

家族みんな
元気でいたいな!

人間ドックを
受けたい!

お
し
え
て
!



健康づくり 事業団



がん検診は
受けられる?

この子はだれ?

事業団オリジナルキャラクター

ムサシDAN(だん)くん

健康づくりナビゲーターとして、市内外のイベントや健康づくり事業団の
SNSで健康づくり情報を発信中! みんなと一緒に体操するよ☆

公益財団法人 武蔵野健康づくり事業団

事業団って どんなところ？

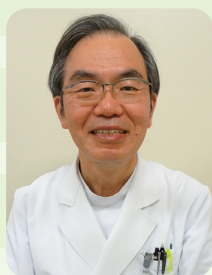
専門的に支援しています

健康で暮らせるように

市民の皆様がずっと

武蔵野健康づくり事業団は、

けんしんのこと おしえて！先生



かわち やすゆき
嘉和知 靖之
武蔵野
健康づくり事業団
附属診療所長

先日、職場の健診に来られた方から「今後“けんしん”と“人間ドック”とどちらを受けた方が良いですか？ 祖父も父も胃がんだったので・・・」と質問を受けました。今回はその違いについてお話ししたいと思います。

まず“けんしん”ですが、辞書で引くと、検診と健診という漢字が出てきます。

「検診」は症状のない人に検査をして特定の病気を早期に発見し治療することが目的です。がん検診（胃がん、肺がん、大腸がん、乳がん、子宮がん）や骨粗しょう症検診などがあります。

「健診」は「健康診断（診査）」の略で、学校や職場で受ける健康診断が代表的です。1年に1回以上実施することが法律で義務づけられています。また生活習慣病予防のために行われている特定健診（いわゆるメタボ健診）などもあります。複数の項目を調べて健康かどうか？ 病

気の危険因子があるか？などを確かめ、異常のある方は生活習慣の改善に取り組んでいただき、病気になるのを防ぐことが目的です。

「人間ドック」も複数の項目を検査しますので健康診断の一種ですが、健診より多くの項目を検査します。また事業団では胃エックス線、肺エックス線検査を、がん検診と同様専門医を交えた複数の医師が診断して精度を保っています。さらに、オプションでご自身の状態に応じた検査項目を追加することも可能です。従って、健診では見つからなかった病気が人間ドックで発見されることも少なくありません。

このようにメリットの多い人間ドックですので費用は個人負担となり、施設によって金額は異なります。

以上おおまかな説明でした。ご心配なことがあれば遠慮なくご相談ください。市民の皆様が健康で暮らし続けることができるよう職員一同でお支えしてまいります。

人間ドックを
受けたい!

人間ドック

健康づくり事業団で実施している人間ドックでは腹部超音波検査、血液検査などを含む基本項目のほか、オプション検査として胸部CT検査、骨密度検査、乳房検査などを行っています。年に一度は受診しましょう。

健康
チェ
ック
が
し
た
い

予防のための健康づくり



職
場
で
の
健
康
診
断
を
受
け
て
い
る
け
ど、
そ
れ
だ
け
で
大
丈
夫
?

料 金 (税込)

武蔵野市民 21,000円 (年度に1回のみ)
(住民登録のあるかた)

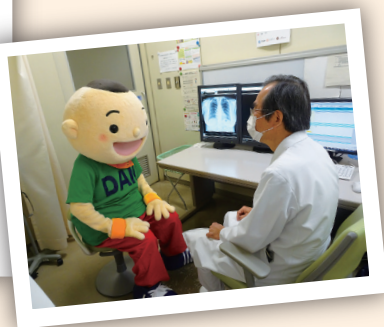
一般 42,600円

※オプション検査を付けることができます (別途料金)
※令和5年4月からキャッシュレス決済ができます

実 施 日 毎週 火・木曜日 (祝日・年末年始を除く)

予 約 2週間前までにお電話 (0422-51-2828)
もしくは事業団窓口 (保健センター2階) へ

一部オプション検査を除き、午前中で検査は終わります。ご希望の方には、検査結果を当日午後または後日に医師からご説明いたします。保健師・管理栄養士による健康相談が受けられます。精密検査が必要な場合には、医療機関への紹介状 (無料) を発行しています。詳しくは、事業団HPをご覧ください。



がん どんな検査が 受けられる？ 検診

Q.

普段健康診断を受けていません。
40歳になりそろそろ何かをしなければと考えているけれど？

A.

