

2025年度

新宿区国民健康保険 保健事業のお知らせ

健康診査(無料)・がん検診(有料)・
歯科健康診査のご案内

ရှင်းလင်းကုရပ်ကွက်အမျိုးသားကျန်းမာရေးအာမခံ ကျန်းမာရေးဝန်ဆောင်မှုလုပ်ငန်း၏ ကြေငြာချက်

ကျန်းမာရေးစစ်ဆေးမှု(အခမဲ့)၊ ကင်ဆာစမ်းသပ်ရှာဖွေမှု(အခပေး)၊
သွားကျန်းမာရေးစစ်ဆေးမှုတို့အတွက်လမ်းညွှန်

सिन्जुकु वडा निवासी स्वास्थ्य बिमा स्वास्थ्य परियोजनाबारे सूचना

स्वास्थ्य परीक्षण(निःशुल्क), क्यान्सर स्क्रीनिङ(शुल्क लाग्ने)
र दन्त स्वास्थ्य जाँच सम्बन्धी जानकारी

Thông báo về hoạt động chăm sóc sức khỏe của
Bảo hiểm y tế quốc dân tại quận Shinjuku

Hướng dẫn về khám sức khỏe (miễn phí),
xét nghiệm ung thư (có mất phí)
và khám sức khỏe răng miệng

目次

健康診査	3
がん検診	4
歯科健康診査	5
健康診査・がん検診受診券等請求FAX用紙	6

မာတိကာ

ကျန်းမာရေးစစ်ဆေးမှု	7
ကင်ဆာစစ်ဆေးမှု	8
သွားကျန်းမာရေးစစ်ဆေးမှု	9
ကျန်းမာရေးစစ်ဆေးမှု၊ ကင်ဆာစစ်ဆေးမှုလက်မှတ် စသည်တို့ကို တောင်းခံခြင်း FAX စာရွက်ပုံစံ	10

विषय सूची

स्वास्थ्य परीक्षण	11
क्यान्सर स्क्रीनिङ	12
दन्त स्वास्थ्य जाँच	13
FAX बाट स्वास्थ्य परीक्षण/क्यान्सर स्क्रीनिङ फाराम आदि माग गर्ने निवेदन फाराम	14

Mục lục

Khám sức khỏe	15
Xét nghiệm ung thư	16
Khám sức khỏe răng miệng	17
Bản FAX yêu cầu cấp Phiếu khám sức khỏe/ xét nghiệm ung thư, v.v.	18

受診の流れ

受診券を確認する

受診券が手元にない場合は、請求してください。
請求方法

(ア) FAXでの請求

※6ページのFAX用紙で請求

(イ) 電話での請求

健康づくり課健診係

月～金 午前8時30分～午後5時

TEL : 03-5273-4207 (日本語対応)

FAX : 03-5273-3930



医療機関を選び、予約する

受診券と「健康診査・がん検診のご案内」が届いたら、ご案内の一覧表から医療機関を選びましょう。



受診する

当日は、受診券を必ず持参してください。

※受診券は、台紙から**はがさず、そのまま医療機関へ出してください。**

ဝမ်းသပ်စစ်ဆေးမှုခံယူရန်လုပ်ငန်းစဉ်

ဆေးစစ်မှုခံယူခွင့်လက်မှတ်ကို စစ်ဆေးပါ။

သင့်ထံတွင်ဆေးစစ်မှုခံယူခွင့်လက်မှတ်မရှိပါက တောင်းခံပါ။

တောင်းခံရန်နည်းလမ်း

(က) FAXဖြင့်တောင်းခံခြင်း

* စာမျက်နှာ10ပါFAXဖြင့်လျှောက်လွှာတင်ရန်ပုံစံစာရွက်

(ခ) ဖုန်းဖြင့်တောင်းခံခြင်း

ကျန်းမာရေးစစ်ဆေးမှုဌာနစိတ်ကျန်းမာရေး

မြင့်တင်မှုဌာနခွဲ

တနင်္လာ~သောကြာမနက်8နာရီခွဲ~ညနေ5နာရီ

ဖုန်း: 03-5273-4207 (ဂျပန်ဘာသာဖြင့်)

FAX: 03-5273-3930



ဆေးကုသမှုအဖွဲ့အစည်းကို ရွေးချယ်ပြီး ရက်ချိန်းယူပါ။

စစ်ဆေးမှုခံယူခွင့်လက်မှတ်နှင့်

"ကျန်းမာရေးစစ်ဆေးမှု၊ ကင်ဆာစစ်သပ်ရှာဖွေမှု

တို့အတွက် လမ်းညွှန်"ရောက်လာပါက

လမ်းညွှန်တွင်ပါရှိသောဇယားအတွင်းမှ ဆေးကုသမှု

အဖွဲ့အစည်းကို ရွေးချယ်ပါ။



ဝမ်းသပ်စစ်ဆေးမှုခံယူခြင်း

ဆေးစစ်သွားမည့်နေ့တွင်ဆေးစစ်မှု

ခံယူခွင့်လက်မှတ်ကို မဖြစ်မနေ

ယူဆောင်သွားရပါမည်။

* ဆေးစစ်မှုခံယူခွင့်လက်မှတ်ကို

ကတ်ပြားကနေမဆွဲပဲ ဒီအတိုင်း

ဆေးကုသမှုအဖွဲ့အစည်းထံသို့ တင်ပါ။

परीक्षणसम्मका चरणहरू

परीक्षण/स्क्रिनिङ फाराम छ कि छैन पक्का गर्ने

तपाईंसँग परीक्षण/स्क्रिनिङ फाराम छैन भने माग गर्नुहोस्।
माग गर्ने तरिका

(क) FAX बाट माग गर्ने

*पृष्ठ 14 को FAX फारामद्वारा माग गर्नुहोस्।

(ख) फोनबाट माग गर्ने

स्वास्थ्य प्रवर्धन शाखा, स्वास्थ्य परीक्षण जिम्मेवार कर्मचारी

सोम-शुक्र बिहान 8:30 देखि बेलुका 5 बजेसम्म

फोन: 03-5273-4207 (जापानी भाषामा)

फ्याक्स: 03-5273-3930



स्वास्थ्य संस्था चयन गरेर बुकिङ गर्ने

परीक्षण/स्क्रिनिङ फाराम र "स्वास्थ्य परीक्षण

र क्यान्सर परीक्षण सम्बन्धी जानकारी" प्राप्त

गरेपछि, त्यस पत्रको स्वास्थ्य संस्थाको

सूचीबाट स्वास्थ्य संस्था चयन गरौं।



परीक्षण गराउने

परीक्षणको दिनमा अनिवार्य रूपमा

परीक्षण/स्क्रिनिङ फाराम लिएर

जानुहोस्।

*कागजबाट परीक्षण/स्क्रिनिङ

फाराम ननिकालिकन स्वास्थ्य

संस्थालाई पेस गर्नुहोस्।

Trình tự khám

Xác nhận Phiếu khám

Vui lòng yêu cầu cấp Phiếu khám nếu bạn không có.

Cách thức yêu cầu:

1. Yêu cầu qua FAX:

* Yêu cầu bằng bản FAX tại trang 18

2. Yêu cầu qua điện thoại:

Ban Khám sức khỏe,

Phòng Tăng cường sức khỏe

8 : 30 – 17 : 00, thứ hai - thứ sáu

TEL : 03-5273-4207 (Trả lời bằng tiếng Nhật)

FAX : 03-5273-3930



Lựa chọn cơ sở y tế và đặt lịch hẹn

Sau khi nhận được Phiếu khám

và bản "Hướng dẫn về Khám

sức khỏe và xét nghiệm ung

thư", hãy lựa chọn cơ sở y tế từ

danh mục các cơ sở y tế trong

bản hướng dẫn.



Đi khám

Hãy đảm bảo mang theo

Phiếu khám vào ngày đi

khám.

*Hãy nộp cho cơ sở y tế

Phiếu khám ở nguyên

trang thái ban đầu thay

vì bóc khỏi bìà cứng.

