること

2つの“けんしん”を
上手に受診するフク!



今から
準備を!

2月の健診(検診)手続き

医療機関で受診できる2025年度がん検診

→2月末まで受診可能

受診するには、協力医療機関に
直接予約をする必要があります。



2026年度春の集団健診

→2月から申し込み開始

事前予約制です。会場によって
申し込み期間が異なりますので、
ご注意ください。



つくば市



裏面では、健診(検診)の内容
などを詳しく紹介するよ!

02 どんな健診（検診）があるの？



代表的な健診(検診)をまとめたよ。

保健センターで受診できる**集団健診**と、好きなタイミングで受診できる**医療機関健診**があり、対象の方には3月と5月に受診券を発送しています。自己負担金などの詳細は市ホームページをご覧ください。



人間ドック・脳ドックを受診したい!

つくば市国民健康保険・後期高齢者医療
保険に加入済みの方は、人間ドック・脳
ドックで助成を受けられます。
詳細は市ホームページをご覧ください。



对=対象者

がん検診

肺がん	胸部X線検査 集
肺全体をX線で撮影します。	
対 40歳以上	
胃がん	バリウム検査 集 / 胃カメラ検査 医
胃の内部を調べます。	
対 ▷バリウム検査=40歳以上▷胃カメラ検査=50歳以上の偶数年齢	
大腸がん	便潜血検査 集 医
2日分の便を採取し、便に含まれる血液の有無を調べます。	
対 40歳以上	
前立腺がん	血液検査 集 医
採血し、タンパク質(PSA)の濃度を調べます。	
対 50歳以上の男性	
乳がん	超音波検査・マンモグラフィ 集 医
超音波検査・マンモグラフィで腫瘍などの有無を調べます。	
対 女性*	
子宮頸がん	頸部細胞診 集 医
子宮の入口の細胞を採り、顕微鏡で調べます。	
対 20歳以上の女性	

※年齢により検査方法が異なりますので、詳細は市ホームページをご覧ください。

その他の健診(検診)

基本健診 特定健診 後期高齢者健診	問診・身長・体重・血圧・ 血液検査・尿検査 集医
対 ▷基本健診＝学生を除く20～39歳で健診を受ける機会がない方▷特定健診＝つくば市国民健康保険加入者▷後期高齢者健診＝後期高齢者医療保険加入者	
結核	胸部X線検査 集医
肺全体をX線で撮影します。	
対 65歳以上	
胃がんリスク	血液検査 集医
採血し、ピロリ菌感染の有無などを調べます。	
対 40・45歳の未受診者	
肝炎ウイルス	血液検査 集医
採血し、感染状況を調べます。	
対 40歳以上の未受診者	
骨粗しょう症	かかとの超音波検査 集
かかとの骨に超音波を当てて、骨量を評価します。	
対 30・35・40・45・50・55・60・65・70歳の女性	
成人歯科	問診・口腔内検査 医
口腔内検査を行います。	
対 20・30・40・50・60・70歳	

健診(検診)は、生活習慣を見直すきっかけに！

健診で基準値を外れる数値が出た場合、それは健康状態に異常が出ているかもしれないという警告です。健診(検診)結果を参考に、日ごろの生活を振り返り、生活習慣の改善に取り組むなど、適切に対処することが重要です。また、要精密検査となった場合は必ず医療機関を受診しましょう。つくば市で最も受診率が低いがん検診は胃がんで、3.2%です。胃がんがステージIVで発見された場合の生存率は6.2%ですが、ステージIでの生存率は95.9%とされています。早期発見のために必ず受診しましょう。



アンケートへのご協力をお願いします。

今後の発行の参考とさせていただきますので、
『もっと知りたい!つくば市かわら版 第53号』を
お読みになったご感想などをお寄せください
(各号ごとのアンケートとなります)。



※個別の質問にお答えすることはできません。

► <https://r.qrqrq.com/LA2ORYp0>

パソコン スマホ



でつくば市かわら版をいつでもどこでも!

市ホームページ



マチイロ



市公式YouTube



声の広報



占字広報

