

令和8年度

池田市国民健康保険

保存版

# 特定健康診査・特定保健指導のお知らせ



## 目次

・ 特定健康診査…………… 1～2

**NEW**

休日急病診療所の集団健診に  
国民健康保険限定の健診日が  
できました！ …… 2

・ 特定保健指導…………… 3

・ 特定健康診査実施機関… 4

写真：令和7年度いけだ健康フェスタ  
「イベントの思い出を残す撮影会」  
コーナーにて

## 1 特定健康診査

特定健康診査は、自覚症状が出にくい生活習慣病を早期発見し、予防・改善につなげるための健診です。毎年受けて病気を予防し、健康な毎日を過ごしましょう。

### 1 対象者

昭和62年3月31日以前生まれの国民健康保険被保険者  
令和8年度中（2027年3月31日まで）に満40歳から満74歳の方

※令和8年度中に満75歳になられる方は、誕生日の前日まで受診できます。

75歳に到達された方は、誕生日の翌月に大阪府後期高齢者医療広域連合から「後期高齢者医療健康診査」の受診券が発行されます。

令和9年3月に75歳になる方は、令和8年度中には大阪府後期高齢者医療広域連合から受診券は発行されませんので、誕生日までに特定健康診査を受診してください。

### 2 受診期間・場所

令和9年3月31日（水）まで（医療機関へ要予約）

※4ページの「池田市国民健康保険特定健康診査実施機関」参照

☆ 令和8年度の受診券はさくら色  
☆ 医療機関で治療中の方も、  
年1回の健診は受けましょう

### 3 費用 無料

### 4 持ち物

- ① 特定健康診査受診券
- ② マイナ保険証または資格確認書



## 5 検査項目

- ①問診 ②身体測定 ③腹囲測定 ④血圧測定
- ⑤尿検査（糖、蛋白など）
- ⑥血液検査（脂質・血糖・肝機能・腎機能など）
- ⑦心電図・眼底検査（いずれも医師が必要と認めた場合のみ）
- ⑧胸部X線（65歳以上の方の結核健診。未対応の医療機関もありますので事前に医療機関へご確認ください）
- ⑨B・C型肝炎ウイルス検査（満40歳以上で過去に受診されていない希望者のみ。未対応の医療機関もありますので事前に医療機関へご確認ください）



## 6 受診方法

- ① 午前の健診：健診前10時間は、水、お茶以外はとらないでください。
- ② 午後の健診：朝食は軽めにし、健診までは水、お茶以外はとらないようにしてください。
- ③ 医療機関で受診票を受け取り、住所・氏名・問診票等の必要事項を記入してください。
- ④ 受診できる時間帯は医療機関により異なるため各医療機関に必ず問い合わせてください。
- ⑤ 受診後は、各医療機関の医師等の指示に従ってください。



## 7 注意事項

- ① この特定健康診査は、各年度1回に限り受診できます。
- ② 受診券がないと受診できませんので、受診日まで大切に保管してください。
- ③ 池田市国民健康保険の被保険者の資格がなくなった場合は受診券は無効となりますので国民健康保険窓口へ返却してください。
- ④ 検査結果の通知は、来院での説明または郵送で行います。通知の時期・方法等、詳しくは受診した医療機関にご確認ください。

**●お知らせ●**

休日急病診療所の集団健診について

**国民健康保険限定の健診日ができました！**

予約してね！

**1：日にちが決まっているから予定が立てやすい**

**2：冊子「特定健診結果活用BOOK」がもらえます**

疾患についての簡単な説明、食事の工夫、運動を生活に取り入れる方法など大切なことを詳しく記載。

**3：健診当日に特定保健指導（初回）まで受けられます（必要者のみ）**

特定保健指導対象（候補）になった場合、初回面談を健診当日に実施します（当日の腹囲とBMIで判断）。血管の劣化は30～40代から始まっていますので、自覚症状がなくても特定保健指導を受け、今、取り組める生活改善目標を何か1つでも設定しましょう。