健康診査 **無料**

※年度内 1 回受診可能です。
診断書は発行しません。

実施機関	受診期間		
委託医療機関	74歳以下	2025年 6月1日～	～2026年 3月31日
	75歳以上	2025年 5月1日～	

対象者(新宿区民の方)	
16～39歳	●学校・勤務先等で受診機会のない方
40～74歳	●新宿区国民健康保険に加入している方 ●生活保護等受給中の方
75歳以上	●東京都後期高齢者医療制度に加入している方 (65 歳以上の加入者を含む) ●生活保護等受給中の方
検査項目	
問診、身体計測、血圧測定、尿検査、血液検査	
胸部エックス線検査	16～64歳は希望者 65歳以上は結核等の早期発見のため必須
医師の判断により、心電図検査と眼底検査(40歳以上)を実施する場合があります。	

(年齢は2026年3月31日までに誕生日を迎えた時点での満年齢)

※40～74歳の新宿区国保加入者であって、特定健診の結果、生活習慣病のリスクが高い方には、食事、運動等の生活習慣改善に向けた支援(特定保健指導、非肥満保健指導)のご案内をお送りします。

肝炎ウイルス検診 **無料**

※新宿区にお住まい
の間、1回のみ受診可。
※検査は健康診査と同
時受診で、採血のみ。

対象者(新宿区民の方)	受診期間		
過去に肝炎ウイルス検診 を受診したことのない 40歳以上 の方	74歳以下	2025年6月1日～	～2026年 3月31日
	75歳以上	2025年5月1日～	

がん検診 一部自己負担金あり

実施機関	受診期間		
委託医療機関	74歳以下	2025年 6月1日～	～2026年 3月31日 ※ただし、胃がん(内視鏡検査)は 2026年1月31日まで
	75歳以上	2025年 5月1日～	

種類		自己負担額 (※1)	対象者(新宿区民の方)
胃がん	胃内視鏡検査(胃カメラ)	2,000円	50歳以上(※2) 2年に1回 どちらかを選択(※3)
	胃部エックス線検査 (バリウム)	1,900円	
大腸がん(便潜血検査)		600円	40歳以上
肺がん	胸部エックス線検査	900円	40歳以上
	胸部エックス線検査+ 喀痰細胞診	1,200円	50歳以上で 喫煙指数の高い方
子宮頸がん (子宮頸部細胞診)		900円	20歳以上で 偶数年齢の女性 * 奇数年齢で昨年度未受診 の方は受診可。
乳がん (マンモグラフィ)		800円	40歳以上で 偶数年齢の女性 * 奇数年齢で昨年度未受診 の方は受診可。
前立腺がん(PSA 検査)(※4) 上記5つのがん検診とは異なり、自治体が実施する がん検診として国が示す指針外の検診です。		200円	50歳以上の男性 * 健康診査と同時受診にて 実施

(年齢は2026年3月31日までに誕生日を迎えた時点での満年齢)

※1 特別区民税非課税世帯の方は、自己負担金の免除制度があります。事前の手続きが必要です。詳しくはお問い合わせください。

※2 胃部エックス線検査は、40～49歳の方も受診可。

※3 胃部エックス線検査を継続受診する場合は、毎年受診可。

※4 健康診査と同時受診となります。健康診査受診券と前立腺がん一次検診受診券をご請求の上、健康診査受診の際に、「前立腺がん検診も受診希望」と医療機関にお伝えください。

なお、健康診査対象の方は、前立腺がん検診を単独で受診することはできません。

※各がん検診の詳細については、受診券と一緒に送付する「健康診査・がん検診のご案内」をご覧ください。

※診断書は発行しません。

歯科健康診査

一部自己負担金あり

実施機関	受診期間
委託医療機関	2025年6月1日～2025年12月28日 (休診日を除く)

対象者		
【歯科健康診査】 16歳～75歳		●新宿区民の方 (20・30・40・50・60・70歳の方に受診票をお送りしています。 す。上記年齢以外でご希望の方は下記担当までご連絡ください。)
【後期高齢者 歯科健康診査】 76歳以上		●新宿区民の方 (76・80歳の方に受診票をお送りしています。上記年齢以外でご 希望の方は下記担当までご連絡ください。)
自己負担金		
【歯科健康診査】 16歳～75歳		400円（費用免除あり。詳細は※参照）
【後期高齢者 歯科健康診査】 76歳以上		無料
検査項目		
問診		問診票により、口腔内や生活習慣等を把握します
口腔内診査	歯科健康診査	歯・歯肉・口腔清掃状態等のチェックをします
	後期高齢者 歯科健康診査	歯・歯肉・飲み込む機能等の口腔機能をチェック します
アドバイス		総合判定によりアドバイスを行います

(年齢は2026年3月31日までに誕生日を迎えた時点での満年齢)

※70歳以上、生活保護または中国残留邦人等支援給付受給世帯の方は無料で受診できます。

※特別区民税非課税世帯の方は、自己負担金の免除制度があります。

※健診の結果、治療が必要となった場合は、原則として別の日にあらためて受診してください。

※診断書は発行しません。

【歯科健康診査受診票の請求および問い合わせ先】

新宿区 健康部 健康づくり課 健康づくり推進係

TEL:03-5273-3047 FAX:03-5273-3930

以下のURLまたは右の二次元コードからも申請できます。

<https://logoform.jp/form/kubz/828998>



LoGoフォーム

2025年度 健康診査・がん検診受診券等 請求FAX用紙

※健(検)診の受診の申し込みは医療機関へ直接お問い合わせください。

FAX 送信先	健康づくり課健診係 03-5273-3930
---------	------------------------

下記の太枠内にご記入の上、送信してください。
2025年度にご受診いただける受診券等一式を送付します。

フリガナ		生年月日	大・昭・平・西暦
氏名			年 月 日 () 歳
住所	新宿区		
電話番号		性別	男・女

健（検）診種類	対象者（新宿区民の方）	
	※年齢は2026年3月31日までに誕生日を迎えた時点での満年齢	
健康診査	健康診査（P3）の対象者をご確認ください。	
胃がん	50歳以上の方〔2年に1度〕	※40歳代の方も胃部エックス線検査は受診できます。
大腸がん	40歳以上の方	
肺がん	40歳以上の方	
子宮頸がん	20歳以上〔偶数年齢〕の女性	※奇数年齢で昨年度未受診の方は受診できます。
乳がん	40歳以上〔偶数年齢〕の女性	
前立腺がん	50歳以上の男性	
歯科健康診査	16歳以上の区民（受診期間 6/1～12/28）	

【注意事項】

- 請求から送付まで1週間ほどお時間をいただく場合があります。
- 対象外の受診券は送付できません。
- 受診日に資格がない場合は受診できません。
- 健康診査対象の方の肝炎ウイルス検診、前立腺がん検診は健康診査との同時受診のみとなります。

電子申請はこちら

以下のURLまたは右の二次元コードからも申請できます。

<https://logoform.jp/form/kubz/821166>



LoGoフォーム

新宿区処理欄			
受診番号			
ご案内		要・不要	
同意書		要・不要	
受付者	確認者		

ကျန်းမာရေးစစ်ဆေးမှု

အခမဲ့

*ဘဏ္ဍာရေးနှစ်အတွင်း တစ်ကြိမ်စစ်ဆေးမှုပြုလုပ်နိုင်ပါသည်။
ကျန်းမာရေးစစ်ဆေးမှုလက်မှတ်ကို မထုတ်ပေးပါ။

လုပ်ဆောင်ပေးသည့်အဖွဲ့အစည်း	စစ်ဆေးမှုခံယူရမည့်ကာလ		
အပ်နှံထားသော ဆေးကုသမှုအဖွဲ့အစည်း	74နှစ်နှင့်အောက်	2025 ခုနှစ် 06 လပိုင်း 01ရက်နေ့	2026 ခုနှစ် 03 လပိုင်း 31ရက်နေ့
	75နှစ်နှင့်အထက်	2025 ခုနှစ် 05 လပိုင်း 01ရက်နေ့	

အကျိုးဝင်သူ (ရှင်းဂျူကုရပ်ကွက်တွင်နေထိုင်သူများ)	
16~39နှစ်	•ကျောင်း၊ အလုပ်စသည်တို့တွင် ကျန်းမာရေးစစ်ဆေးမှု မခံယူနိုင်သည့်သူများ
40~74နှစ်	•ရှင်းဂျူကုရပ်ကွက်မှ အမျိုးသားကျန်းမာရေးအာမခံသို့ဝင်ထားသောသူများ •စားဝတ်နေရေးအတွက်ထောက်ပံ့မှုရယူနေဆဲပုဂ္ဂိုလ်များ
75နှစ်နှင့်အထက်	•တိုက်ရိုက်သက်ကြီးပိုင်းကာလကျန်းမာရေးအာမခံသို့ဝင်ထားသောသူများ (အသက်65နှစ်နှင့်အထက်ရှိသည့်အာမခံဝင်ထားသောသူများအပါအဝင်) •စားဝတ်နေရေးအတွက်ထောက်ပံ့မှုရယူနေဆဲပုဂ္ဂိုလ်များ
စစ်ဆေးမည့်အကြောင်းအရာများ	
ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာတွေ့ဆုံမေးမြန်းခြင်း၊ ခန္ဓာကိုယ်တိုင်းတာခြင်း၊ သွေးဖိအားတိုင်းတာခြင်း၊ ဆီးစစ်ခြင်း၊ သွေးစစ်ခြင်း	
ရင်ဘတ်အိတ်စ်ရေး ဓာတ်မှန်စစ်ဆေးမှု	16~64နှစ်အတွင်းရှိစစ်ဆေးလိုသောသူ 65နှစ်နှင့်အထက်ရှိသောသူများတွင်တိဘီရောဂါစသည်တို့စောစီးစွာရှာတွေ့နိုင်ရန်အတွက်လိုအပ်
ဆရာဝန်၏ဆုံးဖြတ်ချက်အရ (အသက် ၄၀ နှင့် အသက် ၄၀ အထက်) တွင် နှလုံးအီးစီဂျီရှိက်ခြင်း နှင့် မျက်လုံးအတွင်းပိုင်းစစ်ဆေးခြင်းကို လုပ်ဆောင်တာမျိုးလည်း ရှိပါသည်။	

