宮崎市健康診査受診券を利用した 健(検)診の受け方

【重要】令和8年度から、はがきでの申込受付を終了します。
今後は、24時間いつでも申込可能な「インターネット申込」、または「電話申込」をご利用ください。
はがきによるお申込みをご利用いただいていた皆様にはご不便をおかけいたしますが、予約整理の効率化のため、何卒ご理解とご協力をお願い申し上げます。

健診の流れ～申込から結果通知まで～

Step１　まずは、自分が受ける健診項目を確認(受診券・健診一覧 P2参照)
Step２　健診を申込む

流れ ＼ 健診の種類	個別健診 (申込先：指定医療機関) 結核・肺がん検診は実施なし	集団健診 (申込先：宮崎市)　健診日程は裏面参照 胃カメラ・乳がん検診(超音波検査のみ・無料クーポン)・肝炎ウイルス検査は実施なし
① 健診を申し込む	同封の医療機関一覧(みず色)で受診する項目・医療機関を選ぶ 医療機関一覧（市HP） ↓ 医療機関に直接予約	スマホで簡単申込！ 24時間申込可能 深夜・早朝・土日もOK 日程の選択可能 申込フォーム（市HP） 電話で申込 0985-25-2111 （市コールセンター）平日 8:00～17:15 ※混み合う場合があります
② 健診キットが届く	健診キットを受け取る方法や時期は医療機関で異なる ※詳しくは予約した医療機関に確認	日程の案内と健診キットを封入した封筒（灰色）が申込した健診日の**1週間前**を目安に届く
③ 健診を受診	受診時に必要なもの：**健康診査受診券、マイナ保険証等** 集団健診の場合は健診キット内の案内文書に記載された受付時間や注意事項等を確認の上、受診 個別健診の場合は医療機関の案内等を確認の上、受診	
④ 健診結果が届く	医療機関での説明または郵送 ※詳しくは受診した医療機関に確認	**健診の3～4週間後**に受診者全員に郵送 ※特定健診・後期高齢者健診は**オレンジ色の封筒**で、がん検診等は灰色の封筒でそれぞれ郵送するため、結果が届く時期が異なる場合あり

自己負担金の免除（必ず受診前にご確認ください）

下記に該当する方で、「がん・骨粗しょう症検診」、「歯科健康診査（ドック）」の健診対象の方は、自己負担金が免除になります。
免除を希望する場合は、**受診前**に必要なものをご準備ください。

※各健診の対象は［本紙：2ページ］でご確認ください。

免除対象者	受診時に提示が必要なもの
後期高齢者医療制度の被保険者	保険加入状況が分かるもの（マイナ保険証・有効期限内の宮崎県後期高齢者医療資格確認書など）
生活保護世帯の方	生活保護受給証
市民税非課税世帯の方	令和8年度自己負担金免除通知書 ※申請方法については右記参照

※自己負担金免除通知書の申請方法

令和８年６月１日以降に申請できます。
「自己負担金免除通知書」の発行は、**受診前に申請が必要**です。

●オンライン申請（初回利用はスマート申請の登録が必要）
※申請からお手元に届くまでに２週間程度かかりますので
お急ぎの方は窓口で申請してください。

●窓口申請　※別世帯の方が申請する場合は本人からの委任状が必要です。
【受付時間】　８：４５～１６：３０
【必要なもの】　この受診券、本人確認書類
【申請場所】
・市中央保健センター（市保健所1階）　☎82－6650
・佐土原保健センター　☎73－1115
・高岡福祉保健センター「穆園館」　☎82－5294
・清武保健センター　☎85－1144

●年齢や健診当日に加入されている健康保険の種類で、受診できる項目が異なります。
健診一覧（下記）や同封の「令和８年度 宮崎市健康診査受診券」をご確認ください。
●対象者の年齢は、年度末年齢（令和９年３月末時点での年齢）です。
●後期高齢者医療制度の被保険者は、後期高齢者健診・各種がん検診が全て無料です。
●がん検診は加入保険にかかわらず、受診券を利用して受診できます。

