

令和2年度 長野県医師国保組合 特定健康診査・特定保健指導のご案内

本年度の特定健康診査（以下、「特定健診」という）および特定保健指導を下記のとおり実施します。

なお、国は国保組合に対して事業実績に応じて補助金を上乗せする「インセンティブ制度」を行っており、受診率の向上が補助金アップ、更には国民健康保険料の減額につながります。当組合の平成30年度特定健康診査受診率は26.4%、特定保健指導の終了者は10.1%であり、大変低い状況です。受診率等が低いことから補助金の上乗せがないばかりか、後期高齢者支援金が加算されて、国民健康保険料を増額しなければならない状況となっております。現状をご理解いただき、特定健康診査等の受診率向上にご協力いただきますようお願いいたします。

＜ご案内予定＞ 第1回…7月（令和2年4月1日現在の被保険者）

第2回…10月（令和2年4月1日以降令和2年8月31日までに被保険者となられた方）

対象者

40歳～74歳の被保険者（今年度40歳になる者を含み、受診日時点で75歳未満の者）

※妊産婦その他の厚生労働大臣が定める者を除く

＜注意＞ 被保険者種別により実施内容が異なります。世帯員→従業員など種別の異動がある場合は受診券使用の可否等、異なる点がありますのでご注意ください。

第二種組合員（従業員）について（詳細3ページ）

「労働安全衛生法に基づき事業者が実施する健康診断」（以下「事業者健診」という）が特定健診に優先するため、勤務先で実施される事業者健診を受けていただき、その結果を「特定健康診査項目結果報告書」にて提出いただくことで、特定健診の受診率に反映できます。

※第二種組合員には受診券の発行はありませんが、特定保健指導については、対象となった方に利用券を発行いたします。

健診期間

令和2年4月1日～令和3年3月31日

注意）新型コロナウイルス感染症の拡大防止のために、特定健康診査等受診の際は、必ず事前に実施機関に電話で確認のうえ、受診されますようお願いいたします。（ただし、特定保健指導は電話・電子メール等を活用して行うことが可能）

特定健診・特定保健指導とは

内臓脂肪型肥満に着目し、その要因となっている生活習慣を改善し、糖尿病等の生活習慣病の有病者・予備群を減少させることを目的に実施します。健診結果をもとに、メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）該当者および予備群の方に対し保健指導を実施し、生活習慣を見直すためのサポートを行います。

基本的な健診項目

- 質問項目 ○身体計測（身長、体重、BMI、腹囲（内臓脂肪面積）） ○理学的所見（身体診察）
- 血圧測定 ○肝機能検査（AST（GOT）、ALT（GPT）、γ-GT（γ-GTP））
- 脂質検査（中性脂肪、HDLコレステロール、LDLコレステロール又はNon-HDLコレステロール）
- 血糖検査（空腹時血糖又はHbA1c検査、やむを得ない場合には随時血糖）
- 尿検査（尿糖、尿蛋白）

詳細な健診項目（判定基準に該当する者のうち、医師が必要と認める者について実施）

- 12誘導心電図 ○眼底検査 ○貧血検査 ○血清クレアチニン検査

特定健診以外の健診(人間ドック等)に対する補助について

特定健診の対象者である第一種組合員および世帯員（受診日時時点で75歳未満の者に限る）については、受診券利用による特定健診に代えた、人間ドック等他の健診受診について補助いたします。その際は実施機関へは特定健診の受診券は絶対提出しないで下さい。なお、健診結果は、特定健診の実施として取り扱います。

条 件

- ・ 健診受診日が当該年度内であること
- ・ 特定健診の健診項目を具備した健診であること
- ・ 当組合が発行した 特定健康診査受診券 を使用していないこと（特定健診と重複しての補助はできません）特定健康診査受診券を使用した場合は、補助金対象にはなりませんのでご注意ください。

補 助 額

○第一種組合員 上限 30,000円 ○世帯員 上限 20,000円

補助金申請方法

補助金は健診後日の申請による償還払いとなります（口座振り込み）。健診費用を一旦、全額ご負担いただき、健診結果がお手元に届きましたら必要書類を揃えて医師国保組合へ申請してください。なお、申請者は組合員としてください。

必要書類

- ① 別添 特定健康診査項目結果報告書 ・ 補助金申請書
 - ・ 1～2ページに健診結果等を記入
 - ※ 1ページの「基本的な健診項目」がすべてそろっていないと補助できません
 - ※ 健診結果については、記入に代えて健診結果の写しを添付いただいても結構です
 - ・ 3ページ 質問票 記入
 - ・ 4ページ 補助金申請書 記入
- ② 領収書
 - ・ コピー可、領収印が読み取れるもの
- ③ 当組合が発行した 特定健康診査受診券