(အသက်မှာ 2026 ခုနှစ် 03 လပိုင်း 31ရက်နေ့ မတိုင်မီ ကျရောက်ခဲ့သောမွေးနေ့ တွင် ပြည့်ခဲ့သောအသက်)-

*ရှင်းဂျူခု အမျိုးသားကျန်းမာရေး အာမခံဝင်ထားသည့် အသက် 40~74 ရှိသူဖြစ်ပြီး အထူးကျန်းမာရေး စစ်ဆေးမှုရလဒ်၊ နေထိုင်မှုဘဝဆိုင်ရာ ရောဂါများအဖြစ်များနိုင်သူများအတွက် အစားအသောက်၊ ကိုယ်လက်လှုပ်ရှားမှု စသဖြင့် နေထိုင်မှုဘဝဆိုင်ရာ တိုးတက်ပြောင်းလဲရေး အကူအညီ(အထူးကျန်းမာရေး လမ်းညွှန်ချက်၊ အဝမလွန်ရေး ကျန်းမာရေး လမ်းညွှန်ချက်)၏ အချက်အလက်များကို ပေးပို့ပါမည်။

အသည်းရောင်ရောဂါပိုးစစ်ဆေးမှု

အခမဲ့

*ရှင်းဂျူကုရပ်ကွက်တွင် နေထိုင်နေသည့်ကာလအတွင်း တစ်ကြိမ်သာစစ်ဆေးမှုပြုလုပ်နိုင်ပါသည်။
*စစ်ဆေးမှုသည် ကျန်းမာရေးစစ်ဆေးမှုနှင့် တစ်ချိန်တည်းတွင် သွေးစစ်ခြင်းပြုလုပ်ပါမည်။

အကျိုးဝင်သူ (ရှင်းဂျူကုရပ်ကွက်တွင်နေထိုင်သူများ)	စစ်ဆေးမှုခံယူရမည့်ကာလ		
ယခင်က အသည်းရောင်ရောဂါပိုး စစ်ဆေးမှုကိုခံယူဖူးခြင်းမရှိသည့် အသက် 40နှစ်နှင့်အထက် ရှိသောသူ	74နှစ်နှင့်အောက်	2025 ခုနှစ် 06 လပိုင်း 01ရက်နေ့	2026 ခုနှစ် 03 လပိုင်း 31ရက်နေ့
	75နှစ်နှင့်အထက်	2025 ခုနှစ် 05 လပိုင်း 01ရက်နေ့	

ကင်ဆာစမ်းသပ်ရှာဖွေမှု

တစ်ချို့တစ်ဝက်ကိုမိမိငွေဖြင့်ကျခံရခြင်းဖြစ်

လုပ်ဆောင်ပေးသည့်အဖွဲ့အစည်း	စစ်ဆေးမှုခံယူရမည့်ကာလ		
အပ်နှံထားသော ဆေးကုသမှုအဖွဲ့အစည်း	74နှစ်နှင့်အောက်	2025 ခုနှစ် 06 လပိုင်း 01ရက်နေ့	2026 ခုနှစ် 03 လပိုင်း 31ရက်နေ့ *သို့သော်လည်း အစာအိမ်ကင်ဆာ(ခန္ဓာကိုယ်တွင်း အစိတ်အပိုင်းများကိုစစ်ဆေးမှု)သည်2026 ခုနှစ် 01 လပိုင်း 31ရက်နေ့ အထိသာဖြစ်ပါသည်။
	75နှစ်နှင့်အထက်	2025 ခုနှစ် 05 လပိုင်း 01ရက်နေ့	

အမျိုးအစား		မိမိဘာသာ ကျခံရသောပမာဏ ^(*1)	အကျုံးဝင်သူ (ရှင်းကျူကုရပ်ကွက်တွင်နေထိုင်သူများ)
အစာအိမ်ကင်ဆာ	အစာအိမ်အတွင်းမှန်ပြောင်းကြည့် စစ်ဆေးမှု (အစာအိမ်ကင်မရာ)	2,000ယန်း	50နှစ်နှင့်အထက် ^(*2)
	အစာအိမ်အိတ်စ်ရေးဓာတ်မှန်ဖြင့် စစ်ဆေးမှု(ပေရီယမ်)	1,900ယန်း	2နှစ်လျှင်1ကြိမ် တစ်ခုခုကိုရွေးချယ်ပါ ^(*3)
အူမကြီးကင်ဆာ (ဝမ်းတွင်းသွေးပါဝင်မှုစစ်ဆေးမှု)		600ယန်း	40နှစ်နှင့်အထက်
အဆုတ်ကင်ဆာ	ရင်ဘတ်အိတ်စ်ရေး	900ယန်း	40နှစ်နှင့်အထက်
	ရင်ဘတ်အိတ်စ်ရေး + သလိပ်ခါတ်ခွဲစစ်ဆေးမှု	1,200ယန်း	50နှစ်နှင့်အထက်ရှိပြီး ဆေးလိပ်ကိုအများအပြားသောက်သုံးသူ
သားအိမ်ခေါင်းကင်ဆာ (သားအိမ်ခေါင်းကင်ဆာဆဲလ်စစ်ဆေးခြင်း)		900ယန်း	20နှစ်နှင့်အထက်ရှိပြီး စုံကိန်းအသက်ရှိသောအမျိုးသမီး *မကိန်းအသက်ဖြစ်သော်လည်းလွန်ခဲ့သော ဘဏ္ဍာရေးနှစ်တွင် စစ်ဆေးမှုမခံရသေးသူ မှာစစ်ဆေးမှုခံယူနိုင်ပါသည်။
ရင်သားကင်ဆာ (မန်မိုဂရမ်ဖီ)		800ယန်း	40နှစ်နှင့်အထက်ရှိပြီး စုံကိန်းအသက်ရှိသောအမျိုးသမီး *မကိန်းအသက်ဖြစ်သော်လည်းလွန်ခဲ့သော ဘဏ္ဍာရေးနှစ်တွင် စစ်ဆေးမှုမခံရသေးသူ မှာစစ်ဆေးမှုခံယူနိုင်ပါသည်။
ဆီးကျိတ်ကင်ဆာ (PSA စစ်ဆေးမှု) ^(*4) အထက်ပါကင်ဆာရှာဖွေစစ်ဆေးမှုနှင့်မတူညီဘဲ နိုင်ငံတော်မှချမှတ်ထားသည့်လမ်းစဉ်အရ အနေဖြင့် နယ်စပ်ပင်သာယာရေးမှလုပ်ဆောင်ပေးသည့်ကင်ဆာစစ်ဆေးမှုဖြစ်သည်။		200ယန်း	50နှစ်နှင့်အထက်ရှိသော အမျိုးသား *ကျန်းမာရေးစစ်ဆေးမှုခံယူ ချိန်တွင်တစ်ခါတည်းစစ်ဆေး

(အသက်မှာ 2026 ခုနှစ် 03 လပိုင်း 31ရက်နေ့ မတိုင်မီ ကျရောက်ခဲ့သောမွေးနေ့ တွင် ပြည့်ခဲ့သောအသက်)

*1 အထူးရပ်ကွက်ခွန်ကင်းလွတ်ခွင့်ရထားသောအိမ်ထောင်စုများမှပုဂ္ဂိုလ်များအတွက် ကိုယ်တိုင်ကျခံရသည့် အခကြေးငွေကင်းလွတ်ခွင့်ပေးသည့်စနစ်ရှိပါသည်။ လုပ်ငန်းစဉ်များကို အရင်လုပ်ဆောင်ဖို့လိုအပ်ပါသည်။ အသေးစိတ်သိရှိလိုပါက စုံစမ်းမေးမြန်းပါ။

*2 အစာအိမ်အိတ်စ်ရေးခါတ်မှန်ဖြင့်စစ်ဆေးမှုမှာ၊အသက်40~49နှစ်အတွင်းရှိသောသူလည်းစစ်ဆေးနိုင်။

*3 အစာအိမ်အိတ်စ်ရေးခါတ်မှန်ဖြင့်စစ်ဆေးမှုကိုဆက်လက်စစ်ဆေးမည်ဆိုပါက၊နှစ်စဉ်စစ်ဆေးမှုခံယူနိုင်။

*4 ကျန်းမာရေးစစ်ဆေးမှုနှင့် တချိန်တည်းမှာ ပြုလုပ်ရမှာ ဖြစ်ပါသည်။ ကျန်းမာရေးစစ်ဆေးမှုလက်မှတ်နှင့် ဆီးကျိတ်ကင်ဆာ ပထမအဆင့်စစ်ဆေးမှုလက်မှတ်ကို တောင်းခံပြီးနောက် ကျန်းမာရေးစစ်ဆေးသည့်အချိန်တွင် “ဆီးကျိတ်ကင်ဆာ စစ်ဆေးရန်ဆန္ဒရှိ” ဟု ဆေးဘက်ဆိုင်ရာအဖွဲ့အစည်းများထံ ပြောကြားပေးပါ။