| 国民健康保険<br>限定の健診<br>(予約制)  | 日程(受付時間)                    | 健診の種類   | 費用            |
|---------------------------|-----------------------------|---------|---------------|
| 定員に限りがありますので、お早めにお電話ください。 | 令和8年 6月 3日(水) 13:00~14:30   | セットがん検診 | 2,300円~3,300円 |
|                           | 令和8年 7月 22日(水) 12:45~13:45  | 特定健康診査  | 無料            |
|                           | 令和8年 9月 30日(水) 12:45~13:45  | 特定健康診査  | 無料            |
|                           | 令和8年 10月 21日(水) 13:00~14:30 | セットがん検診 | 2,300円~3,300円 |

※セットがん検診は、特定健康診査にプラスして胃（胃部X線）・肺・大腸がん検診を同日に受けられる健診で、がん検診の部分の料金が有料になります。（ピロリ菌検査の有無により料金が変わります。）

また、50～69歳の男性は前立腺がん検診の同時実施が可能です。その場合、追加料金800円が必要です。

※がん検診費用の免除申請については健康増進課へお問い合わせください。（072-754-6032）

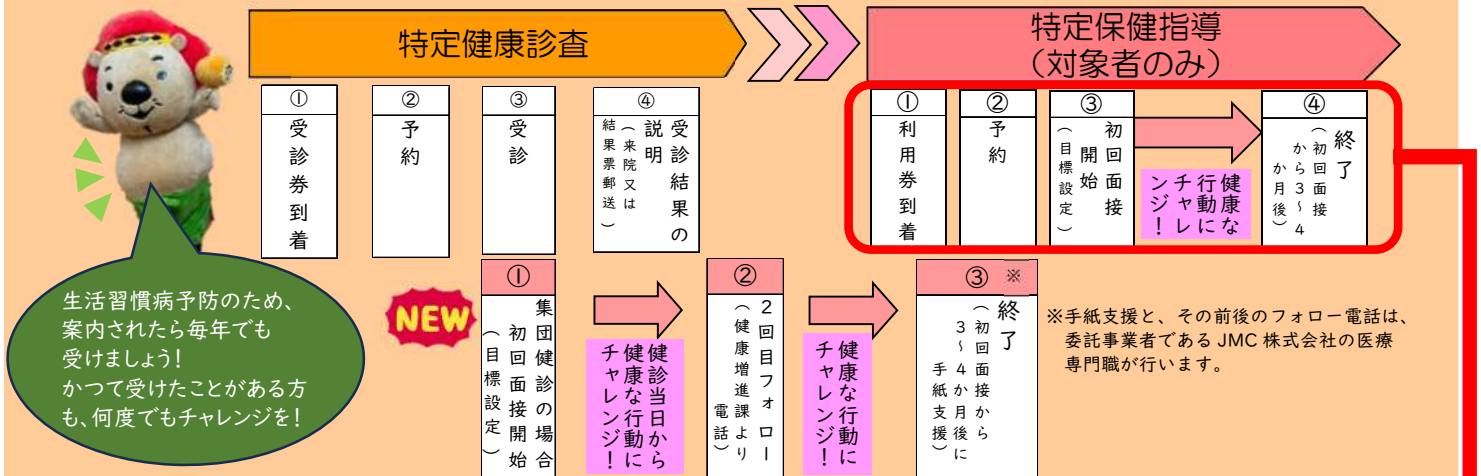
※国民健康保険に限定しない集団健診日もございます。従来通りの集団健診日については、令和8年度「保健事業のご案内」または市ホームページをご参照いただくか、下記へ直接お問い合わせ下さい。