特定健診と重複しての補助はできませんので、受診券を使用していないことを確認しお返しいただく必要があります。紛失等についてはその旨、お知らせください。

申請締切

令和3年4月末日（令和2年度健診分）

※ 健診結果がお手元に届きましたら速やかな申請をお願いいたします。

第二種組合員(従業員)の特定健診について

特定健診・特定保健指導の実施に伴い、労働安全衛生法による事業者健診と特定健診との整合性が図られています。

労働安全衛生法で義務づけられている事業者健診の実施が優先されるため、従業員である第二種組合員については、事業者健診の結果を提出いただくことで特定健診の実施に代えさせていただきます。

特定健診の対象となる従業員がいる医療機関には、対象者名簿、健診結果報告用封筒をお送りしますので、受診率向上のためにも健診結果の提供にご協力をお願いいたします。

事業者健診は特定健診実施機関以外でも可(自家健診も可)

結果提出の流れ

① 事業主→従業員

特定健康診査・特定保健指導のご案内 一式を対象従業員にお渡しください。

② 従業員→事業主

事業者健診後、特定健康診査項目結果報告書 に健診結果等を転記し事業主へ提出してください。

- ・「基本的な健診項目」はすべて記入が必要です
- ・質問票 (3ページ) の記入漏れがないようご注意ください
- ・結果転記に代えて健診結果の写しを添付いただいても構いませんが 質問票 は別途必要です