ထို့အပြင် ကျန်းမာရေးစစ်ဆေးမှုအတွက် အကျုံးဝင်သူများ သည် ဆီးကျိတ်ကင်ဆာစစ်ဆေးမှု တစ်မျိုးတည်းကိုသာ စစ်ဆေးလို့မရနိုင်ပါ။

* ကင်ဆာစမ်းသပ်ရှာဖွေမှုအသီးသီးနှင့်ပတ်သက်ပြီး စစ်ဆေးမှုခံယူခွင့်လက်မှတ်နှင့်အတူပေးပို့ပေးမည့် “ကျန်းမာရေးစစ်ဆေးမှု၊ ကင်ဆာစမ်းသပ်ရှာဖွေမှု လမ်းညွှန်” တွင် ဖတ်ရှုနိုင်ပါသည်။

* ကျန်းမာရေးစမ်းသပ်စစ်ဆေးမှုလက်မှတ်ထုတ်ပေးပါ။

သွားကျန်းမာရေးစစ်ဆေးမှု

တစ်ချို့တစ်ဝက်ကိုမိမိငွေဖြင့်ကျခံရခြင်းဖြစ်

လုပ်ဆောင်ပေးသည့် အဖွဲ့အစည်း	စစ်ဆေးမှုခံယူရမည့်ကာလ
အပ်နှံထားသောဆေး ကုသမှုအဖွဲ့အစည်း	2025 ခုနှစ် 06 လပိုင်း 01ရက်နေ့ ~ 2025 ခုနှစ် 12 လပိုင်း 28 ရက်နေ့ (ပိတ်ရက်များမှအပ)

အကျုံးဝင်သူ	
【သွားကျန်းမာရေးစစ်ဆေးမှု】 16နှစ် ~ 75နှစ်	●ရှင်းဂျူကုရပ်ကွက်မှပုဂ္ဂိုလ်များ (အသက် 20၊ 30၊ 40၊ 50၊ 60၊ 70 နှစ် ပုဂ္ဂိုလ်များအား စမ်းသပ်ခွင့်လက်မှတ် ပေးပို့မည်ဖြစ်သည်။ အခြားသောအသက် အပိုင်းအခြားမှပုဂ္ဂိုလ်များ စမ်းသပ်ခွင့်လက်မှတ်ရယူလိုပါက အောက်ပါတာဝန်ခံကို ဆက်သွယ်တောင်းခံပါ။)
【သက်ကြီးပိုင်းပုဂ္ဂိုလ်များ သွားကျန်းမာရေးစစ်ဆေးမှု】 76နှစ်နှင့်အထက်	●ရှင်းဂျူကုရပ်ကွက်မှပုဂ္ဂိုလ်များ (76 • 80နှစ်ပုဂ္ဂိုလ်များကိုစမ်းသပ်ခွင့်လက်မှတ်ပေးပို့ခြင်းဖြစ်သည်။အထက်ပါအသက်အပိုင်းအခြားပြင်ပမှပုဂ္ဂိုလ် များ စမ်းသပ်ခွင့်လက်မှတ်ရယူလိုပါကအောက်ပါတာဝန်ခံထံသို့ ဆက်သွယ်တောင်းခံပါ။
မိမိကျခံရမည့်အခကြေးငွေ	
【သွားကျန်းမာရေးစစ်ဆေးမှု】 16နှစ် ~ 75နှစ်	ယန်း400 (အခကြေးငွေ ကင်းလွင့်ခွင့် ရှိပါသည်။ အသေးစိတ်ကို * တွင် ကိုးကားပါ။)
【သက်ကြီးပိုင်းပုဂ္ဂိုလ်များ သွားကျန်းမာရေးစစ်ဆေးမှု】 76နှစ်နှင့်အထက်	အခမဲ့
စစ်ဆေးမည့်အကြောင်းအရာများ	
ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာစစ်ဆေးမှု	ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာမေးခွန်းများ၏အဖြေအရခံတွင်းအတွင်းပိုင်းအခြေအနေနှင့် စားသောက်နေထိုင်မှုအလေ့အထကြောင့်ဖြစ်သောရောဂါများကိုသိရှိနားလည်မည်။
ခံတွင်းအတွင်း ပိုင်းကျန်းမာ ရေးစစ်ဆေးမှု	သွား၊သွားဖုံးခံတွင်းသန့်ရှင်းမှုအခြေအနေကိုစစ်ဆေးမည်။
	သွား၊သွားဖုံး၊စားသောက်ရာတွင်အသုံးပြုသည့်ခံတွင်းရှိလုပ်ဆောင်ချက်များကိုစစ်ဆေးမည်။
အကြံပြုခြင်း	အလုံးစုံသောစစ်ဆေးမှုအဖြေပေါ်မူတည်ပြီး၊အကြံပြုခြင်းကိုလုပ်ဆောင်ပါမည်။

(အသက်မှာ 2026 ခုနှစ် 03လပိုင်း 31ရက်နေ့မတိုင်မီ ကျရောက်ခဲ့သောမွေးနေ့တွင် ပြည့်ခဲ့သောအသက်)

* အသက်70နှစ်နှင့်အထက်၊စားဝတ်နေရေးထောက်ပံ့မှုစနစ်သို့မဟုတ်တရုတ်ပြည်တွင်ကျန်ရစ်နေထိုင်နေသူများထောက်ပံ့မှုစနစ်ကိုလက်ခံနေသော အိမ်ထောင်စုများမှာအခမဲ့ဖြစ်သည်။

* အထူးရပ်ကွက်ခွန်ကင်းလွတ်ခွင့်ရထားသောအိမ်ထောင်စုများမှပုဂ္ဂိုလ်များအတွက် ကိုယ်တိုင်ကျခံရသည့်အခကြေးငွေကင်းလွတ်ခွင့်ပေးသည့် စနစ်ရှိပါသည်။

* ကျန်းမာရေးစမ်းသပ်မှုရလဒ်အရလိုအပ်ပါက မဖြစ်မနေအခြားနေ့တွင်ထပ်မံစမ်းသပ်စစ်ဆေးပါ။

* ကျန်းမာရေးစမ်းသပ်စစ်ဆေးမှုလက်မှတ်ထုတ်မပေးပါ။

【သွားကျန်းမာရေးစမ်းသပ်ခွင့်လက်မှတ်တောင်းခံရန်နှင့်မေးမြန်းစုံစမ်းရန်ဌာန】
 ကျန်းမာရေးစစ်ဆေးမှုဌာနစိတ် ကျန်းမာရေးမြှင့်တင်မှုဌာနခွဲ ကျန်းမာရေးတိုးမြှင့်ရေးတာဝန်ခံ ရှင်းဂျူကုရပ်ကွက်

ဖုန်း: 03-5273-3047 FAX: 03-5273-3930
 အောက်ပါ URL သို့မဟုတ် ညာဘက်ရှိ QR code မှ လျှောက်ထားနိုင်သည်။
<https://logoform.jp/form/kubz/828998>



LoGo မောင်

2025 ဘဏ္ဍာရေးနှစ် ကျန်းမာရေးစစ်ဆေးခြင်း၊ ကင်ဆာစစ်ဆေးမှုခံယူခွင့်လက်မှတ် စသည်တို့ကို Fax Form ဖြင့်တောင်းခံပါ။

※ကျန်းမာရေးစစ်ဆေးမှု/စစ်ဆေးမှုခံယူရန်အတွက်လျှောက်လွှာတင်ခြင်းနှင့်ပတ်သက်ပြီး ဆေးကုသမှုအဖွဲ့အစည်းများထံ
တိုက်ရိုက်မေးမြန်းစုံစမ်းပါ။

FAXပေးပို့ရမည့်နံပါတ်	ကျန်းမာရေးစစ်ဆေးမှုဌာနစိတ် ကျန်းမာရေးမြှင့်တင်မှုဌာနခွဲ 03(5273)3930
-----------------------	--

အောက်ပါဘောင်အမည်းအတွင်းမှအချက်များကိုဖြည့်သွင်းပြီးပေးပို့ပါ။
2025 ဘဏ္ဍာရေးနှစ်တွင် စစ်ဆေးနိုင်သည့် စစ်ဆေးမှုလက်မှတ် အလုံးစုံကို ပေးပို့ပါမည်။

ဖုရိုဂျီနာ			
အမည်		မွေးသက္ကရာဇ်	ရက်လခုနှစ် အသက်()နှစ်
လိပ်စာ	ရှင်းဂျူကုရပ်ကွက်		
ဖုန်းနံပါတ်		လိပ်	ကျား/မ

