

令和5年3月3日
健康部健康推進課

がん検診等受診券のチケット化について

区のがん検診の案内は、総合案内となっており、その中から対象の検診を自身で見つけて申し込む必要がある。令和5年度から自分が受けるべき検診が一目で分かるよう、対象となるがん検診などの受診券をチケット化する。

1 受診券発送予定数 588,267人（令和4年4月1日現在）

- (1) がん検診（40歳以上） 458,479人
- (2) 子宮がん検診（20～39歳女性） 118,427人
- (3) 成人歯科健診（30,35歳男性） 11,361人

2 チケット化した受診券（イメージ）

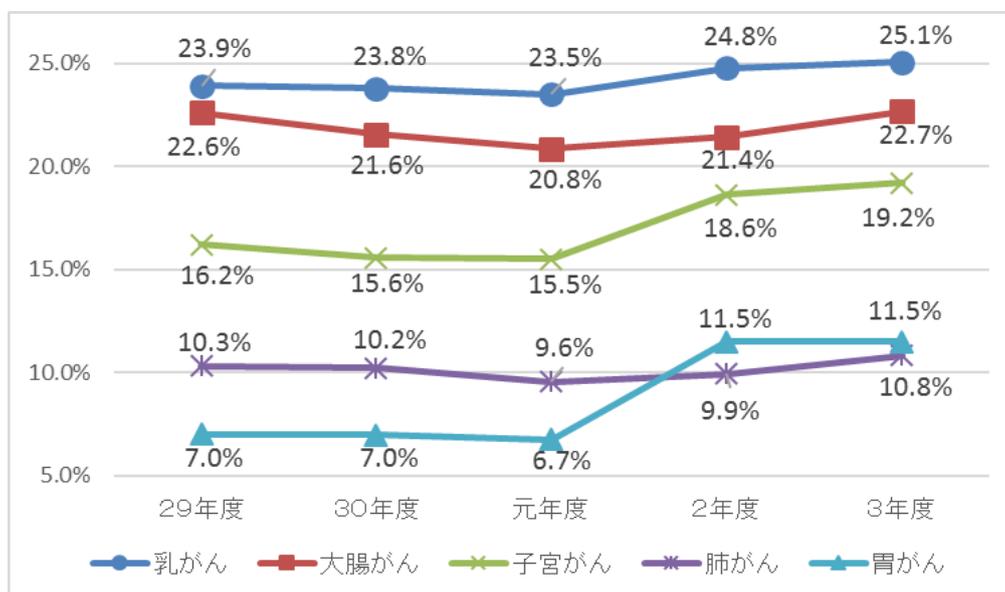
資料6-2のとおり（60歳以上の男性を想定したチケット）

3 スケジュール

令和5年3月1日 区報掲載および区ホームページによる周知
3月下旬 受診券の発送
4月1日以降 検診予約・受診

4 参考

がん検診受診率の推移



宛名

<注意事項>

- ①記載のお名前以外の方は使用できません。
- ②受診の際は必ずこのチケットをお持ちください。
- ③****で消されている検診(健診)は年齢や昨年度の受診状況等により今年度受診できない検診です。
- ④令和5年1月末までの受診状況が反映されています。そのため、****で消されていなくても受診できない場合があります。
- ⑤各検診(健診)の受診対象者・受診期間など詳細は裏面でご確認ください。

練馬区がん検診等受診券(チケット)

シールを剥がさずに受付に提出してください。

<p>令和5年度 胃がん検診(エックス線または内視鏡)</p> <p>期 間 令和5年4月1日から令和6年3月31日</p> <p>氏 名 健康 太郎</p> <p>生年月日 昭和99年9月9日</p> <p>住 所 練馬区豊玉北6丁目12番1号 東庁舎マンション601号</p> <p>自己負担金 エックス線 9,999円 内視鏡 9,999円</p> <p>受診券番号 1234567890</p> <p>バーコード</p>	<p>令和5年度 大腸がん検診</p> <p>期 間 令和5年5月1日から令和6年3月31日</p> <p>氏 名 健康 太郎</p> <p>生年月日 昭和99年9月9日</p> <p>住 所 練馬区豊玉北6丁目12番1号 東庁舎マンション601号</p> <p>自己負担金 9,999円</p> <p>受診券番号 1234567890</p> <p>バーコード</p>	<p>令和5年度 肺がん検診</p> <p>期 間 裏面参照</p> <p>氏 名 健康 太郎</p> <p>生年月日 昭和99年9月9日</p> <p>住 所 練馬区豊玉北6丁目12番1号 東庁舎マンション601号</p> <p>自己負担金 9,999円</p> <p>受診券番号 1234567890</p> <p>バーコード</p>
--	---	---

