

### あなたのカラダをチェック！ 健康診査・各種がん検診などが始まります

6月中旬に緑色(おとなの歯科検診・お口の元気度チェックの封筒はうぐいす色)の封筒で受診券シールを送付しますので、受診しましょう。



▲健康診査

▲各種検診・検査

○区内医療機関で受診できる検診 ※区内医療機関は右記二次元コードまたは封筒の中の案内を確認


- 胃がん(内視鏡) 胃がん(バリウム)・肺がん 大腸がん 子宮頸がん 乳がん 前立腺がん
- 胃がんリスク層別化検査 健康診査 眼科検診 おとなの歯科検診 お口の元気度チェック



▲医療機関名簿(PDF)

詳細は封筒の中の検診・検査ガイドをご覧ください

○区内検診車・区外検診機関で受診できる検診と申込方法

| 受診場所                                  | 種類              | 実施期間                    | 申込期間      | 申込方法                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|---------------------------------------|-----------------|-------------------------|-----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 検診車<br>(下表の5会場)                       | 胃がん(バリウム)・肺がん検診 | 8/1(土)～<br>令和9年3/20(土)  | 6/22(月)から | <p><b>電話</b> (公財)東京都予防医学協会<br/>☎0120-489-559<br/>(月～金曜9:00～17:00※祝日除く)</p> <p><b>専用HP</b> </p> <p>▲予約専用HP</p> <p><b>電話</b> (医社)こころとからだの元気プラザ<br/>☎03-5645-8371 (月～金曜8:30～17:00※祝日除く)</p> |
| (公財)東京都予防医学協会<br>(新宿区市谷砂土原町1-2)       |                 | 7/13(月)～<br>令和9年3/31(水) |           |                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| (医社)こころとからだの元気プラザ<br>(千代田区神田神保町1-105) |                 |                         |           |                                                                                                                                                                                                                                                                             |

○胃がん(バリウム)・肺がん検診 検診車の日程(下表)をご確認ください(8～10月分)

検診車による胃がん(バリウム)・肺がん検診は申込制です。必ず下表で会場と日程を確認したうえで、上記申込方法でご予約ください。 ※予約開始日は電話が大変混み合います。つながらない場合は時間をおいておかけ直してください 区内在住の40歳以上の方 ※50・60歳代の偶数年齢の方は、胃がん(内視鏡)検診か胃がん(バリウム)検診のいずれか1つを選択 胃がん(バリウム)検診500円、肺がん検診800円 ※前年度住民税非課税者、生活保護受給者等は無料

関保健所健康推進課健康づくり係(こちらでは予約できません)

☎03-3647-9487

☎03-3615-7171



▲胃がん(バリウム)検診



▲肺がん検診

| 実施月        | 8月                  |                | 9月                   |                | 10月                  |                      |
|------------|---------------------|----------------|----------------------|----------------|----------------------|----------------------|
|            | 胃がん(バリウム)<br>(午前のみ) | 肺がん<br>(午前・午後) | 胃がん(バリウム)<br>(午前のみ)  | 肺がん<br>(午前・午後) | 胃がん(バリウム)<br>(午前のみ)  | 肺がん<br>(午前・午後)       |
| 健康センター     | 1日(土)★、4日(火)、7日(金)  | 1日(土)★         | 8日(火)、11日(金)、19日(土)★ | 1日(火)、19日(土)★  | 2日(金)、17日(土)★、27日(火) | 9日(金)、17日(土)★、23日(金) |
| 総合区民センター   | 26日(水)              | 13日(木)         | 9日(水)、16日(水)         |                | 1日(木)、29日(木)         | 8日(木)                |
| 深川南部保健相談所  | 28日(金)              | 31日(月)         | 14日(月)               | 7日(月)          | 30日(金)               | 6日(火)                |
| 東砂福祉会館     | 5日(水)、24日(月)        | 17日(月)         | 18日(金)               | 28日(月)         | 26日(月)               |                      |
| 豊洲シビックセンター | 6日(木)、25日(火)        | 14日(金)、27日(木)  | 10日(木)、17日(木)        | 15日(火)、25日(金)  | 5日(月)、28日(水)         | 7日(水)                |

★8/1(土)、9/19(土)、10/17(土)は健康センターで午前中に胃がん(バリウム)・肺がん検診を同時に受診できます(肺がんは終日実施)

健診の結果、必要と思われる方へ  
特定保健指導をご案内

江東区国民健康保険加入の方で、健康診査の結果、生活習慣改善の必要性が高いと判断された方に特定保健指導のお知らせを送付します。管理栄養士など専門スタッフが生活習慣改善に向けたアドバイスなどを行いますので、ぜひご利用ください。

関医療保険課医療保健係 ☎03-3647-8516 ☎03-3647-8443

## こうとう 健康チャレンジ

楽しく歩いて健康に!



ポイント獲得期間

6月5日(金)～  
12月31日(木)

参加費無料

18歳以上の区民対象

※景品内容は変更になる可能性があります

健康 ▶  
スポーツ公社  
HP 

Point 1 あなたのカラダ情報がひと目でわかる

歩数や食事、運動、体重、血圧などの情報をいつでもスマホでチェック

Point 2 最先端AI技術で健康をサポート

健康維持のためのプログラムや食事アドバイスなどの情報を提供

Point 3 ゲーム感覚で楽しく続けられる



ウォークラリー

ごはんで育成ゲーム

Point 4 幅広い世代の方に人気のコンテンツ

ヘルシーレシピや生活習慣病の情報など多彩なコンテンツを用意

Point 5 ポイントを貯めて景品をゲット

応募は期間中2回。抽選でコトミちゃんグッズや図書カードNEXTネットギフトなどが当たる!



登録方法

スマートフォンにアプリをインストール



▲iPhone



▲Android

※Androidの方は「Google Fit」アプリと「ヘルスコネクト」アプリの同期が必要です



▲Google Fit



▲ヘルスコネクト

ポイントを貯める方法(例)

- 毎日アプリを起動
- スマートフォンを携帯して1日1,500歩以上歩く
- アプリに食事内容や体重、睡眠時間を入力
- 江東区の健康づくり事業への参加やスポーツセンターの利用

説明会 [希望者のみ]

アプリの使い方・景品応募方法等の説明会を開催します

景品に応募しよう!

1口5,000ポイント、各回3口まで応募可能

【期間】

1回目:9月1日(火)～20日(日)(景品発送は11月上旬を予定)

2回目:12月15日(火)～令和9年1月15日(金)(景品発送は令和9年3月上旬を予定)

※当選の発表は景品の発送をもって代えさせていただきます。また、景品数は応募状況により変動します

各種イベント・セミナー

デューク更家さんによるウォーキング教室や各種健康セミナーなどを開催します ※詳細は健康スポーツ公社HPをご覧ください