③ 事業主→郡市医師会

記入漏れ等がないかご確認いただき、対象者の 特定健康診査項目結果報告書 をお取りまとめのうえ、健診結果報告用封筒 にて郡市医師会へご提出ください。

④ 郡市医師会→医師国保組合

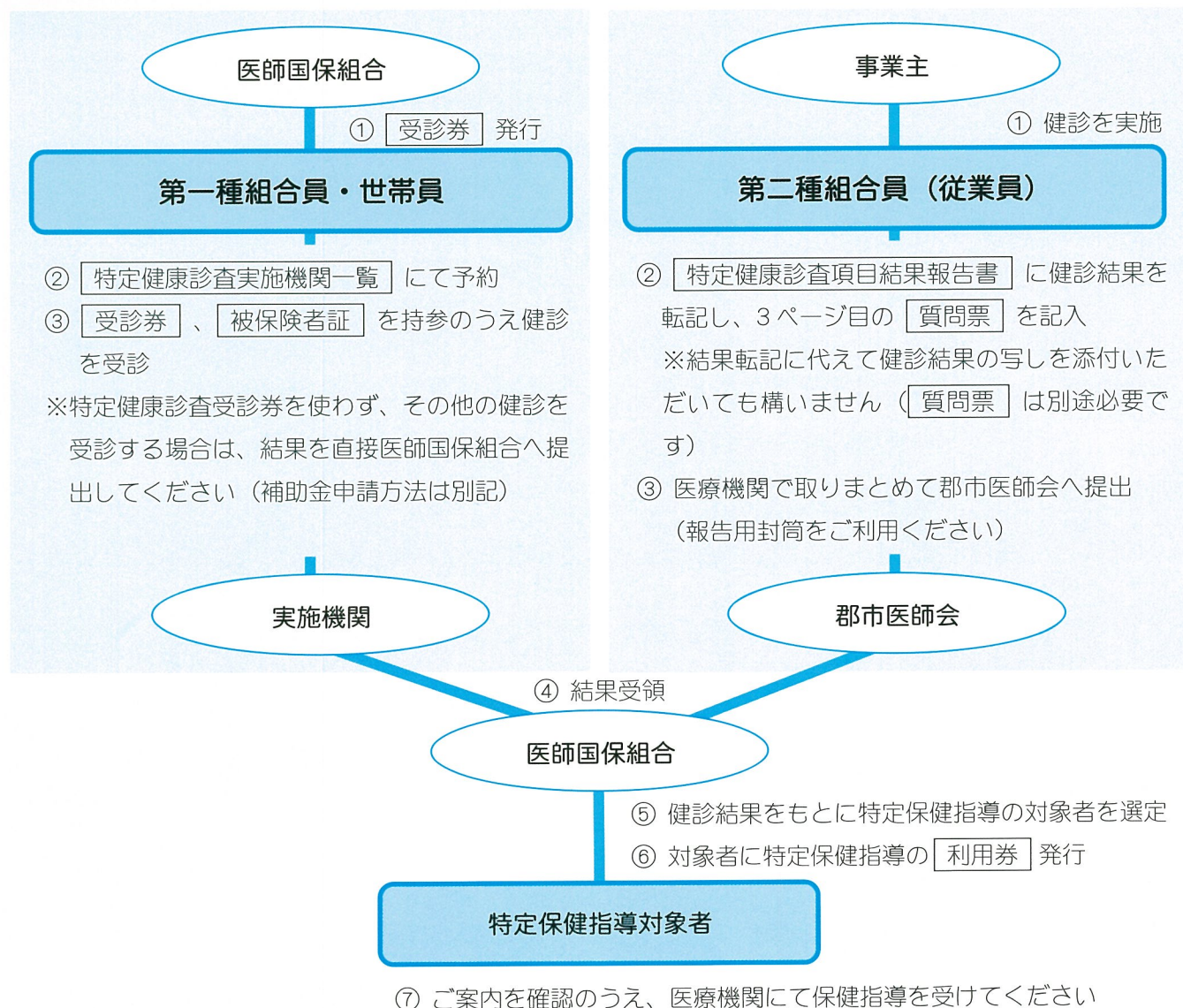
本組合で結果受領後、特定保健指導の対象となる方には、後日直接ご案内いたします。

特定保健指導のご案内

健診結果受領後、メタボリックシンドローム該当者および予備群に方に対し、レベル別(動機付け支援・積極的支援)に保健指導を行います。対象となる方には、直接 特定保健指導利用券 をお送りしますので、ご案内に従って保健指導を受けてください。

なお、保健指導終了までには数か月かかるため、次年度の健診実施を考慮し、結果受領時期によっては保健指導のご案内ができない場合があります。早めの健診受診、結果報告にご協力をお願いします。

特定健診から特定保健指導への流れ



Q 自家健診でも構いませんか

A 当該医療機関が、特定健診実施機関であれば可能（受診券使用可）ですが、第一種組合員本人による自己健診は認められません。
なお、従業員に対する事業者健診は、特定健診実施機関である必要はありません。