武蔵野市では各種検診を行っています。

気になるものから受けてみるのはいかがでしょうか。



気になるところを調べたい

地域医療の支援

事業団で実施している検診のご紹介

当施設では武蔵野市の各種検診等を年間 4,600 件以上* 行っています。

がん検診（無料、乳がん検診のみ 1,000 円）

- 胃がんエックス線・肺がんセット検診
- 40歳からの女性のためのがん検診（乳がん・胃がんエックス線・肺がんセット検診）
- 胃がんエックス線検診
- 肺がん検診
- 大腸がん検診
- 乳がん検診

その他の検診（無料）

- 肝炎（B 型・C 型）ウイルス検診
- 若年層胸部検診
- 骨粗しょう症検診

申込方法・日程等詳細は、
武蔵野市ホームページ、市報むさしの、
「むさしの健康だより」をご覧ください。
<https://www.city.musashino.lg.jp>



検査全般について

- ・乳房検査は女性スタッフの対応が可能です。
- ・託児ありの人間ドックやがん検診を不定期で行っています。
- ・お体が不自由な方にも可能な限り対応しています。ご予約の際にお申し出ください。



さらにはこんなことも

一般の健康診断

市内事業所の健診、診断書発行目的の健康診断を実施しています。

特定保健指導

武蔵野市特定健診や人間ドック等の結果から、生活習慣病のリスクが高いと判定された方に、健康づくりの専門家が食事や運動等生活習慣の改善を支援しています。

依頼検査

市内医療機関からの依頼で、CT 検査、エックス線検査、胃エックス線検査、心電図、超音波検査等を実施し、「かかりつけ医」をサポートしています。
（年間 60 以上の医療機関から 1,300 件以上* の依頼）

*件数は令和 3 年度実績



健康づくり 支援センター

家族みんな
元気で
いたいな！



Q. 健康づくりって何から始めればいいのか？

A. 健康づくり支援センターのホームページへ！

身近に取り組める健康づくり

自分に合った健康づくり
を見つけてみよう



アクセスは
こちらから



- J:COM 武蔵野三鷹
『だんだん活力アップ体操』放映中
- むさしのFM78.2MHz
「むさしの健康もぎたて情報」放送中

健康づくりプログラムを一部紹介！

親子



親子食育ウォーキング
チャレンジキッズ教室ほか

20歳～



ウェルネス・エクササイズ
ウォーキング教室ほか

65歳～



シニアフィット
まると元気力向上教室ほか

全世代



知って得する！カラダのセミナー
腰痛予防教室
健康づくり出前講座ほか

市民の健康づくりを応援する3本の柱

健康づくり支援センターは、専門性と地域とのつながりを活かした3本柱による健康づくり支援を行っています。自分の健康は自分で守ろう！を合言葉に、市民の健康づくりを応援しています！

①健康づくり推進員

地域に密着した健康づくりをお手伝い！オレンジ色のユニフォームが目印！



②健康づくり人材バンク

保健師、栄養士、歯科衛生士、健康運動指導士等専門家が健康づくりをサポート



③健康づくりパートナー

市民の登録制度と民間事業者・団体の2部構成で、皆さんに健康づくり情報をお届けします



健康情報満載の
メルマガをお届けします。
(月2回程度)

メールマガジン「むさしの健康づくり応援ニュース」では、運動・栄養・保健のコラムや市内の健康づくりの講座・イベント案内等を配信しています。



ご登録はこちらから

どこにあるの？
行き方おしえて！



バス乗り場案内

乗車駅	乗り場（行き先）	下車停留所
吉祥寺駅（北口）	①②番のりば ※【成蹊学園】行きを除く	市民文化会館前（徒歩2分）
三鷹駅（北口）	①②③⑤番のりば	市民文化会館入口（徒歩4分）
武蔵境駅（北口）	③三鷹駅行きのりば （武蔵野大学経由）	市民文化会館入口（徒歩4分）

発行日／令和5年3月15日

発行／公益財団法人 武蔵野健康づくり事業団

〒180-0001 武蔵野市吉祥寺北町 4-8-10

武蔵野市立保健センター内

URL：http://www.musashino-health.or.jp



事務室・付属診療所（保険医療機関） 保健センター2階

TEL 0422-51-2828 / FAX 0422-54-2552

窓口受付時間：平日 午前8時30分～午後5時

健康づくり支援センター 保健センター1階

TEL 0422-51-0793 / FAX 0422-51-0730