ကျန်းမာရေးစစ်ဆေးမှု/စစ်ဆေးမှုအမျိုးအစားများ	အကျုံးဝင်သူ (ရှင်းဂျူကုရပ်ကွက်တွင်နေထိုင်သူများ) *အသက်မှာ 2026 ခုနှစ် 03လပိုင်း 31ရက်နေ့ မတိုင်မီ ကျရောက်ခဲ့သောမွေးနေ့ တွင် ပြည့်ခဲ့သောအသက်	
ကျန်းမာရေးစစ်ဆေးမှု	ကျန်းမာရေးစစ်ဆေးမှု(P7)နှင့်အကျုံးဝင်သူကိုအတည်ပြုပါ။	
အစာအိမ်ကင်ဆာ	အသက်50နှင့်အထက်ရှိသောသူ[2နှစ်လျှင်1ကြိမ်]	*အသက်40ကျော်အရွယ်ရှိသူတို့သည်လည်း အစာအိမ်အိတ်စ်ရေးဓာတ်မှန် ဖြင့် စစ်ဆေးမှုကိုခံယူနိုင်ပါသည်။
အူမကြီးကင်ဆာ	အသက်40နှင့်အထက်ရှိသောသူ	
အဆုတ်ကင်ဆာ	အသက်40နှင့်အထက်ရှိသောသူ	
သားအိမ်ခေါင်းကင်ဆာ	အသက်20နှင့်အထက်ရှိပြီး [စုံတိုက်အသက်ရှိသော]အမျိုးသမီးများ	*မကိန်းအသက်ဖြစ်သော်လည်းလွန်ခဲ့သောဘဏ္ဍာရေးနှစ်တွင် စစ်ဆေးမှုမခံရသေးသူမှာစစ်ဆေးမှုခံယူနိုင်ပါသည်။
ရင်သားကင်ဆာ	အသက်40နှင့်အထက်ရှိပြီး [စုံတိုက်အသက်ရှိသော]အမျိုးသမီးများ	
ဆီးကျိတ်ကင်ဆာ	အသက် 50 နှင့်အထက် အမျိုးသား	
သွားကျန်းမာရေးစစ်ဆေးမှု	အသက်16နှစ်နှင့်အထက်ရပ်ကွက်မှပုဂ္ဂိုလ်များ (စစ်ဆေးချိန် ဇွန်လ1ရက်~ဒီဇင်ဘာ28ရက်)	

- သတိပြုရန်အချက်များ
- လျှောက်လွှာတင်သည့်အချိန်မှစ၍ ကျန်းမာရေးစစ်ဆေးမှု/စစ်ဆေးမှုခံယူခွင့်လက်မှတ် ပေးပို့သည့် အထိ အချိန် 1 ပတ် ခန့်မျှကြာမြင့်သည်မျိုးရှိပါသည်။
 - ကျန်းမာရေးစစ်ဆေးမှုအကျိုးမဝင်သောလူတွေ စစ်ဆေးမှုခံယူခွင့်လက်မှတ်ကိုမထုတ်ပေးပါ။
 - ကျန်းမာရေးစစ်ဆေးမှုခံယူသည့်နေ့တွင် သတ်မှတ်အရည်အချင်းများနှင့် မပြည့်စုံပါက ကျန်းမာရေးစစ်ဆေးမှုခံယူ၍မရနိုင်ပါ။
 - ကျန်းမာရေးစစ်ဆေးခံခွင့်ရှိသူများသည် အသည်းရောင်အသွေးစစ်ဆေးခြင်း၊ ဆီးကျိတ်ကင်ဆာစစ်ဆေးခြင်းအား ကျန်းမာရေးစစ်ဆေးခြင်းနှင့် တစ်ချိန်တည်းမှာသာ စစ်ဆေးနိုင်မည်ဖြစ်သည်။

新宿区処理欄	
受診番号	
ご案内	要・不要
同意書	要・不要

受付者	確認者	

အွန်လိုင်းမှ လျှောက်ထားရန်အတွက်
 အောက်ပါ URL သို့မဟုတ် ညာဘက်ရှိ QR code
 မှ လျှောက်ထားနိုင်သည်။
<https://logoform.jp/form/kubz/821166>


 LoGo ဖောင်

स्वास्थ्य परीक्षण

निःशुल्क

*आर्थिक वर्षभित्र एक पटक परीक्षण गराउन सक्नुहुन्छ।

स्वास्थ्य परीक्षण गरिने स्वास्थ्य संस्थाहरू	परीक्षण अवधि		
परीक्षणको जिम्मा दिइएका स्वास्थ्य संस्थाहरू	74 वर्ष वा सो भन्दा कम	2025 साल जुन 1 तारिखदेखि	2026 साल मार्च 31 तारिखसम्म
	75 वर्ष वा सो भन्दा बढी	2025 साल मे 1 तारिखदेखि	

परीक्षण गराउन सक्ने व्यक्तिहरू (सिन्जुकु वडामा बसोबास गर्ने व्यक्तिहरू)	
16 वर्षदेखि 39 वर्षसम्म	● विद्यालय वा कार्यस्थल आदिमा परीक्षण गर्ने अवसर नपाएका व्यक्तिहरू
40 वर्षदेखि 74 वर्षसम्म	● सिन्जुकु वडा, निवासी स्वास्थ्य बिमामा सहभागी व्यक्ति ● जीवन निर्वाहको लागि सरकारबाट पैसा लिइरहेको व्यक्ति
75 वर्ष वा सो भन्दा बढी	● जेष्ठ नागरिक चिकित्सा बिमामा सहभागी व्यक्ति (65 वर्ष वा सो भन्दा बढी उमेरको सहभागी व्यक्ति समावेश) ● जीवन निर्वाहको लागि सरकारबाट पैसा लिइरहेको व्यक्ति
परीक्षण विषयहरू	
स्वास्थ्यबारे सोधपुछ, उचाइ, तौल आदि मापन, रक्तचाप मापन, पिसाब जाँच, रगत जाँच	
छातीको एक्सरे जाँच	16 वर्षदेखि 64 वर्ष भित्रको जाँच गराउन चाहने व्यक्ति 65 वर्ष वा सो भन्दा बढीको व्यक्तिले क्षयरोग आदि प्रारम्भिक चरणमै पत्ता लगाउनको लागि अनिवार्य रूपमा गर्नुपर्ने
चिकित्सकको निर्णयअनुसार इलेक्ट्रोकार्डियोग्राफी(ECG) र आँखाभित्रको जाँच (40 वर्ष वा सोभन्दा बढी) गरिन सक्छ।	

(2026 साल मार्च 31 तारिखसम्ममा पूरा हुने उमेर)

*40~74 वर्षको सिन्जुकु वडा निवासी स्वास्थ्य बिमामा सहभागी व्यक्तिहरूमध्ये निर्दिष्ट स्वास्थ्य परीक्षणमा जीवनशैली रोगको उच्च खतरा देखिएको व्यक्तिलाई खाना र व्यायाम आदि जीवनशैली सुधारन सहयोगको लागि (निर्दिष्ट स्वास्थ्य निर्देशन, मोटो नहुन स्वास्थ्य निर्देशन) जानकारी पठाइनेछ।

हेपाटाइटिस भाइरस परीक्षण

निःशुल्क

*सिन्जुकु वडामा बसोबास गरुन्जेल एक पटक मात्र परीक्षण गराउन सक्नुहुन्छ।
*यो परीक्षण रगत सुङ्गलनद्वारा स्वास्थ्य परीक्षण सँगै गरिनेछ।

परीक्षण गराउन सक्ने व्यक्तिहरू (सिन्जुकु वडामा बसोबास गर्ने व्यक्तिहरू)	परीक्षण अवधि		
विगतमा एक पटक पनि हेपाटाइटिस भाइरस परीक्षण नगरेको 40 वर्ष वा सो भन्दा बढीको व्यक्ति	74 वर्ष वा सो भन्दा कम	2025 साल जून 1 तारिखदेखि	2026 साल मार्च 31 तारिखसम्म
	75 वर्ष वा सो भन्दा बढी	2025 साल मे 1 तारिखदेखि	

क्यान्सर स्क्रिनिङ

केही जाँचहरूको लागी
तपाईं आफैले खर्च बेहोर्नुपर्नेछ

स्वास्थ्य परीक्षण गरिने स्वास्थ्य संस्थाहरू	परीक्षण अवधि		
परीक्षणको जिम्मा दिइएका स्वास्थ्य संस्थाहरू	74 वर्ष वा सो भन्दा कम	2025 साल जून 1 तारिखदेखि	2026 साल मार्च 31 तारिखसम्म * पेटको क्यान्सर (इन्डोस्कोपी) भने 2026 साल जनवरी 31 तारिखसम्म मात्र
	75 वर्ष वा सो भन्दा बढी	2025 साल मे 1 तारिखदेखि	