Q 自己負担はありますか？

A 特定健診（受診券による）、特定保健指導（利用券による）ともに自己負担金は徴収いたしません（医師国保組合が負担）。

○ご不明なこと等がございましたら、長野県医師国民健康保険組合までお問い合わせください。

長野県医師国民健康保険組合

〒380-8571 長野市大字三輪1316番地 9 長野県医師会館内

TEL 026-217-6200 FAX 026-235-6110

下記の医療機関等において、「特定健診」（１～１０ページに掲載した実施機関）及び「特定保健指導」（１１ページに掲載した実施機関）が受けられます。

なお、実施機関は、登録の抹消も含め、変更がある場合もございますので、必ず事前予約していただくようお願いいたします。

特定健康診査実施機関一覧

令和２年度

県医師会一括契約医療機関 郡市医師会別一覧

実施機関名	所在地	電話番号	実施機関名	所在地	電話番号
佐 久					
医療法人三世会金澤病院	佐久市岩村田804	0267-67-2048	坂戸クリニック	佐久市中込3827-23	0267-63-6323
佐久市立国保浅間総合病院	佐久市岩村田1862-1	0267-67-2295	長野県厚生農業協同組合連合会 佐久総合病院	佐久市臼田197	0267-82-2688
長野県厚生農業協同組合連合会 佐久総合病院小海分院	南佐久郡小海町大字豊里78	0267-92-2077	佐久穂町立千曲病院	南佐久郡佐久穂町大字 高野町328	0267-86-2360
社会医療法人恵仁会 くろさわ病院	佐久市中込1-17-8	0267-64-1741	あさまコスモスクリニック	佐久市長土呂字若宮1198	0267-66-7701
医療法人雨宮病院	佐久市下小田切73	0267-82-5311	佐久心臓血管クリニック	佐久市岩村田2080-1	0267-67-0022
川西赤十字病院	佐久市望月318	0267-53-3011	関口内科クリニック	佐久市中込405	0267-63-5100
安紀内科クリニック	佐久市野沢236-1	0267-63-1201	三木クリニック	佐久市岩村田2013-4	0267-77-7376
佐久平ファミリークリニック 内科・消化器科	佐久市岩村田1315-1	0267-88-7200	わかば内科クリニック	佐久市中込3284-2	0267-67-6655
八千穂クリニック	南佐久郡佐久穂町大字畑 481-4	0267-88-3931			
小 県					
沖山医院	上田市長瀬2826-1	0268-42-3451	さなだクリニック	上田市真田町長3908-1	0268-72-0711
塚原醫院	上田市上丸子1018-1	0268-42-5558	医療法人せき内科クリニック	東御市本海野1496-102	0268-64-7171
丸子中央病院	上田市中丸子1771-1	0268-42-1113	酒井医院	東御市田中800-51	0268-64-3170
上田市武石診療所	上田市下武石771-1	0268-85-3308	医療法人緑風会祢津診療所	東御市祢津343-2	0268-62-0273
医療法人秀栄会岸医院	上田市上丸子328-1	0268-42-2679	医療法人ささき医院	東御市本海野1673-1	0268-64-3711
長野県厚生農業協同組合連合会 鹿教湯ニオ 山リハビリテーションセンター 鹿教湯病院	上田市鹿教湯温泉1308	0268-44-2111	東御市民病院	東御市鞍掛198	0268-62-0050
医療法人小林会小林医院	上田市真田町傍陽571	0268-75-3555	医療法人ほしやま内科	東御市常田172-1	0268-62-3115
本原クリニック	上田市真田町本原610-1	0268-72-5550	春原整形外科クリニック	東御市常田399-1	0268-64-6200
中山医院	上田市中丸子1141	0268-42-6501	東御市立みまき温泉診療所	東御市布下6-1	0268-61-6002
医療法人貴誠堂大久保医院	上田市生田5046	0268-42-6465	医療法人学思会 東御記念セントラルクリニック	東御市県165-1	0268-62-1231
山浦内科クリニック	上田市長瀬3441-4	0268-71-0170	国民健康保険依田窪病院	小県郡長和町古町2857	0268-68-2511
つかはらクリニック	上田市塩川1358-1	0268-75-5544	たけなか医院	小県郡長和町古町967-3	0268-68-5160
諏 訪 郡					
医療法人小池医院	諏訪郡富士見町富士見4654	0266-62-2222	桜井内科医院	茅野市塚原1-14-45	0266-72-6010
小林医院	諏訪郡富士見町境7372	0266-64-2043	尖石診療所	茅野市豊平4485-1	0266-71-6211
医療法人やまびこ会 富士見やまびこクリニック	諏訪郡富士見町落合南原山 9984-188	0266-61-2155	ともみ内科医院	茅野市本町東3-5	0266-82-0424
長野県厚生農業協同組合連合会 富士見 高原医療福祉センター 富士見高原病院	諏訪郡富士見町落合11100	0266-62-3030	原田内科呼吸ケアクリニック	茅野市玉川4496-1	0266-82-7055
長野県厚生農業協同組合連合会 富士見 高原医療福祉センター 中新田診療所	諏訪郡原村13221-2	0266-70-1331	平出クリニック 内科・産婦人科	茅野市ちの628-1	0266-72-1661
医療法人こまきさ会池田医院	茅野市ちの2808-1	0266-73-0555	ふたば小児科	茅野市仲町18-46	0266-72-5330
うえはらクリニック	茅野市仲町7-16	0266-72-2636	みうら内科クリニック	茅野市塚原2-7-9	0266-78-7710
往診クリニックちの	茅野市ちの横内2664-1	0266-82-4104	リバーサイドクリニック	茅野市宮川3975	0266-72-7010
小口医院	茅野市宮川4441-3	0266-72-2619	泉野診療所	茅野市泉野7088-1	0266-79-3783