<p>令和5年度 乳がん検診</p> <p>期 間 令和5年4月1日から令和6年3月31日</p> <p>氏 名 健康 太郎</p> <p>生年月日 昭和99年9月9日</p> <p>住 所 練馬区豊玉北6丁目12番1号 東庁舎マンション601号</p> <p>自己負担金 9,999円</p> <p>受診券番号 1234567890</p> <p>バーコード</p>	<p>令和5年度 子宮がん検診</p> <p>期 間 令和5年4月1日から令和6年3月31日</p> <p>氏 名 健康 太郎</p> <p>生年月日 昭和99年9月9日</p> <p>住 所 練馬区豊玉北6丁目12番1号 東庁舎マンション601号</p> <p>自己負担金 9,999円</p> <p>受診券番号 1234567890</p> <p>バーコード</p>	<p>令和5年度 骨粗しょう症検診</p> <p>期 間 令和5年5月1日から令和6年3月31日</p> <p>氏 名 健康 太郎</p> <p>生年月日 昭和99年9月9日</p> <p>住 所 練馬区豊玉北6丁目12番1号 東庁舎マンション601号</p> <p>自己負担金 9,999円</p> <p>受診券番号 1234567890</p> <p>バーコード</p>
<p>令和5年度 前立腺がん検診</p> <p>期 間 裏面参照</p> <p>氏 名 健康 太郎</p> <p>生年月日 昭和99年9月9日</p> <p>住 所 練馬区豊玉北6丁目12番1号 東庁舎マンション601号</p> <p>自己負担金 9,999円</p> <p>受診券番号 1234567890</p> <p>バーコード</p>	<p>令和5年度 眼科健診</p> <p>期 間 令和5年5月1日から令和5年11月30日</p> <p>氏 名 健康 太郎</p> <p>生年月日 昭和99年9月9日</p> <p>住 所 練馬区豊玉北6丁目12番1号 東庁舎マンション601号</p> <p>自己負担金 9,999円</p> <p>受診券番号 1234567890</p> <p>バーコード</p>	<p>令和5年度 成人歯科健康診査</p> <p>期 間 令和5年4月1日から令和6年3月31日</p> <p>氏 名 健康 太郎</p> <p>生年月日 昭和99年9月9日</p> <p>住 所 練馬区豊玉北6丁目12番1号 東庁舎マンション601号</p> <p>自己負担金 9,999円</p> <p>受診券番号 1234567890</p> <p>バーコード</p>

各検診(健診)対象者のご案内 ※がん検診等のご案内も合わせてご覧ください



胃がん検診 エックス線検査(バリウム)

【対象者】下記①～③すべてに該当する方
①年度末の年齢が40歳以上の方
②練馬区に住所等がある方
③前年度に胃内視鏡検査を未受診の方
【実施期間】令和5年4月～令和6年3月
【申込期限】令和6年1月31日まで

胃がん検診 胃内視鏡検査

【対象者】下記①～③すべてに該当する方
①年度末の年齢が50歳以上の方
②練馬区に住所等がある方
③前年度に胃内視鏡検査を未受診の方
【実施期間】令和5年4月～令和6年3月
【申込期限】令和6年2月29日まで

資料6-2 (裏)



大腸がん検診

【対象者】下記①～②すべてに該当する方
①年度末の年齢が40歳以上の方 ②練馬区に住所等がある方
【実施期間】実施医療機関：令和5年5月～令和6年3月
健康診査室(練馬区役所東庁舎2階)／練馬区医師会医療健診センター：令和5年6月～令和5年11月
※健康診査室、医療健診センターでの受診は練馬区健康診査と同時受診のみ
【申込期限】実施医療機関：各実施医療機関にご確認ください
健康診査室(練馬区役所東庁舎2階)／練馬区医師会医療健診センター：令和5年9月30日まで
※健康診査受診券をお持ちの方は、健康診査と同時受診が可能です