जाँचको प्रकारहरू		तपाईंले बेहोर्नुपर्ने रकम ^(*)	परीक्षण गराउन सक्ने व्यक्ति (सिन्जुकु वडामा बसोबास गर्ने व्यक्तिहरू)
पेटको क्यान्सर	ग्यास्ट्रोकोपी (ग्यास्ट्रोस्कोप)	2,000 येन	50 वर्ष वा सो भन्दा बढीको ^(*) 2 वर्षमा 1 पटक कुनै एक चयन गर्ने ^(*)
	पेटको एक्सरे जाँच (बेरियम)	1,900 येन	
आन्द्राको क्यान्सर (FOBT (दिसामा रगत भए नभएको पत्ता लगाउन गर्ने जाँच))		600 येन	40 वर्ष वा सो भन्दा बढीको
फोक्सोको क्यान्सर	छातीको एक्सरे जाँच	900 येन	40 वर्ष वा सो भन्दा बढीको
	छातीको एक्सरे जाँच + खकारको साइटो-डायग्नोसिस	1,200 येन	50 वर्ष वा सो भन्दा बढीको धुम्रपानले गर्दा जोखिम पूर्ण व्यक्ति
पाठेघरको मुखको क्यान्सर (सर्भिकल साइटोलोजी)		900 येन	20 वर्ष वा सो भन्दा बढीको जोर उमेरको मिहला *अघिल्लो आर्थिक वर्ष जाँच नगराएको बिजोर उमेरको व्यक्तिले पनि जाँच गराउन सक्नेछन्।
स्तन क्यान्सर (म्यामोग्राफी)		800 येन	40 वर्ष वा सो भन्दा बढीको जोर उमेरको मिहला *अघिल्लो आर्थिक वर्ष जाँच नगराएको बिजोर उमेरको व्यक्तिले पनि जाँच गराउन सक्नेछन्।
प्रोस्टेट क्यान्सर (PSA जाँच) ^(*) यो चाहिँ माथि उल्लेखित 5 वटा क्यान्सरको जाँचभन्दा फरक भई स्थानीय निकायले संचालन गर्ने क्यान्सरको जाँच भएकोले सरकारी निर्देशनभन्दा बाहिरको जाँच हो।		200 येन	50 वर्ष वा सो भन्दा बढीको पुरुष *स्वास्थ्य परीक्षण सँगै गरिने

(2026 साल मार्च 31 तारिखसम्ममा पूरा हुने उमेर)

*1 निवासी कर छुट पाइरहेको परिवारलाई "आफैले बेहोर्नुपर्ने खर्च" छुट गरिने व्यवस्था छ। अग्रिम पिरकया आवश्यक छ।

विस्तृत जानकारीको लागि सम्पर्क गर्नुहोस्।

*2 पेटको एक्सरे जाँच 40 वर्षदेखि 49 वर्षसम्मको व्यक्तिले पनि गराउन सक्नेछन्।

*3 पेटको एक्सरे जाँच नियमित गर्ने हो भने हरेक वर्ष जाँच गराउन सक्नेछन्।

*4 स्वास्थ्य परीक्षणसँगै गरिनेछ। स्वास्थ्य परीक्षण फाराम अनि प्रोस्टेट क्यान्सर पहिलो परीक्षण फाराम माग गरेर स्वास्थ्य परीक्षणको बेलामा "प्रोस्टेट क्यान्सर जाँच पनि गराउन चाहन्छु" भनेर स्वास्थ्य संस्थालाई भन्नुहोस्।

स्वास्थ्य परीक्षणको दायरामा पर्ने व्यक्ति प्रोस्टेट क्यान्सर जाँच मात्र छुट्टै गराउन पाउनुहुन्न।

* सबै क्यान्सर स्क्रिनिङको विस्तृत विवरण स्क्रिनिङ फारामसँग पठाइनेछ। "स्वास्थ्य परीक्षण/क्यान्सर स्क्रिनिङ सम्बन्धी जानकारी" हेर्नुहोस्।

* स्वास्थ्य परीक्षणको प्रमाणपत्र जारी गरिनेछैन।

दन्त स्वास्थ्य जाँच

केही जाँचहरूको लागि
तपाईं आफैले खर्च बेहोर्नुपर्नेछ

जाँच गर्ने स्वास्थ्य संस्थाहरू	जाँच अवधि
जाँचको जिम्मा दिइएका स्वास्थ्य संस्थाहरू	2025 साल जून 1 तारिखदेखि ~ 2025 साल डिसेम्बर 28 तारिखसम्म (स्वास्थ्य संस्थाको बिदा दिने दिन बाहेक)

जाँच गराउन सक्ने व्यक्ति	
【दन्त स्वास्थ्य जाँच】 16 वर्षदेखि ~75वर्षसम्म	● सिन्जुकु वडामा बसोबास गर्ने व्यक्ति (20・30・40・50・60・70 वर्षका व्यक्तिहरूलाई जाँचको फाराम पठाइनेछ। माथि उल्लेखित उमेरबाहेकका व्यक्तिहरूले जाँच गराउन चाहनुहुन्छ भने तल लेखिएको सम्बन्धित व्यक्तिलाई सम्पर्क गर्नुहोस्।)
【जेष्ठ नागरिकको दन्त स्वास्थ्य जाँच】 76वर्ष वा सोभन्दा बढीको	● सिन्जुकु वडामा बसोबास गर्ने व्यक्ति (76・80वर्षका व्यक्तिहरूलाई जाँचको फाराम पठाइनेछ। माथि उल्लेखित उमेरबाहेकका व्यक्तिहरूले जाँच गराउन चाहनुहुन्छ भने तल लेखिएको सम्बन्धित व्यक्तिलाई सम्पर्क गर्नुहोस्।)
आफैले बेहोर्नुपर्ने खर्च	
【दन्त स्वास्थ्य जाँच】 16 वर्षदेखि ~75वर्षसम्म	400 येन (शुल्क छुट हुनसक्छ। विस्तृत जानकारीको लागि * हेर्नुहोस्।)
【जेष्ठ नागरिकको दन्त स्वास्थ्य जाँच】 76वर्ष वा सोभन्दा बढीको	निःशुल्क
जचाउनुपन कुराहरू	
सोधपुछ जाँच	सोधपुछ फारामद्वारा मुखभित्रको अवस्था र जीवनशैली जस्ता कुराहरू बुझ्ने
मुखभित्रको जाँच	दन्त स्वास्थ्य जाँच दाँत / गजि / मुखभित्रको सफाई जस्ता कुराहरू जचाइनेछ।
	जेष्ठ नागरिकको दन्त स्वास्थ्य जाँच दाँत / गजि / निल्ले क्षमता जस्ता मुख सम्बन्धी क्षमताहरू जचाइनेछ।
सल्लाह	विस्तृत जाँच अनुसार सल्लाह दिइनेछ।

(2026 साल मार्च 31 तारिखसम्ममा पूरा हुने उमेर)

- * 70 वर्ष भन्दा माथिको, सामाजिक सुरक्षा पाएको वा पहिला चीनमा छोडिएको जापानिज जस्ता राहत भत्ता पाएका घरका दस्यहरू हुनुहुन्छ भने निःशुल्क जचाउन सक्नुहुन्छ।
- * विशेष वडा बासिन्दा करको छुट पाएको घरको सदस्यको लागि आफैले बेहोर्नुपर्ने खर्चको छुट पाउने प्रबन्ध छ।
- * स्वास्थ्य जाँचको नतिजा स्वरूप उपचार गर्नुपर्ने हुँदा सैद्धान्तिक रूपमा अर्कै दिन फेरि जचाउन आउनुहोस्।
- * स्वास्थ्य जाँचको प्रमाणपत्र जारी गरिनेछैन।

【दन्त स्वास्थ्य जाँच फारामको माग तथा सोधपुछको लागि सम्पर्क ठेगाना】

सिन्जुकु वडा, स्वास्थ्य विभाग, स्वास्थ्य प्रवर्धन शाखा, स्वास्थ्य प्रवर्धन विकसित जिम्मेवार कर्मचारी

TEL : 03-5273-3047 FAX : 03-5273-3930

तलको URL वा दायाँको QR कोडबाट पनि निवेदन दिन सक्नुहुन्छ।

<https://logoform.jp/form/kubz/828998>



LoGo फाराम

आर्थिक वर्ष 2025 FAX बाट स्वास्थ्य परीक्षण/ क्यान्सर स्क्रिनिङ फाराम आदि माग गर्ने निवेदन फाराम

*स्वास्थ्य परीक्षण/स्क्रिनिङको लागि नाम लेखाउन सिधै स्वास्थ्य संस्थामा सम्पर्क गर्नुहोस्।

FAX पठाउने स्थान

स्वास्थ्य प्रवर्धन शाखा, स्वास्थ्य परीक्षण जिम्मेवार कर्मचारी 03 (5273) 3930

तलको मोटो रेखा भित्र आवश्यक जानकारी लेखेर पठाउनुहोस्।
2025 आर्थिक वर्षमा जाँच गराउन सकिने सबै स्वास्थ्य परीक्षण फाराम आदि पठाइनेछ।

फुरिगाना		जन्म मिति	ताइस्यो, स्योवा, हेइसेइ, इस्वी संवत्
नाम		साल	महिना तारिख () वर्ष
ठेगाना	सिन्जुकु-कु		
फोन नम्बर		लिङ्ग	पुरुष , महिला