実施機関名	所 在 地	電話番号	実施機関名	所 在 地	電話番号
北山診療所	茅野市北山4808-1	0266-78-2310	諏訪共立病院	諏訪郡下諏訪町矢木町214	0266-28-3071
組合立諏訪中央病院	茅野市玉川4300	0266-72-1000			
上 伊 那					
上島医院	上伊那郡辰野町中央102	0266-41-0143	くろごうち内科循環器科医院	伊那市境1664-3	0265-77-0582
新田内科クリニック	上伊那郡辰野町大字伊那富 3081-1	0266-41-5611	樋代内科医院	伊那市坂下1894	0265-72-2505
土屋医院	上伊那郡辰野町大字辰野 1695	0266-41-0163	下條医院	伊那市手良野口2005-3	0265-76-5353
古村医院	上伊那郡辰野町辰野1788	0266-41-0013	たかはし医院	伊那市荒井3872-1	0265-71-5121
富士見高原医療福祉センター 両小野診療所	上伊那郡辰野町大字小野 1290-20	0266-46-2017	春日医院	伊那市中央4726-2	0265-72-3803
天龍堂医院	上伊那郡辰野町大字平出 1620	0266-41-0121	たけまつハートクリニック	伊那市上牧6335	0265-71-8010
町立辰野病院	上伊那郡辰野町大字辰野 1445-5	0266-41-0238	富士見高原医療福祉センター みすず診療所	伊那市美鶯7793-1	0265-71-5556
市川内科クリニック	上伊那郡南箕輪村1548-2	0265-77-5677	おさか循環器クリニック	伊那市荒井3406	0265-71-6151
福島医院	上伊那郡箕輪町大字中箕輪 8428	0265-79-2071	河野医院	伊那市東春近2345	0265-72-3208
長田内科循環器科医院	上伊那郡南箕輪村3717	0265-72-4043	久保田内科クリニック	伊那市中央5047	0265-71-8855
上伊那生協病院	上伊那郡箕輪町中箕輪 11324	0265-79-1424	池上医院	伊那市坂下3357-2	0265-72-4060
ユーカリの森クリニック	上伊那郡箕輪町中箕輪 3007-2	0265-98-7855	昭和伊南総合病院	駒ヶ根市赤穂3230	0265-82-2121
堀田内科クリニック	上伊那郡南箕輪村5587-2	0265-72-3980	神戸医院	駒ヶ根市上穂南栄町2-31	0265-82-3522
しろざき内科クリニック	上伊那郡箕輪町中箕輪 8603-7	0265-98-5030	座光寺内科医院	駒ヶ根市赤穂4835-1	0265-83-3222
箕輪ひまわりクリニック	上伊那郡箕輪町中箕輪 460-1	0265-98-7206	高山内科クリニック	駒ヶ根市赤穂1103-6	0265-82-6690
伊那市国保長藤診療所	伊那市高遠町長藤1849-1	0265-94-2001	こまちや東内科クリニック	駒ヶ根市下市場32-1	0265-81-7780
北原内科	伊那市高遠町西高遠301	0265-94-2255	中谷内科医院	駒ヶ根市上穂栄町17-18	0265-81-1377
春日医院	伊那市高遠町西高遠1784-1	0265-94-2054	木下医院	駒ヶ根市中沢3518	0265-82-3712
重盛医院	伊那市荒井3642-1	0265-72-2384	秋城医院	駒ヶ根市赤穂9870	0265-83-2805
酒井医院	伊那市富県7446-1	0265-72-4835	須田医院	駒ヶ根市赤須東6-58	0265-81-5050
木村内科医院	伊那市荒井3468-20	0265-72-3915	東伊那すこやかクリニック	駒ヶ根市東伊那2533-1	0265-83-4024
下島医院	伊那市中央4505-1	0265-72-2204	かしの実クリニック	駒ヶ根市赤穂9848-1	0265-98-0590
片桐医院	伊那市日影55	0265-72-4072	生協診療所いいじま	上伊那郡飯島町飯島2050-1	0265-86-5778
仁愛病院	伊那市西町4906	0265-78-3333	中川村片桐診療所	上伊那郡中川村片桐3956-3	0265-88-2512
中村クリニック	伊那市狐島3611	0265-77-0206	南向診療所	上伊那郡中川村大草4037-1	0265-88-2019
田畑内科医院	伊那市中央4953-2	0265-78-6668	のどかクリニック	上伊那郡飯島町飯島2038-2	0265-86-6705
医療法人保健同人会田中病院	伊那市下新田3193	0265-78-3555	前澤病院	駒ヶ根市上穂南11-5	0265-83-2151
原内科消化器科医院	伊那市前原8391-1	0265-77-0177	医療法人いくやま医院	上伊那郡箕輪町大字中箕輪 9431-1	0265-79-1988
医療法人神山内科医院	伊那市西町5121-1	0265-78-5151	中川医院	上伊那郡箕輪町中箕輪 12501	0265-79-2103
野沢医院	伊那市西町5057-1	0265-74-5000	まえやま内科胃腸科クリニック	駒ヶ根市赤穂14632-4	0265-82-8614
富士見高原医療福祉センター 西箕輪診療所	伊那市西箕輪6700-2	0265-73-3351	下平けやき診療所	駒ヶ根市下平4080-1	0265-81-6303
元の気クリニック	伊那市西春近2680-1	0265-74-2007	飯島中央クリニック	上伊那郡飯島町飯島2551	0265-98-8563
飯 田					
医療法人栗山会飯田病院	飯田市大通1-15	0265-22-5150	長野県立阿南病院	下伊那郡阿南町北条2009-1	0260-22-2121
飯田市立病院	飯田市八幡町438	0265-21-1255	飯田市立上村診療所	飯田市上村844-2	0260-36-2050
医療法人輝山会 総合健診センター	飯田市毛賀1707	0265-26-6711	飯田市立高松診療所	飯田市上郷黒田341	0265-22-5060
健和会病院	飯田市鼎中平1936	0265-23-3116	飯田橋木下医院	飯田市鼎西鼎615-1	0265-21-6151
下伊那厚生病院	下伊那郡高森町吉田481-13	0265-35-7511	飯田橋クリニック	飯田市鼎西鼎616	0265-24-1511
下伊那赤十字病院	下伊那郡松川町元大島 3159-1	0265-36-2255	飯田病院附属阿智診療所	下伊那郡阿智村駒場465	0265-43-4180
菅沼病院	飯田市鼎中平1970	0265-22-0532	飯田病院附属仲ノ町診療所	飯田市仲ノ町1-2	0265-49-3083
瀬口脳神経外科病院	飯田市上郷黒田218-2	0265-24-6655	市瀬整形外科	飯田市川路4825	0265-27-3311