肺がん検診

【対象者】下記①～③すべてに該当する方
①年度末の年齢が40歳以上の方 ②練馬区に住所等がある方 ③同年度中に一般胸部エックス線検査を未受診の方
【実施期間】実施医療機関：令和5年5月～令和5年11月
健康診査室(練馬区役所東庁舎2階)：令和5年6月～令和6年3月
練馬区医師会医療健診センター：令和5年5月～令和6年3月
※肺がん検診を実施している実施医療機関であれば練馬区健康診査と同時受診が可能です
【申込期限】実施医療機関：各実施医療機関にご確認ください
健康診査室(練馬区役所東庁舎2階)／練馬区医師会医療健診センター：令和6年1月31日まで



乳がん検診 乳がん検診は2年に一度の検診です

【対象者】下記①～③すべてに該当する方
①年度末の年齢が40歳以上の女性の方 ②練馬区に住所等がある方 ③前年度未受診の方
【実施期間】令和5年4月～令和6年3月
【申込期限】令和6年1月31日まで



子宮がん検診 子宮がん検診は2年に一度の検診です

【対象者】下記①～③すべてに該当する方
①年度末の年齢が20歳以上の女性の方 ②練馬区に住所等がある方 ③前年度未受診の方
【実施期間】令和5年4月～令和6年3月
【申込期限】各実施医療機関にご確認ください



骨粗しょう症検診

【対象者】下記①～②すべてに該当する方
①年度末の年齢が40歳・45歳・50歳・55歳・60歳・65歳・70歳の女性の方 ②練馬区に住所等がある方
【実施期間】令和5年5月～令和6年3月
【申込期限】各実施医療機関にご確認ください



前立腺がん検診

【対象者】下記①～②すべてに該当する方
①年度末の年齢が60歳・65歳の男性の方 ②練馬区に住所等がある方
【実施期間】実施医療機関：令和5年5月～令和5年11月
健康診査室(練馬区役所東庁舎2階)：令和5年6月～令和6年1月
練馬区医師会医療健診センター：令和5年5月～令和6年3月
※実施医療機関での受診は練馬区健康診査と同時受診のみ
【申込期限】実施医療機関：各実施医療機関にご確認ください
健康診査室(練馬区役所東庁舎2階)／練馬区医師会医療健診センター：医療健診センターにご確認ください
※健康診査受診券をお持ちの方は、健康診査と同時受診が可能です



眼科健診

【対象者】下記①～②すべてに該当する方
①年度末の年齢が50歳・55歳・60歳・65歳の方 ②練馬区に住所等がある方
【実施期間】令和5年5月～令和5年11月
【申込期限】各実施医療機関にご確認ください



成人歯科健康診査

【対象者】下記①～②すべてに該当する方
①年度末の年齢が30歳・35歳・40歳・45歳・50歳・55歳・60歳・65歳・70歳の方 ②練馬区に住所等がある方
【実施期間】令和5年4月～令和6年3月
【申込期限】各実施医療機関にご確認ください

【自己負担金免除について】

自己負担金が有料で記載されている方のうち、世帯全員住民税非課税の場合などは、事前に手続きをすることで、「無料」となります。申請方法など詳しくはご案内の 令和5年度 練馬区がん検診等に係る自己負担金の免除について をご覧ください。

2023
03/01(水) — 2023
03/05(日)オンライン**健康**イベントを開催します！3/1から3/8は女性の健康週間。
今回は、YouTubeとZoomを使って、健康づくりに役立つ情報をお届けします！企画
その1YouTubeチャンネル
「ねりま健康ちゃんねる」に動画を掲載！健康に関する様々なテーマの動画を計15本掲載予定！
※番組一覧・動画の視聴方法については、裏面をご覧ください。コロナ禍での
健康のお悩みも解決！職員も実際に
体験してみました！動画を観ながら
実践できる！企画
その2事前申込み制（先着100名）！
Zoom（ウェビナー）で講座を開催！当日配信のオンライン講座を開催します！
今回は「食」「女性のがん」「運動」の3つのテーマとなっています。

