

川崎市 こくほの健診

(35歳～39歳健診)

35歳から39歳までの
川崎市の国民健康保険加入者
を対象に健診を
実施します。

健康に自信がある方も、
おなか周りが気になり始めた方も、
この機会に受けてみましょう！

生活習慣病の早期発見と予防のための
健診で、40歳～74歳の加入者に実
施している「特定健康診査」及び「特定
保健指導(動機付け支援)」と同じ内容
になっています。

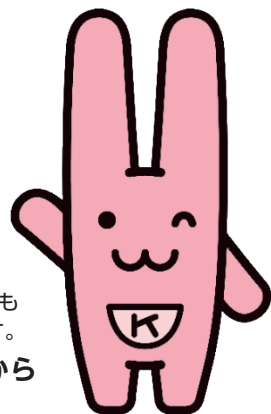
〈実施期間〉 令和8年10月1日から令和9年3月31日

〈実施場所〉 別紙医療機関名簿の医療機関

〈自己負担金〉 無料



土日・夜間受診や
WEB予約が可能な
医療機関情報についても
市HPに掲載しています。
←詳細はこちらから



忙しいから受けるのが
面倒だな…

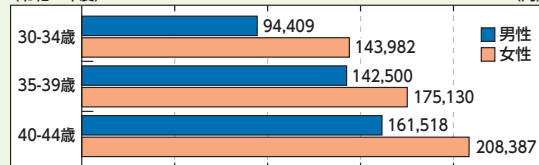
健診のメリット

生活習慣病のリスクを 早期発見できる！

糖尿病や脂質異常症などの生活習慣病は
自覚症状が現れた時には
既に**重症化**の恐れがあります。
健診は今の自分の健康状態を知り、
生活習慣病の芽を見つける
1年に一度のチャンスです。
この機会を逃さずに受診しましょう。

市国民健康保険の
被保険者一人当たりの医療費を
男女年齢階層別にみると、
年齢が上がるとともに増加しています。
生活習慣病を発症前・早期の段階で
発見・予防するために
健診を受診しましょう。

男女年齢階層別 被保険者一人当たりの医療費
(令和4年度) (円)



川崎市こくほの健診のお問合せ先: 川崎市がん検診・特定健診等コールセンター
(35歳～39歳健診)

平日 8時30分～17時15分 第2・第4土曜日 8時30分～12時30分

☎044-982-0491

※年末年始は除きます。 ※通常の通話料がかかります。
※健診のお申込みの電話番号ではありません。
健診のお申込みは直接医療機関にお問合せください。

健診受診の流れ

① 医療機関へ予約する。



同封の「医療機関名簿」から
好きな医療機関をひとつ選び、
直接ご予約ください。

※1月～3月は医療機関が大変混み合い予約が
困難になります。ご予約はお早めに。

② 健診に行く。

【当日の持ち物】

① 受診券

② 下記いずれかの資格確認書類

- ・健康保険証利用登録済みの
マイナンバーカード(マイナ保険証)
- ・川崎市国民健康保険の資格確認書

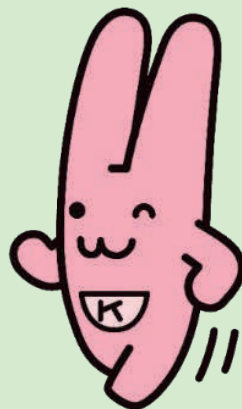
【必須健診項目】

- 問診(服薬歴、喫煙歴など)
- 身体計測(身長、体重、BMI、腹囲)
- 理学的所見(身体診察)
- 血圧測定
- 血液検査
 - ・脂質検査(中性脂肪、HDLコレステロール、LDLコレステロール)
 - ・肝機能検査(AST(GOT)、ALT(GPT)、 γ -GT(γ -GTP))
 - ・血糖検査(ヘモグロビンA1c)・痛風検査(尿酸)
 - ・腎機能検査(血清クレアチニン)
- 尿検査(尿糖、尿蛋白、尿潜血)

【詳細な健診項目】

- 貧血検査
- 心電図検査
- 眼底検査

※一定の基準に該当した方のみ実施(希望制ではありません。)



川崎市では、健診を多くの方に受診していただくために、
手紙、電話、SMSによる受診勧奨を行っています。
勧奨が不要な方はこちらの二次元コードから勧奨の停止が可能です。



健診の結果、生活習慣の改善が
必要と診断された方も安心！

保健指導が無料で
受けられます！

健診を受けた医療機関からの案内に
より保健指導が始まります。
専門職から個別の支援を受けて、
生活習慣の改善に取り組みましょう。

こちらも併せてご利用ください！

かわさきTEKTEK



かわさきTEKTEKは歩いて貯めたポイントで
市立小・中学校等を応援するアプリ。
学校ではそのポイントに応じた応援金で
子ども達の学校生活を充実させます。
日常生活の歩数でもポイントが貯まるので、
歩いて子ども達を応援しよう！

詳細はこちらから➡

