

40歳～74歳で新宿区国民健康保険に加入している方へ

年に1度の特定健康診査(無料)が始まります



生活習慣病の原因となる「肥満」「脂質」「血圧」「血糖」等の項目について、血液検査や尿検査を行っています。健康診査を受診して、生活習慣病を予防しましょう。
※受診できる区指定医療機関等詳しくは、健康診査受診券に同封の「健康診査・がん検診のご案内」、新宿区ホームページ(右上二次元コード)または健診特設サイト(右二次元コード)をご覧ください。

実施期間 6月1日(日)～令和8年3月31日(火)

対 40歳～74歳で新宿区国民健康保険に加入している方

※区内在住で、16歳～39歳で学校・勤務先等で受診の機会のない方、40歳～74歳で生活保護等を受けている方、75歳以上の方(施設入所者を除く)の健康診査も区が無料で実施します。

※年齢はいずれも令和8年3月31日時点です。

検査内容 ▶問診、▶身体計測、▶血圧測定、▶尿検査、▶血液検査ほか

※診断書は発行しません。

※50歳以上の男性は、前立腺がん検診(200円。右表参照)も同時に受診できます。

受診の流れ

健康診査受診券の確認

健康診査受診券を5月21日に右図封筒で発送しました。
受診には令和7年度の健康診査受診券が必要です。お手元がない方は、健康づくり課健診係へお問い合わせください。

区の指定医療機関へ直接予約

健(検)診実施医療機関を選び、医療機関へ直接、予約してください。

受診

健康診査受診券とマイナ保険証等をお持ちの上、予約した医療機関で受診してください。

結果説明

後日、受診した医療機関から対面等で通知します。

問 健康づくり課健診係 ☎(5273)4207



この封筒でお届けします

がん検診も受診しましょう

●区内在住の方は加入している健康保険に関係なく受診できます(費用は自費で受診する場合の1割程度)

検診の種類は下表のとおりです。医療機関ごとに実施している検診の種類が異なります。受診には区の令和7年度がん検診受診券が必要です。がん検診受診券がお手元がない方は、健康づくり課健診係へお問い合わせください。

※特別区民税が非課税世帯・生活保護等を受けている世帯の方は、検診費用の免除制度があります(受診前に申請が必要)。

がん検診の種類		対象 (年齢は令和8年 3月31日時点)	費用
胃がん ★1	胃内視鏡(胃カメラ) ※令和8年1月31日まで	50歳以上 (胃部エックス線は 40歳～49歳も受診可)	2,000円
	胃部エックス線 (バリウム)		1,900円
大腸がん(便潜血検査)		40歳以上	600円
肺がん	胸部エックス線	40歳以上	900円
	胸部エックス線・ 喀痰細胞診	50歳以上で喫煙指数の 高い方★2	1,200円
子宮頸がん(子宮頸部細胞診)		20歳以上偶数年齢の 女性★3	900円
乳がん(マンモグラフィ)		40歳以上偶数年齢の 女性★3	800円
前立腺がん		50歳以上の男性	200円

★1…胃内視鏡が胃部エックス線いずれかを選択。受診は原則として、2年に1回(区の胃内視鏡を受けた翌年度は、区のがん検診受診不可)。胃部エックス線を継続受診する場合は、毎年受診可

★2…1日の喫煙本数×喫煙年数(過去の喫煙年数を含む)が600以上の方

★3…令和6年度に検診を受診していない方は、奇数年齢でも受診可

5月31日は世界禁煙デー



受動喫煙対策推進
マスコット「けむいモン」

喫煙は自分自身だけでなく、周囲の方の健康にもさまざまな影響があることが報告されています。この機会に禁煙に取り組みませんか。

喫煙による影響 ▶がん、▶循環器疾患(脳卒中、虚血性心疾患等)、▶呼吸器疾患(COPD等)、▶2型糖尿病ほか

受動喫煙による影響 ▶虚血性心疾患、▶肺がん、▶幼児期の喘息、▶呼吸器感染症、▶乳幼児突然死症候群(SIDS)ほか

! 加熱式たばこも発がん物質やニコチンを含有していますが、販売からの期間が短く、健康影響はほとんど分かっていません。

たばこをやめたいと思ったら

保健センターで保健師による禁煙相談を受けられます。一定の要件を満たせば保険診療で禁煙治療を受けられます。詳しくは、新宿区ホームページ(右二次元コード)をご覧ください。



5月30日(金)～6月6日(金)に新宿区医師会と共催で、新宿スポーツセンター(大久保3-5-1)を受動喫煙防止のシンボルカラーのイエローグリーンにライトアップするほか、四谷保健センター(四谷三栄町10-16)や東新宿保健センター(新宿7-26-4)で、一部の照明等をイエローグリーンにします。また、新宿スポーツセンターでポスター等を展示します。

問 健康づくり課健康づくり推進係 ☎(5273)3494

建築物等は定期的な調査・検査を



利用者の安全を守るため、不特定多数の方が利用する特定建築物・防火設備・建築設備・昇降機等の所有者・管理者は、定期的な調査・検査・報告が義務付けられています。



報告方法 専門的技術を持つ1級・2級建築士または国土交通大臣が定める調査員等に依頼し、結果を下記提出先に報告してください。

提出先 ◆特定建築物・防火設備…**東京都防災・建築まちづくりセンター定期報告担当**(〒160-8353西新宿7-7-30、小田急西新宿O-PLACE2階) ▶特定建築物…☎(5989)1929、▶防火設備…☎(5989)1937

◆建築設備…**日本建築設備・昇降機センター定期報告部**(〒105-0003港区西新橋1-15-5、内幸町ケイズビル2階) ☎(3591)2421

◆昇降機等…**東京都昇降機安全協議会**(〒151-0053渋谷区代々木1-35-4、代々木クリスタルビル2階) ☎(6304)2225

※延べ面積が1万㎡を超える建築物は、区ではなく都への報告義務があります。詳しくは、東京都都市整備局建築企画課 ☎(5388)3343へお問い合わせください。

問 区建築調整課 ☎(5273)3107