受診券が利用できる健診一覧

【実施期間】令和８年６月～令和９年３月
（特定健診・後期高齢者健診は令和９年２月まで）

	健(検)診名		内　容	対象者（年度末年齢）	自己負担金 個別健診	自己負担金 集団健診	注意事項
①	特定健康診査		計測、血圧測定、診察、尿検査、血液検査（脂質、血糖、肝機能、腎機能、貧血） ※医師の判断で心電図・眼底検査あり（後期健診は心電図検査のみ） ※既定の検査項目は実施必須	35歳以上の宮崎市国民健康保険加入者 ※40～74歳の生活保護受給者 注１	無　料 注２	無　料	・原則食事を抜いた状態での検査になります（食後でも可）。 ・指定の医療機関で「人間ドック」にかかる費用のうち、特定（後期）健診分の助成があります。 ・年度末年齢75歳の人は、健診当日の年齢で、特定健診か後期高齢者健診のどちらかを年１回受けます。 ※社会保険など左記以外の保険にご加入の方は、加入している保険者へお問い合わせください。 ※特定健診は、検査結果によって特定保健指導のご案内をします。自己負担金は無料です。 注１）「生活保護者等健康診査」として受診できます。 注２）健診項目以外の検査や処方を除く。
	後期高齢者健康診査			宮崎県後期高齢者医療制度被保険者 ※75歳以上の生活保護受給者 注１			
②	胃がん検診 いずれかひとつ	バリウム検査（X線検査）	バリウムと発泡剤を飲み、レントゲン撮影	50歳以上の奇数年齢（51、53、55歳…）	2,700円	1,000円	・食事を抜いた状態での検査です。
		胃内視鏡検査（胃カメラ）	鼻や口からカメラを飲み、胃の中を調べる	50歳以上の偶数年齢（50、52、54歳…）	3,000円	実施なし	・食事を抜いた状態での検査です。 ・麻酔で眠っている間での検査は行いません。 ・事前の確認で、検査が受けられない場合があります(治療中等)。
③	大腸がん検診		便自己採取（２日間）	40歳以上	500円	500円	・便の中に血液が含まれるか調べます。 ・月経時は正しい検査結果が出ないことがあるため受診できません。
④	結核・肺がん検診		胸部レントゲン撮影	40歳以上	実施なし	無　料	・65歳以上の人は、結核検診は年１回の義務です。 ・痰の検査は令和7年度をもって終了しました。 ・地区巡回バスやフリー検診でも受診できます。 ・喫煙者は非喫煙者に比べて男性で約4倍、女性は約3倍肺がんになりやすいです。受動喫煙も肺がんのリスクを2～3割程度高めます。
⑤	子宮頸がん検診 いずれかひとつ	細胞診検査	子宮頸部の細胞採取	20歳以上の女性	1,500円	1,000円	・月経時は、検査結果が出ないことがあるため受診できません。 ・個別健診のみ、医師の判断に応じて子宮体がん検診を追加で実施します（1,000円の自己負担追加あり）。 ※子宮頸がん検診は国が2年に1回の検診を推奨していますが、宮崎市では1年に1回受診できます。 ★対象の方へ無料クーポンを直接郵送します。
		細胞診検査 ★無料クーポン対象		21歳の女性（H17.4.2～H18.4.1生）	無　料	無　料	
		細胞診＋HPV検査	子宮頸がん原因ウイルス（ヒトパピローマウイルス）の確認	25歳から3歳ごとの女性（25・28・31・34・37・40・43・46・49・52・55・58・61・64歳･･･）	2,500円	2,000円	・細胞診・ＨＰＶ両方の検査が「異常なし」の場合、次回の検診は３年後になります。 ・64歳以上で細胞診・ＨＰＶ両方の検査が「異常なし」の場合は、今後の子宮頸がん検診は不要です。
⑥	乳がん検診 いずれかひとつ	（視触診）＋超音波検査	エコー検査	30歳以上の女性	2,000円	実施なし	・ペースメーカー装着中の方や豊胸手術を受けたことのある人等は検査できません。 ・妊娠中、授乳中の人は、主治医にご相談ください。 ・個別健診のみ、医師の判断に応じて視触診を実施します。 ・無料クーポンを使用する場合は、マンモグラフィのみの検査となります。 超音波検査は受けられません。 ★対象の方へ無料クーポンを直接郵送します。
		（視触診）＋マンモ検査 ★無料クーポン対象	マンモグラフィ検査 乳房全体のレントゲン撮影	41歳の女性（S60.4.2～S61.4.1生）	無　料	実施なし	
		（視触診）＋超音波＋マンモ検査	超音波とマンモの両方	40歳以上の奇数年齢の女性	4,000円	3,000円	
⑦	骨粗しょう症検診		超音波検査等による骨量測定	40・45・50・55・60・65・70歳の女性	1,400円 ※70歳のみ無料	500円 ※70歳のみ無料	・集団健診は、踵（かかと）での超音波検査のみです。 ・個別健診での検査方法は、医療機関ごとに異なるため、医療機関へ直接確認してください。
⑧	肝炎ウイルス検査		血液検査 B型・C型肝炎ウイルス感染確認	年齢制限なし ※過去の受診歴のない人	無　料	実施なし	・医療機関へ直接予約してください。
⑨	歯科健康診査（ドック）		歯科健診、ブラッシング指導 歯のクリーニング等	20・25・30・35・40・45・50・55・60・65・70歳	500円 ※70歳のみ無料	実施なし	・医療機関へ直接予約してください。 ★対象の方へ歯科健康診査受診券を直接郵送します。