परीक्षण/जाँचको प्रकारहरू	परीक्षण/जाँच गराउन सक्ने व्यक्ति (सिन्जुकुवडामा बसोबास गर्ने व्यक्तिहरू) *2026 साल मार्च 31 तारिखसम्ममा पूरा हुने उमेर	
स्वास्थ्य परीक्षण	स्वास्थ्य परीक्षण गराउन सक्ने व्यक्ति (P11) हेर्नुहोस्।	
पेटको क्यान्सर	50 वर्ष वा सो भन्दा बढीको व्यक्ति (2वर्षमा 1पटक)	*40 वर्ष वा सो भन्दा बढीको व्यक्तिले पनि पेटको एक्सरे जाँच गराउन सक्छन्।
ठूलो आन्द्राको क्यान्सर	40 वर्ष वा सो भन्दा बढीको व्यक्ति	
फोक्सोको क्यान्सर	40 वर्ष वा सो भन्दा बढीको व्यक्ति	
पाठेघरको मुखको क्यान्सर	20 वर्ष वा सो भन्दा बढी (जोर उमेर) को महिला	* अघिल्लो आर्थिक वर्ष जाँच नगराएको बिजोर उमेरको व्यक्तिले पनि जाँच गराउन सक्नेछन्।
स्तन क्यान्सर	40 वर्ष वा सो भन्दा बढी (जोर उमेर) को महिला	
प्रोस्टेट क्यान्सर	50 वर्ष वा सो भन्दा बढीको पुरुष	
दन्त स्वास्थ्य जाँच	16 वर्ष वा सोभन्दा बढीको निवासी (परीक्षण अवधि जुन/1~डिसेम्बर/28)	

ध्यान दिनु पर्ने कुराहरू

- तपाईंले माग गरेपछि हामीले पठाउने दिनसम्म लगभग एक हप्ता जति लाग्न सक्छ।
- परीक्षण गराउन नसक्ने (दायरामा नपर्ने) व्यक्तिलाई स्वास्थ्य परीक्षण/स्क्रिनिङको फाराम पठाइनेछैन।
- जाँचको दिन, जाँचको लागि योग्य नभएको खण्डमा जाँच गरिनेछैन।
- स्वास्थ्य परीक्षणको दायरामा पर्ने व्यक्ति स्वास्थ्य परीक्षण सँगसँगै हेपाटाइटिस भाइरस परीक्षण, प्रोस्टेट क्यान्सर जाँच गरिन्छ।

新宿区処理欄	
受診番号	
ご案内	要・不要
同意書	要・不要

受付者	確認者		

इलेक्ट्रोनिक निवेदन यहाँबाट

तलको URL वा दायाँको QR कोडबाट पनि निवेदन दिन सक्नुहुन्छ।

<https://logoform.jp/form/kubz/821166>



LoGo फाराम

Khám sức khỏe

Miễn phí

*Bạn có thể khám mỗi năm tài chính 1 lần. Không phát hành giấy chứng nhận y tế.

Cơ quan tổ chức	Thời hạn khám		
Các cơ sở y tế được ủy thác	74 tuổi trở xuống	Từ ngày 1 tháng 6 năm 2025	Đến ngày 31 tháng 3 năm 2026
	75 tuổi trở lên	Từ ngày 1 tháng 5 năm 2025	

Đối tượng khám (Cư dân quận Shinjuku)	
16 đến 39 tuổi	Những người không có cơ hội khám sức khỏe tại trường học, nơi làm việc, v.v.
40 đến 74 tuổi	- Người có tham gia bảo hiểm y tế quốc dân tại quận Shinjuku - Người đang hưởng trợ cấp bảo hộ cuộc sống, v.v...
75 tuổi trở lên	- Người có tham gia bảo hiểm y tế dành cho người cao tuổi hậu kỳ của Thành phố Tokyo (bao gồm cả người tham gia từ 65 tuổi trở lên) - Người đang hưởng trợ cấp bảo hộ cuộc sống, v.v...
Hạng mục khám	
Hỏi khám - Đo chiều cao, cân nặng - Đo huyết áp - Xét nghiệm nước tiểu - Xét nghiệm máu	
Chụp X-quang vùng ngực	Người 16 - 64 tuổi có nhu cầu khám mục này Người 65 tuổi trở lên bắt buộc phải khám mục này nhằm phát hiện sớm các bệnh như bệnh lao, v.v...
Theo đánh giá của bác sĩ, có thể thực hiện kiểm tra điện tâm đồ và kiểm tra đáy mắt (đối với bệnh nhân trên 40 tuổi).	

(Tuổi đủ tính theo ngày sinh nhật trước hoặc vào ngày 31 tháng 3 năm 2026)

*Nếu bạn là người tham gia bảo hiểm y tế quốc dân tại quận Shinjuku trong độ tuổi từ 40 đến 74 và được phát hiện có nguy cơ cao mắc các bệnh liên quan đến thói quen sinh hoạt dựa trên kết quả khám sức khỏe đặc biệt, chúng tôi sẽ gửi cho bạn hướng dẫn hỗ trợ cải thiện thói quen sinh hoạt như ăn uống, vận động, v.v. (hướng dẫn sức khỏe đặc biệt, hướng dẫn sức khỏe tránh béo phì).

Xét nghiệm virus viêm gan

Miễn phí

*Bạn chỉ có thể khám sức khỏe 1 lần trong thời gian sinh sống tại quận Shinjuku.

*Xét nghiệm được thực hiện đồng thời với khám sức khỏe và chỉ lấy mẫu máu.

Đối tượng khám (Cư dân quận Shinjuku)	Thời hạn khám		
Người 40 tuổi trở lên và trước đây chưa từng xét nghiệm virus viêm gan	74 tuổi trở xuống	Từ ngày 1 tháng 6 năm 2025	Đến ngày 31 tháng 3 năm 2026
	75 tuổi trở lên	Từ ngày 1 tháng 5 năm 2025	

Xét nghiệm ung thư

Phải thanh toán một phần chi phí

Cơ quan tổ chức	Thời hạn khám		
Các cơ sở y tế được ủy thác	74 tuổi trở xuống	Từ ngày 1 tháng 6 năm 2025	Đến ngày 31 tháng 3 năm 2026 * Riêng thời hạn xét nghiệm ung thư dạ dày (nội soi) là đến ngày 31 tháng 1 năm 2026
	75 tuổi trở lên	Từ ngày 1 tháng 5 năm 2025	

Hạng mục		Số tiền phải thanh toán (*1)	Đối tượng (Cư dân quận Shinjuku)
Ung thư dạ dày	Nội soi dạ dày (ống soi dạ dày)	2.000 Yên	50 tuổi trở lên (*2) 2 năm 1 lần Chọn 1 trong 2 cách thức (*3)
	Chụp X-quang dạ dày (uống Barium)	1.900 Yên	
Ung thư đại tràng (xét nghiệm máu trong phân)		600 Yên	40 tuổi trở lên
Ung thư phổi	Chụp X-quang vùng ngực	900 Yên	40 tuổi trở lên
	Chụp X-quang ngực + Xét nghiệm tế bào học đờm	1.200 Yên	Người 50 tuổi trở lên và có chỉ số hút thuốc lá cao
Ung thư cổ tử cung (Xét nghiệm tế bào học cổ tử cung)		900 Yên	Phụ nữ 20 tuổi trở lên và có số tuổi là số chẵn * Người có số tuổi là số lẻ và năm tài chính trước chưa làm xét nghiệm cũng được làm xét nghiệm.
Ung thư vú (chụp nhũ ảnh)		800 Yên	Phụ nữ 40 tuổi trở lên và có số tuổi là số chẵn * Người có số tuổi là số lẻ và năm tài chính trước chưa làm xét nghiệm cũng được làm xét nghiệm.
Ung thư tuyến tiền liệt (xét nghiệm PSA) (*4) Khác với 5 loại xét nghiệm ung thư nêu trên, phần này là xét nghiệm ung thư do chính quyền địa phương thực hiện và không thuộc đối tượng khám sức khỏe theo phương châm của nhà nước.		200 Yên	Nam giới 50 tuổi trở lên * Làm xét nghiệm đồng thời với khám sức khỏe

(Tuổi đủ tính theo ngày sinh nhật đến trước ngày 31 tháng 3 năm 2026)

- *1 Có chế độ miễn phần chi phí phải thanh toán đối với người thuộc hộ gia đình được miễn thuế cư trú đặc biệt. Cần làm thủ tục trước. Vui lòng liên hệ với chúng tôi để biết thông tin chi tiết.
- *2 Người từ 40 tuổi đến 49 tuổi cũng được xét nghiệm bằng chụp X-quang dạ dày.
- *3 Trường hợp muốn chụp X-quang dạ dày liên tục có thể chụp hàng năm.
- *4 Tiến hành cùng lúc khi kiểm tra sức khỏe.
Sau khi yêu cầu phiếu kiểm tra sức khỏe và phiếu tầm soát ung thư tuyến tiền liệt, khi đến khám sức khỏe, vui lòng nói với cơ sở y tế rằng “tôi cũng muốn tầm soát ung thư tuyến tiền liệt”.
Ngoài ra, những người đủ điều kiện khám sức khỏe sẽ không được xét nghiệm riêng ung thư tuyến tiền liệt.
* Vui lòng xem chi tiết về các xét nghiệm ung thư trong bản “Hướng dẫn về khám sức khỏe và xét nghiệm ung thư” được gửi cùng với Phiếu khám.
* Không phát hành giấy chứng nhận y tế .