予約電話：072-752-1551（池田市立休日急病診療所（木曜・土曜は休館））

## 2 特定保健指導

- ・健診の結果から、メタボリックシンドローム（保健指導対象）に該当し、生活習慣の改善で予防効果が期待できる方に、保健師や管理栄養士等が生活習慣を見直すサポート「特定保健指導」を実施します。
- ・メタボリックシンドロームとは、内臓肥満に高血圧、高血糖、脂質代謝異常などが組み合わさることにより、心臓病や脳卒中など重篤な疾患になりやすい病態のことです。
- ・対象となった方には、健診を受診してから約3か月後に個別通知をお送りします。

### ☆特定健康診査から特定保健指導への流れ☆



☆特定保健指導は、忙しい方でも参加しやすいよう4つの方法から選択できます。  
詳しくは、下記をご覧ください。（休日急病診療所の集団健診当日に初回面談を受けた方は、下記からは選べません。）

### 1 個別面談(市役所など)

市役所内の個室などで保健師や管理栄養士と面談します。  
カロリー茶碗など健康に役立つ参加特典もあります。（JMC株式会社に業務委託）



### 2 医療機関で面談（動機づけ支援のみ。積極的支援の方は選択できません）

下記の「特定保健指導実施医療機関」で面談します。  
また、下記に記載のない医療機関であっても、自院で特定健診を実施した方のみ保健指導が可能な医療機関もあります。

（令和8年3月現在）



|               |            |           |        |
|---------------|------------|-----------|--------|
| あくたがわクリニック    | いけだ東山クリニック | 尾松医院      | 黒田医院   |
| たなべ循環器内科クリニック | 原クリニック     | 堀口循環器内科   | 本町診療所  |
| 松原内科          | むなかたクリニック  | マックシール翼病院 | 市立池田病院 |

### 3 イベント型特定保健指導

健康計測や健康体操などを体験できる、グループ型の特定保健指導です。  
一人ではなく集団で学びたい方におすすめ。（JMC株式会社に業務委託）



### 4 個別面談(オンライン)

★令和6年度終了者の約60%が  
体重-2kg、腹囲-2cmを  
大幅に上回って目標達成！



スマホ等を使った、オンラインでの管理栄養士等との個別面談。無償提供される体組成計で自身のヘルスデータをスマホに登録・確認しながら、期間中に無償利用できるchocoZAPを活用し、運動習慣の定着や健康状態の改善をめざします。平日の日中忙しい方におすすめ。（RIZAP株式会社に業務委託）

★いずれの方法でも初回面談から最終評価までの期間は約3～4か月。1回の面談で完了するものではありません。

※特定保健指導は、メタボリックシンドローム判定基準の追加リスクの数や組み合わせ、年齢によって「積極的支援」と「動機づけ支援」の2種類に分けられます。どちらの支援に該当するかは対象者へ個別にお知らせします。  
医療機関での特定保健指導は「動機づけ支援」のみ受け入れていただいております。

# 池田市国民健康保険特定健康診査実施機関

(令和8年3月現在)