実施機関名	所 在 地	電話番号	実施機関名	所 在 地	電話番号
いちはし内科医院	飯田市上郷黒田382-11	0265-56-0018	中島医院	下伊那郡下條村陽阜2731	0260-27-3577
上松医院	飯田市浜井町3468	0265-22-0660	医療法人 中塚内科循環器科医院	下伊那郡松川町元大島 3775-3	0265-34-1188
大鹿村立診療所	下伊那郡大鹿村大河原362	0265-39-2111	新野へき地診療所	下伊那郡阿南町新野1222	0260-24-3022
おおぎ整形外科	飯田市東和町2-30	0265-22-1730	のむら内科医院	飯田市上郷飯沼1808-1	0265-23-7000
小沢医院	下伊那郡豊丘村神稲129	0265-35-2016	橋上医院	下伊那郡阿智村駒場359-1	0265-43-2118
尾地内科呼吸器科クリニック	下伊那郡高森町山吹4534-1	0265-35-6311	波多野医院	飯田市伝馬町1-46	0265-22-0666
加藤医院	飯田市鈴加町1-20	0265-22-1964	羽生循環器科内科	飯田市鼎一色45-2	0265-24-1250
金田医院	下伊那郡豊丘村神稲549-4	0265-48-8488	医療法人羽場医院	飯田市駄科536-3	0265-28-5151
かやの木診療所	飯田市中村76-1	0265-25-8112	久田小児科医院	飯田市知久町4-1239	0265-22-0379
木下医院	下伊那郡喬木村3255	0265-33-2023	平岩ウイメンズクリニック	飯田市川路4938	0265-27-2067
木下クリニック	飯田市鼎切石4087-6	0265-56-2566	医療法人松尾医院	飯田市松尾久井2403	0265-22-3921
慶友整形外科	飯田市上郷別府3367-8	0265-52-1152	松川町上片桐診療所	下伊那郡松川町上片桐2849-3	0265-37-2010
源田内科医院	飯田市宮ノ前4423-8	0265-24-1550	松村内科クリニック	飯田市松尾代田1603-2	0265-23-6822
小坂クリニック	飯田市座光寺3496-1	0265-24-3933	まるやまファミリークリニック	飯田市大瀬木1106-2	0265-32-1666
後藤医院	下伊那郡高森町上市田 630-1	0265-35-2205	三浦医院	下伊那郡喬木村849-10	0265-33-2030
後藤医院	飯田市伝馬町2-32	0265-24-6557	宮沢医院	飯田市通り町4-1315	0265-53-8100
ささき医院	飯田市中央通り3-44	0265-22-0059	森山医院	飯田市丸山町2-6804-3	0265-56-3211
すきから医院	飯田市鈴加町1-24	0265-53-1000	矢澤内科・循環器科医院	飯田市育良町2-17-1	0265-21-6111
すずおか内科クリニック	飯田市駄科1285-1	0265-48-5222	泰阜村診療所	下伊那郡泰阜村3256-1	0260-26-2003
須田内科醫院	飯田市座光寺3440	0265-21-1071	山路医院	下伊那郡高森町吉田475	0265-35-2198
曾我医院	飯田市鼎東鼎20-2	0265-22-1653	医療法人一五会横田医院	飯田市大瀬木993-1	0265-28-1655
宝クリニック	飯田市鼎名古熊2511	0265-22-4114	和合へき地診療所	下伊那郡阿南町和合897-5	0260-24-2854
富草へき地診療所	下伊那郡阿南町富草4014	0260-22-2512	渡辺医院	飯田市白山町3丁目東3-2	0265-52-3777
木 曽					
古根医院	木曽郡大桑村長野2868-1	0264-55-1188	医療法人奥原医院	木曽郡木祖村大字敷原 1224-2	0264-36-2264
芦沢医院	木曽郡上松町本町通り4-44	0264-52-2018	長野県立木曽病院	木曽郡木曽町福島6613-4	0264-22-2703
医療法人原内科医院	木曽郡木曽町福島5652-1	0264-22-2678			
塩 筑					
横山内科医院	塩尻市大門3番町3番15号	0263-52-3181	松本歯科大学病院	塩尻市広丘郷原1780	0263-51-2365
広仁堂医院	塩尻市広丘野村1693-3	0263-52-1520	穂刈整形外科 リウマチクリニック	塩尻市広丘野村2054-6	0263-51-0333
中山外科内科	塩尻市大門8番町10-3	0263-53-1016	たなべ泌尿器科クリニック	塩尻市広丘野村2152	0263-88-8181
百瀬医院	塩尻市大門7番町14番16号	0263-52-0286	こしはら内科クリニック	塩尻市広丘吉田551-5	0263-86-5480
医療法人元山会中村病院	塩尻市広丘高出1614-2	0263-52-3321	ひろおか上條クリニック	塩尻市広丘原新田11-34	0263-52-3372
医療法人奈良井医院	塩尻市大字洗馬2588-6	0263-52-0695	三村医院	東筑摩郡朝日村大字西洗馬 1716-1	0263-99-2065
清水外科胃腸科医院	塩尻市広丘吉田294-2	0263-58-2474	鳥羽医院	東筑摩郡筑北村坂北4525-1	0263-66-2435
医療法人社団敬仁会 桔梗ヶ原病院	塩尻市宗賀1295	0263-54-0012	宮原医院	東筑摩郡山形村5501-6	0263-97-1055
塩尻協立病院	塩尻市棧敷437	0263-53-5353	医療法人横山医院	東筑摩郡山形村中原3916	0263-98-2884
医療法人椎名医院しいな医院	塩尻市大門桔梗町14-16	0263-51-2933	山形協立診療所	東筑摩郡山形村2524-1	0263-98-3933
こまくさ野村クリニック	塩尻市広丘野村2146	0263-51-1121	医療法人社団玉井会玉井医院	東筑摩郡麻績村4156-1	0263-67-2231
医療法人元政会今井医院	塩尻市大字広丘吉田3003	0263-58-1165	医療法人天祐堂松林医院	東筑摩郡筑北村西条3968-1	0263-66-2008
安 曇 野 市					
中村内科医院	安曇野市豊科4702-1	0263-72-2460	神谷小児科医院	安曇野市豊科5575-1	0263-72-5162
山田医院	安曇野市豊科627-1-2	0263-72-3207	医療法人丸山内科クリニック	安曇野市豊科4301-6	0263-72-6188
石田医院	安曇野市豊科4677	0263-72-2766	土屋クリニック	安曇野市豊科高家3531-1	0263-71-1811