宮崎市は、がんの死亡率を減らし、市民の命を守るため、①科学的根拠のある検診、②適切な精度管理、③受診率向上、この3つの取り組みを医師会等と一緒に強化していきます。

●以下の検診については、死亡率減少効果を判断する証拠が不十分であり、国は推奨していないため、市が行う対策型検診としては終了いたします。
今後、個人で検査を希望する場合は全額自己負担となりますので、かかりつけ医と相談し、ご自身が検査の利益・不利益を理解したうえで検査を受けるか判断してください。
・前立腺がん検診（PSA検査）　令和６年度（令和７年３月31日）をもって終了
・胃がんリスク検査（ABC検査）　令和７年度（令和８年３月31日）をもって終了
●宮崎大学整形外科との共同で行っていたロコモ検診については、宮崎大学の事業終了に伴い、令和７年度をもって終了となりました。

令和８年度 集団健診のご案内

【実施内容】
『特』：特定健診、後期高齢者健診　『バ』：胃がんバリウム検査
『大』：大腸がん検診　『肺』：結核・肺がん検診
『子』：子宮頸がん検診　『骨』：骨粗しょう症検診
※胃がん検診（内視鏡検査）、肝炎ウイルス検査は集団健診では受診できません。指定医療機関に直接ご予約ください。

《集団健診》 要予約

【実施時間】 午前中（一部日程で午後、夜間実施あり）
※受付時間は、健診キットにて申込者に直接ご案内します。

会　場	日　程	実施内容					
宮崎市保健所（宮崎駅東1丁目）	8月18日（火）	特	バ	大	肺		骨
	9月15日（火）	特	バ	大	肺	子	骨
	9月29日（火）	特	バ	大	肺	子	骨
	10月 6日（火）	特	バ	大	肺	子	骨
	11月16日（月）	特	バ	大	肺		骨
	1月19日（火）	特	バ	大	肺	子	骨
	2月17日（水）	特	バ	大	肺	子	骨
	2月18日（木）	特	バ	大	肺	子	骨
	2月19日（金）	特	バ	大	肺	子	骨
県総合保健センター 2階（霧島1丁目） 夜間は17:00～19:00	8月17日（月）	特	バ	大	肺	子	骨
	8月19日（水）	特	バ	大	肺	子	骨
	8月30日（日）	特	バ	大	肺	子	骨
	9月 6日（日）	特	バ	大	肺	子	骨
	9月 9日（水）	特	バ	大	肺	子	骨
	9月9日(水)夜間			大	肺	子	骨
	9月27日（日）	特	バ	大	肺	子	骨
	10月14日（水）	特	バ	大	肺	子	骨
	10月17日（土）	特	バ	大	肺	子	骨
	10月26日（月）	特	バ	大	肺	子	骨
	11月 7日（土）	特	バ	大	肺	子	骨
	11月 9日（月）	特	バ	大	肺	子	骨
	11月29日（日）	特	バ	大	肺	子	骨
	12月 7日（月）	特	バ	大	肺	子	骨
	12月14日（月）	特	バ	大	肺	子	骨
	12月20日（日）	特	バ	大	肺	子	骨
	12月21日（月）	特	バ	大	肺	子	骨
	1月 7日（木）	特	バ	大	肺	子	骨
	1月16日（土）	特	バ	大	肺	子	骨
	1月27日（水）	特	バ	大	肺	子	骨
	2月 7日（日）	特	バ	大	肺	子	骨
市総合福祉保健センター（花山手） ※市民文化ホール横 午後は13:30～15:30	8月25日（火）	特	バ	大	肺	子	骨
	8月25日(火)午後			大	肺	子	
	8月26日（水）	特	バ	大	肺	子	骨
	9月10日（木）	特	バ	大	肺	子	骨
	9月11日（金）	特	バ	大	肺	子	骨
	11月24日（火）	特	バ	大	肺	子	骨
	11月25日（水）	特	バ	大	肺	子	骨
	12月15日（火）	特	バ	大	肺	子	骨
	12月16日（水）	特	バ	大	肺	子	骨
	12月22日（火）					子	
	1月20日（水）					子	
	1月28日（木）	特	バ	大	肺	子	骨
	1月29日（金）	特	バ	大	肺	子	骨