| 医療機関名           | 所在地                       | 電話       | 医療機関名                   | 所在地                          | 電話       |
|-----------------|---------------------------|----------|-------------------------|------------------------------|----------|
| あくたがわクリニック      | 五月丘2-2-2                  | 748-4159 | たむら内科・消化器内視鏡クリニック       | 旭丘1-4-9<br>池田あさひ丘クリニックビル2F   | 762-1100 |
| 旭ヶ丘ホリクリニック      | 旭丘2-10-2                  | 762-5085 | つじ医院                    | 石橋4-20-8                     | 763-5888 |
| 天野内科循環器科        | 上池田1-1-25<br>パティオ池田1F     | 750-2770 | つねとし内科クリニック             | 石橋2-12-2                     | 761-1175 |
| いけだ東山クリニック      | 東山町546                    | 753-6010 | つのおか循環器内科クリニック          | 呉服町1-1<br>パティオ池田1F136        | 750-6610 |
| いしこ循環器内科クリニック   | 天神2-3-13<br>カーサ天神A-1      | 760-0145 | 中川内科医院                  | 石橋1-11-7                     | 761-1267 |
| いそがい整形外科クリニック   | 石橋2-12-13<br>エクセルハイツ1F    | 760-5000 | 中西クリニック                 | 住吉1-4-1                      | 760-0500 |
| 井上クリニック         | 呉服町8-22                   | 751-0203 | 中原医院                    | 井口堂3-4-28                    | 761-1003 |
| 打田医院            | 五月丘5-4-1                  | 751-0782 | 西村内科                    | 栄町8-10<br>池田栄町ガーデンハウス1F101号  | 748-1333 |
| 大里クリニック         | 上池田1-8-13                 | 753-2553 | 蓮尾胃腸内視鏡クリニック            | 呉服町3-9<br>パティオ池田駅前1F         | 752-2936 |
| 小川内科            | 緑丘1-2-8                   | 753-7002 | はやしばら整形外科               | 宇保町5-8                       | 753-2333 |
| 尾松医院            | 豊島北2-3-16                 | 760-5055 | 原医院                     | 石橋4-17-26                    | 762-3282 |
| 数井医院            | 伏尾台3-4-1<br>伏尾台センター1F     | 753-7318 | 原クリニック                  | 城南3-1-15<br>ザ・ライオンズ池田I棟101-7 | 750-1011 |
| 勝田クリニック         | 井口堂1-10-7                 | 760-2626 | 伏尾クリニック                 | 伏尾町12-2                      | 754-2838 |
| かとうクリニック        | 畑2-4-3<br>エルガソ村上101-1     | 753-7245 | 藤谷医院                    | 石橋1-22-13                    | 761-1296 |
| くれはの里レディースクリニック | 旭丘2-4-17                  | 748-1122 | 堀口循環器内科                 | 室町2-2                        | 753-3090 |
| 黒田医院            | 旭丘1-1-29                  | 761-7007 | 堀口整形外科医院                | 室町2-1                        | 752-1420 |
| 河野医院            | 渋谷2-5-11                  | 751-5805 | 本町診療所                   | 栄本町9-4                       | 751-1331 |
| こじまクリニック        | 菅原町1-1<br>池田市中央公民館1F      | 751-3385 | 前川外科整形外科                | 鉢塚3-10-19                    | 761-8533 |
| さく内科クリニック       | 緑丘2-8-16<br>池田みどり丘クリニック1F | 736-8705 | 松原内科                    | 城南2-3-1-201                  | 753-1630 |
| さやまクリニック        | 井口堂1-9-26<br>アーユス井口堂1F    | 762-1773 | 松本クリニック                 | 城南3-1-15<br>ザ・ライオンズ池田I棟101-6 | 754-2800 |
| 島田クリニック         | 神田1-17-13<br>高木マンション1F    | 750-2777 | むなかたクリニック               | 鉢塚3-15-10<br>クロス鉢塚2F         | 739-8080 |
| 白水内科            | 石橋2-16-7                  | 761-1000 | やまだクリニック                | 室町7-12                       | 752-1001 |
| すぎもとクリニック       | 菅原町2-8<br>ブルーらいけだ2F       | 751-7776 | 池田回生病院                  | 建石町8-47                      | 751-8001 |
| 多田内科            | 新町4-5                     | 753-2087 | マックシール翼病院<br>(健康管理センター) | 天神1-5-22                     | 763-5105 |
| たなべ循環器内科クリニック   | 豊島北2-3-12<br>サン・エール池田101  | 761-2353 | 休日急病診療所(★)              | 城南3-1-18<br>市立池田病院 東館1階      | 752-1551 |

※特定健康診査は、受診券が届きしだい受診することができます。

★休日急病診療所での特定健康診査は、受診できる日程が決まっておりますので、直接お問い合わせください。



休日急病診療所は、バス停が近く、駐車場もあって便利です。  
(市立池田病院の駐車場を利用できます。)  
かかりつけ医がいなくて受診場所に迷ったら、ここを選択!

■池田市国民健康保険の特定健診・特定保健指導に関するお問い合わせ

池田市 健康福祉部 健康増進課 072-754-6032