Khám sức khỏe răng miệng

Phải thanh toán một phần chi phí

Cơ quan thực hiện	Thời hạn khám
Các cơ sở y tế được ủy thác	Ngày 1 tháng 6 năm 2025 đến ngày 28 tháng 12 năm 2025 (Ngoại trừ những ngày nghỉ không khám bệnh)

Đối tượng		
[Khám sức khỏe răng miệng] 16 tuổi - 75 tuổi		●Cư dân quận Shinjuku (Quận đã gửi Phiếu khám cho những người 20, 30, 40, 50, 60 và 70 tuổi. Người không ở độ tuổi trên nếu có nhu cầu khám, vui lòng liên hệ với ban phụ trách dưới đây.)
[Khám sức khỏe răng miệng người cao tuổi hậu kỳ] 76 tuổi trở lên		●Cư dân quận Shinjuku (Quận đã gửi Phiếu khám cho những người 76 và 80 tuổi. Người không ở độ tuổi trên nếu có nhu cầu khám, vui lòng liên hệ với ban phụ trách dưới đây.)
Chi phí phải thanh toán		
[Khám sức khỏe răng miệng] 16 tuổi - 75 tuổi		400 yên (Có miễn phí. Chi tiết tham khảo *)
[Khám sức khỏe răng miệng người cao tuổi hậu kỳ] 76 tuổi trở lên		Miễn phí
Nội dung khám		
Hỏi khám		Nắm bắt tình trạng khoang miệng và thói quen sinh hoạt, v.v. căn cứ theo Bảng hỏi khám.
Khám khoang miệng	Khám sức khỏe răng miệng	Kiểm tra tình trạng vệ sinh răng, nướu, khoang miệng, v.v.
	Khám sức khỏe răng miệng người cao tuổi hậu kỳ	Kiểm tra răng, nướu và các chức năng khoang miệng như chức năng nuốt, v.v.
Tư vấn		Tiến hành tư vấn căn cứ theo kết quả khám tổng hợp

(Tuổi đủ tính theo ngày sinh nhật đến trước ngày 31 tháng 3 năm 2026)

- * Người 70 tuổi trở lên, người thuộc hộ gia đình nhận trợ cấp bảo hộ cuộc sống hoặc trợ cấp dành cho người Nhật Bản tàn lưu tại Trung Quốc sau chiến tranh, được khám miễn phí.
- * Có chế độ miễn phần chi phí phải thanh toán đối với người thuộc hộ gia đình được miễn thuế cư trú đặc biệt.
- * Về nguyên tắc, trường hợp kết quả khám là cần phải điều trị sẽ phải khám lại vào ngày khác.
- * Không phát hành giấy chứng nhận y tế.

[Nơi tiếp nhận yêu cầu cấp và liên hệ về Phiếu khám sức khỏe răng miệng]
Ban Xúc tiến tăng cường sức khỏe, Phòng Tăng cường sức khỏe,
Bộ phận Sức khỏe, Quận Shinjuku
TEL: 03 - 5273 - 3047 FAX: 03 - 5273 - 3930

Bạn cũng có thể đăng ký thông qua URL bên dưới hoặc mã hai chiều bên phải.

<https://logoform.jp/form/kubz/828998>



Biểu mẫu LoGo

Bản FAX yêu cầu cấp Phiếu khám sức khỏe/ xét nghiệm ung thư, v.v. năm tài chính 2025

* Hãy liên hệ trực tiếp với cơ sở y tế để đăng ký khám (xét nghiệm).

Nơi gửi FAX

Ban Sức khỏe, Phòng Tăng cường sức khỏe 03-5273-3930

Vui lòng điền các phần trong khung đậm dưới đây và gửi đi.
Chúng tôi sẽ gửi cho bạn một bộ phiếu khám sức khỏe và các giấy tờ khác để bạn có thể khám sức khỏe vào năm tài chính 2025.

Katakana				Ngày tháng năm sinh	Ngày	tháng	năm	Tuổi:
Họ tên								
Địa chỉ	,Quận Shinjuku							
Số điện thoại				Giới tính	Nam	•	Nữ	

Hạng mục khám (xét nghiệm)	Đối tượng (Cư dân quận Shinjuku)	
	*Tuổi đủ tính theo ngày sinh nhật đến trước ngày 31 tháng 3 năm 2026	
Khám sức khỏe	Vui lòng kiểm tra phần đối tượng được khám sức khỏe (trang 15).	
Ung thư dạ dày	Người 50 tuổi trở lên (2 năm 1 lần)	* Người ở độ tuổi 40 được xét nghiệm bằng chụp X-quang dạ dày.
Ung thư đại tràng	Người 40 tuổi trở lên	
Ung thư phổi	Người 40 tuổi trở lên	
Ung thư cổ tử cung	Phụ nữ 20 tuổi trở lên (số tuổi chẵn)	* Người có số tuổi lẻ cũng được xét nghiệm nếu năm tài chính trước chưa xét nghiệm.
Ung thư vú	Phụ nữ 40 tuổi trở lên (số tuổi chẵn)	
Ung thư tuyến tiền liệt	Nam giới từ 50 tuổi trở lên	
Kiểm tra sức khỏe nha khoa	Cư dân quận từ 16 tuổi trở lên (Thời hạn khám Từ 1/6 đến 28/12)	

Lưu ý:

- Có thể sẽ tốn 1 tuần kể từ ngày yêu cầu đến ngày chúng tôi gửi đi.
- Chúng tôi sẽ không gửi Phiếu khám đối với trường hợp không thuộc đối tượng quy định.
- Trường hợp không thỏa mãn điều kiện vào ngày khám sẽ không được khám.
- Đối với những bệnh nhân khám sức khỏe, việc xét nghiệm virus viêm gan và xét nghiệm ung thư tuyến tiền liệt chỉ có thể được thực hiện cùng lúc với việc khám sức khỏe.

新宿区処理欄	
受診番号	
ご案内	要・不要
同意書	要・不要

受付者	確認者		

Đăng ký điện tử tại đây

Bạn cũng có thể đăng ký thông qua URL bên dưới hoặc mã hai chiều bên phải.

<https://logoform.jp/form/kubz/821166>



Biểu mẫu LoGo

**受診には受診券が必要です。
お手元がない方は下記までご請求ください。**

【受診券の請求および問い合わせ先】

新宿区 健康部 健康づくり課 健診係
TEL:03-5273-4207 FAX:03-5273-3930
(日本語対応)

**စစ်ဆေးမှုခံယူရာတွင်ကျန်းမာရေးစမ်းသပ်/စစ်ဆေးမှုခံယူခွင့်လက်မှတ်လိုအပ်ပါသည်။
လက်ဝယ်မရရှိသေးပါကအောက်ပါလိပ်စာသို့ဆက်သွယ်တောင်းခံပါ။**

**စစ်ဆေးမှုခံယူခွင့်လက်မှတ်များလက်ခံနှင့် စုံစမ်းမေးမြန်ရန်နေရာ
ကျန်းမာရေးစစ်ဆေးမှုဌာနစိတ်ကျန်းမာရေးမြှင့်တင်မှုဌာနခွဲ
ကျန်းမာရေးဌာနရှင်းဂျူကုရပ်ကွက်**

ဖုန်း:03-5273-4207 FAX:03-5273-3930
(ဂျပန်ဘာသာဖြင့်)

**जाँचको लागि परीक्षण/स्क्रिनिङ फाराम आवश्यक हुन्छ।
आफूसँग नभएको व्यक्तिले निम्न स्थानमा सम्पर्क गरी माग गर्नुहोस्।**

परीक्षण/स्क्रिनिङ फाराम माग तथा सोधपुछको लागि

सिन्जुकु वडा, स्वास्थ्य विभाग, स्वास्थ्य प्रवर्धन शाखा,

स्वास्थ्य परीक्षण जिम्मेवार कर्मचारी

फोन: 03-5273-4207 फ्याक्स: 03-5273-3930

(जापानी भाषामा)

Khi khám cần phải có Phiếu khám.

Nếu chưa có, vui lòng yêu cầu cơ quan dưới đây cấp phiếu.

[Nơi tiếp nhận yêu cầu cấp và liên hệ về Phiếu khám]

Ban Khám sức khỏe, Phòng Tăng cường sức khỏe,

Bộ phận Sức khỏe, Quận Shinjuku

TEL:03-5273-4207 FAX:03-5273-3930

(Trả lời bằng tiếng Nhật)