会　場	日　程	実施内容					
住吉地区交流センター（旧住吉公民館）	10月24日（土）	特	バ	大	肺		骨
	10月31日（土）	特	バ	大	肺	子	骨
佐土原地域福祉センター（佐土原町東上那珂）	9月16日（水）	特	バ	大	肺	子	骨
	9月17日（木）	特	バ	大	肺	子	骨
	9月18日（金）	特	バ	大	肺	子	骨
佐土原西体育館（佐土原町上田島）	10月21日（水）	特	バ	大	肺	子	骨
	10月22日（木）	特	バ	大	肺	子	骨
	10月23日（金）	特	バ	大	肺		骨
佐土原保健センター（佐土原町下田島）	9月 2日（水）	特	バ	大	肺	子	骨
	9月 3日（木）	特	バ	大	肺	子	骨
	9月 4日（金）	特	バ	大	肺		骨
	9月 7日（月）	特	バ	大	肺	子	骨
	9月 8日（火）	特	バ	大	肺	子	骨
	10月27日（火）	特	バ	大	肺	子	骨
	10月28日（水）	特	バ	大	肺	子	骨
	12月 9日（水）	特	バ	大	肺	子	骨
	12月10日（木）	特	バ	大	肺	子	骨
佐土原総合文化センター（佐土原町下田島）	11月26日（木）	特	バ	大	肺	子	骨
	11月27日（金）	特	バ	大	肺	子	骨
加納地区交流センター（清武町加納）	11月17日（火）	特	バ	大	肺	子	骨
	11月18日（水）	特	バ	大	肺	子	骨
	11月19日（木）	特	バ	大	肺	子	骨
清武地区交流センター（清武町今泉甲） ※旧大久保小学校跡地	10月15日（木）	特	バ	大	肺	子	骨
	10月16日（金）	特	バ	大	肺	子	骨
	12月 3日（木）	特	バ	大	肺	子	骨
	12月 4日（金）	特	バ	大	肺		骨
	2月 3日（水）	特	バ	大	肺	子	骨
	2月 4日（木）	特	バ	大	肺	子	骨
清武文化会館（清武町西新町） ※清武総合支所横	11月 4日（水）	特	バ	大	肺	子	骨
	11月 5日（木）	特	バ	大	肺	子	骨
	12月17日（木）	特	バ	大	肺	子	骨
	12月18日（金）	特	バ	大	肺	子	骨
	12月23日（水）	特	バ	大	肺	子	骨
	12月24日（木）	特	バ	大	肺	子	骨
田野地区交流センター（旧田野公民館）	10月 7日（水）	特	バ	大	肺	子	骨
	10月 8日（木）	特	バ	大	肺	子	骨
	10月 9日（金）	特	バ	大	肺		骨
	11月11日（水）	特	バ	大	肺	子	骨
	11月12日（木）	特	バ	大	肺	子	骨
	11月13日（金）	特	バ	大	肺	子	骨