申込み期限：2/20（月）まで

申込みは区ホームページ

電子申請から →→→

※定員になり次第、受付終了。



食

1日目

3/1（水）午後7時～8時

今日は何食しよう！
コンビニ活用術【講師】
株式会社エビータ 代表取締役
管理栄養士 浅野 まみこ 氏

がん

2日目

3/4（土）午前10時～11時

子宮頸がん予防の最前線！
～HPVワクチン接種と検診で完全制圧！【講師】
順天堂大学医学部附属練馬病院
産科婦人科 診療科長
荻島 大貴 氏

運動

3日目

3/5（日）午後2時～3時

「理想の体」を手に入れる！
運動のプロが教える、ボディメイク術とは!?【講師】
一般社団法人ケア・ウォーキング普及会 代表理事
健康運動指導士 黒田 恵美子 氏

※オンライン講座は、当日配信のみで後日の録画配信はございません。ご了承ください。



	3 / 1 (水)	3 / 2 (木)	3 / 3 (金)	3 / 4 (土)	3 / 5 (日)
9 : 00		動画6 知る 学ぶ 講演 骨の健康 いつまでも美しい骨でいるために ～今、あなたにできること～	動画11 体験 実技 運動 姿勢 その不調、姿勢が原因かも!? 美姿勢でコスパ良く、お悩み解決！		
12 : 00	動画1 食べる 巡る 食育 農業 練馬産野菜が食べたいくなる 食育応援店+農家さんインタビュー！	動画7 食べる 巡る 食育 農業	動画12 食べる 巡る 食育 農業	オンライン講座② (Zoomウェビナー) 事前申込み (当日配信のみ) 子宮頸がん予防の最前線！ ワクチンと検診で完全制圧！	
13 : 00	動画2 体験 実技 運動 筋トレ すきま時間でワタシメニュー！ 1日〇分の筋トレでカラダをリセット	動画8 体験 実技 運動 お口 「マスク老け」を撃退！ 自信を持ってマスクを外せる!? マスクの下でこっそり顔トレ！	動画13 知る 学ぶ お口と歯 講座 歯科衛生士さんに聞いてみよう！ マスク生活でのお口のお悩み相談室		オンライン講座③ (Zoomウェビナー) 事前申込み (当日配信のみ) 運動のプロが教える、 ボディメイク術とは!?
15 : 00	動画3 知る 学ぶ 講演 妊娠・出産 子どもが教えてくれる！ 産後ママの健康管理				
17 : 00	動画4 作る 食べる 食育 親子向け これだけで簡単！ 小学生でもできるちゃんとはん		動画14 知る 学ぶ 体験談 女性のがん ～乳房のセルフチェックをしてみましょう～ 今日から始める「プレスト・アウェアネス」	※ 注 意 ※ ・YouTubeの掲載動画は、 配信されてから、半年程度公開予定です。 ・オンライン講座は、事前申込制・当日配信のみです。 区ホームページ「電子申請」から お申込みいただけます。	
19 : 00	オンライン講座① (Zoomウェビナー) 事前申込み (当日配信のみ) 今日は何食べよう！コンビニ活用術	動画9 知る 学ぶ 講演 女性ホルモン 女性ホルモンと上手く付き合うコツ 【前編】：思春期～性成熟期編	動画15 体験 実技 睡眠 姿勢 お家にある〇〇で!? ココロとカラダが“ととのう”睡眠		
	動画5 知る 学ぶ 講演 妊娠・出産 将来のあなたとお子さんのための プレコンセプトケア	動画10 知る 学ぶ 講演 女性ホルモン 女性ホルモンと上手く付き合うコツ 【後編】：更年期以降編			

視聴方法



①YouTube「ねりま健康ちゃんねる」の動画

YouTubeでご視聴いただけます。
 YouTubeには、以下のいずれかの方法でアクセスできます。

方 法①

検索エンジンで

「ねりま健康ちゃんねる」を検索

ねりま健康ちゃんねる



方 法②

右の二次元バーコードから

「ねりま健康ちゃんねる」にアクセス →→→



②オンライン講座

事前申込制・当日配信のみです。
 区ホームページ「電子申請」からお申込みいただけます。
 申込期限：2月20日(月)

区ホームページには

こちらからアクセスできます →→→



※定員になり次第、受付を終了します。

視聴にあたって



- ・YouTube「ねりま健康ちゃんねる」の動画は申込みは不要です
 (オンライン講座は事前申込制・当日配信のみです)
- ・通信費は視聴者のご負担になりますので、あらかじめご承知おきください
- ・YouTubeの動画は、配信後お好きな時間にご覧いただけます
- ・YouTubeの動画の配信期間は、半年程度を予定しています

お問い合わせ先：

練馬区健康推進課健康づくり係

電話 ☎ : 03-5984-4624