実施機関名	所 在 地	電話番号	実施機関名	所 在 地	電話番号
医療法人安曇会 榎本内科医院	安曇野市豊科南穂高2820-1	0263-73-0616	塔の原内川医院	安曇野市明科中川手2243-1	0263-81-2121
この内科循環器科	安曇野市豊科南穂高271-10	0263-71-5881	平林医院	安曇野市明科東川手418-3	0263-62-2227
和田医院	安曇野市堀金烏川3338	0263-72-2047	医療法人健泉会宮澤医院	安曇野市明科中川手3760-6	0263-62-2052
医療法人米倉医院	安曇野市堀金烏川2581	0263-72-2354	医療法人金剛柏原クリニック	安曇野市穂高柏原4565-1	0263-82-7222
古川医院	安曇野市穂高4342-2	0263-82-4385	医療法人池田医院	安曇野市三郷明盛1362-2	0263-77-2055
医療法人博愛会中田医院	安曇野市穂高787-1	0263-82-2339	一般社団法人安曇野市医師会	安曇野市豊科4111-1	0263-72-2347
高橋医院	安曇野市穂高5622-1	0263-82-2561	医療法人仁雄会穂高病院	安曇野市穂高4634	0263-81-1011
医療法人追分クリニック	安曇野市穂高北穂高2982-5	0263-82-2129	安曇野赤十字病院	安曇野市豊科5685	0263-72-3170
医療法人静心会須澤クリニック	安曇野市穂高617	0263-82-2993	こばやし内科クリニック	安曇野市豊科高家5441-1	0263-71-1117
医療法人百瀬医院	安曇野市穂高2561	0263-82-2205	穂高ハートクリニック	安曇野市穂高有明9394-1	0263-50-6731
根津内科医院	安曇野市穂高6870	0263-82-8382	医療法人健明会やざき診療所	安曇野市明科中川手4085	0263-62-2360
小田切医院	安曇野市穂高有明1639-3	0263-83-6025	武田内科クリニック	安曇野市穂高柏原1126-16	0263-88-6500
中萱医院	安曇野市三郷明盛3007	0263-77-2130	ヴェリタス堀金診療所	安曇野市堀金烏川5029	0263-87-6700
木暮医院	安曇野市三郷温546	0263-77-2119	医療法人愛友会村山医院	安曇野市穂高4599	0263-82-2101
医療法人社団成診会白木医院	安曇野市三郷明盛1610-1	0263-77-2134	医療法人桂心庵 ももせクリニック	安曇野市三郷温2645-3	0263-77-1188
医療法人たかはしクリニック	安曇野市三郷温2988-1	0263-77-7880	あさひ内科クリニック	安曇野市豊科下鳥羽877-4	0263-50-8075
伊藤医院	安曇野市明科中川手6833	0263-62-2051			
大 北					
いしぞね内科・外科クリニック	大町市大町3190-1	0261-23-2555	せりざわクリニック	池田町大字池田2902-17	0261-62-3000
伊東医院	大町市大町4429-4	0261-22-0077	医療法人さとう はーぶの里診療所	北安曇郡池田町会染4855-1	0261-62-0210
遠藤内科医院	大町市大町2661	0261-22-0031	みどりクリニック	北安曇郡松川村5794-433	0261-62-5225
小野医院	大町市大町4118	0261-22-0047	吉村医院	北安曇郡松川村5728-353	0261-61-5666
医療法人柿下クリニック	大町市常盤3541-14	0261-21-1230	若林医院	北安曇郡松川村7029	0261-62-2105
加藤診療所	大町市平2810-3	0261-22-0989	大町市国民健康保険 美麻診療所	大町市美麻11810-イ	0261-29-2015