会　場	日　程	実施内容					
高岡地区交流センター（高岡地区農村環境改善センター）（高岡町内山） ※高岡総合支所敷地内	8月28日（金）	特	バ	大	肺	子	骨
	8月31日（月）	特	バ	大	肺		骨
	9月24日（木）	特	バ	大	肺	子	骨
	9月25日（金）	特	バ	大	肺		骨
	9月30日（水）	特	バ	大	肺		骨
	10月 1日（木）	特	バ	大	肺		骨
	10月 2日（金）	特	バ	大	肺	子	骨
	10月 5日（月）	特	バ	大	肺		骨
生目の杜遊古館（大字跡江）	10月29日（木）	特	バ	大	肺	子	骨
北地区交流センター（旧西部地区農村環境改善センター）	10月30日（金）	特	バ	大	肺		骨
赤江東地区交流センター（恒久６丁目）	11月20日（金）	特	バ	大	肺		骨
東大宮小学校（大島町）	11月21日（土）	特	バ	大	肺	子	骨
青島地域総合センター（青島西２丁目）	12月 1日（火）	特	バ	大	肺		骨
県武道館（大字熊野）	12月 8日（火）	特	バ	大	肺	子	骨

《乳がん集団【超音波＋マンモ】》 要予約

※他の集団・フリー検診とは同時実施していません。
※集団健診では、超音波検査のみや、無料クーポン券での受診はできません。指定医療機関に直接ご予約ください。

会　場	日　程	時間帯
宮崎市保健所（宮崎駅東1丁目）	12月 8日（火）　2月18日（木）	13:00～15:30
県総合保健センター 2階（霧島１丁目）	9月 6日（日）　10月 3日（土） 11月 7日（土）　11月15日（日） 12月20日（日）　1月16日（土） 2月 7日（日）	9:00～11:30 13:00～15:30
	8月24日（月）　10月28日（水） 1月7日（木）	13:00～15:30 17:00～19:30 ※夜間検診
市総合福祉保健センター（花山手） ※市民文化ホール横	8月 5日（水）　11月17日（火） 12月10日（木）　1月13日（水）	9:00～11:30 13:00～15:30
佐土原保健センター（佐土原町下田島）	8月20日（木）　8月31日（月） 10月 5日（月）　12月16日（水）	9:00～11:30 13:00～15:30
	1月19日（火）	9:00～11:30
	9月11日（金）　11月27日（金）	13:00～15:30
清武保健センター（清武町西新町）	8月18日（火）　11月16日（月） 12月 9日（水）	9:00～11:30 13:00～15:30
	9月15日（火）　10月 6日（火） 2月 5日（金）	9:00～11:30
	11月 6日（金）　11月12日（木）	13:00～15:30
田野総合支所前（田野町甲）	10月20日（火）	9:00～11:30 13:00～15:30
高岡地区交流センター（高岡地区農村環境改善センター）（高岡町内山）	8月27日（木）	9:00～11:30
	9月24日（木）　12月17日（木）	13:00～15:30

《結核・肺がんフリー検診》

※こちらの日程は車いす対応可能　予約不要

会　場	日　程		時間帯
宮崎市保健所（宮崎駅東1丁目）	7月31日（金） 10月21日（水）	8月21日（金） 12月2日（水）	9:00～11:00
県総合保健センター 2階（霧島１丁目）	8月19日（水） 9月16日（水） 10月26日（月） 11月25日（水） 12月14日（月） 1月15日（金） 3月1日（月）	9月2日（水） 10月7日（水） 11月18日（水） 12月7日（月） 12月21日（月） 2月8日（月）	13:30～14:30
市総合福祉保健センター（花山手） ※市民文化ホール横	6月16日（火） 10月13日（火）	6月30日（火） 1月26日（火）	9:00～11:00

結核・肺がん健診は、地区巡回バスでも実施しています。
（自治会便でちらし送付）
市ホームページでも日程を公開しています。

集団健診の申込みで よくある質問

Q 受付時間を知りたい

A 申込み時点では受付時間は指定できません。健診日1週間前に届く「健診のお知らせ」でご確認ください。

Q 健診はどのくらい時間がかかる？

A 健診は午前中で終わります。（午後・夜間を除く）当日の受診者や健診項目により所要時間は変わります。

Q 希望した日が空いていない。

A 申込みは先着順になります。
定員になり次第、締切りますので早めの申込みをお願いします。

Q 保険の種類が変わった（国保↔社保等）

A 健診当日に宮崎市国保に加入している方のみ『宮崎市』の「特定健診」が受診できます。