医療法人狩谷整形外科医院	大町市大町3830-6	0261-22-7788	小谷村国保診療所	北安曇郡小谷村中小谷丙 2520-1	0261-82-2044
菊地クリニック	大町市常盤3512-16	0261-21-2580	神城醫院	北安曇郡白馬村神城字 天神原22844	0261-75-7050
野村クリニック	大町市大町3502-2	0261-85-0085	近藤医院	北安曇郡松川村5728-68	0261-62-9187
平林医院	大町市大町4151-2	0261-22-2525	市立大町総合病院	大町市大町3130	0261-22-0415
医療法人社団厚生会 横澤内科医院	大町市大町4060-8	0261-22-0371	北アルプス医療センター あづみ病院	北安曇郡池田町池田3207-1	0261-62-3166
更 級					
医療法人大和真田会 ましまクリニック	長野市真島町真島2209	026-284-2052	田中内科医院	長野市川中島町御厨1372-5	026-293-1500
甘利内科呼吸器科クリニック	長野市篠ノ井会12-2	026-292-4545	ナカジマ外科病院	長野市青木島1-23-3	026-284-8585
飯塚医院	長野市篠ノ井御幣川296-1	026-292-0050	医療法人松尾医院	長野市篠ノ井布施高田976	026-292-1093
医療法人いしづるクリニック	長野市川中島町御厨706-1	026-286-6363	医療法人三井クリニック	長野市稲里町中央4-5-30	026-291-0088
神林医院	長野市稲里町下水鉋1259	026-283-0781	医療法人みすず会 星のさとクリニック水野医院	長野市篠ノ井小松原 2359-25	026-292-0191
瀬原田クリニック	長野市篠ノ井布施五明3313	026-299-5511	医療法人ゆうき内科クリニック	長野市篠ノ井布施高田 1244-1	026-290-5580
医療法人川中島クリニック	長野市川中島町御厨1942-25	026-284-3811	稲里生協クリニック	長野市稲里町中央2-17-8	026-286-1500
医療法人三博会酒井医院	長野市篠ノ井布施高田863	026-292-0255	長野市国民健康保険 大岡診療所	長野市大岡乙254-1	026-266-2310
医療法人酒井診療所	長野市青木島町大塚72-1	026-284-3254	南長野医療センター 篠ノ井総合病院	長野市篠ノ井会666-1	026-292-2261
医療法人 篠ノ井鈴木医院	長野市里島88	026-261-1515	公益財団法人 長野県健康づくり事業団診療所	長野市稲里町田牧206-1	026-286-6409
高須医院	長野市篠ノ井塩崎6667-2	026-292-1451	鈴木医院	長野市稲里町田牧392-3	026-214-2070
医療法人わたなベクリニック	長野市丹波島2-18-15	026-285-3777	河合医院	長野市青木島綱島440	026-285-5830
滝沢医院	長野市篠ノ井布施高田677	026-293-6120	医療法人 今井クリニック丸山内科	長野市川中島町今井391	026-284-8280
竹内メディカルクリニック	長野市川中島町今井1480-5	026-254-7733	医療法人南長野クリニック	長野市稲里町中央4-17-7	026-291-0170

実施機関名	所 在 地	電話番号	実施機関名	所 在 地	電話番号
医療法人としだ内科	長野市川中島町原56-1	026-292-5766	南ながの公園クリニック	長野市篠ノ井東福寺3819	026-285-9209
赤羽医院	長野市稲里町中氷鉦2061	026-254-6811	いちのせ循環器内科	長野市神明86	026-247-8500
脳とからだの くらしまクリニック	長野市稲里町田牧1310-5	026-214-3105	塚田内科歯科医院	長野市篠ノ井東福寺1008-4	026-290-7001
千 曲					
医療法人財団大西会 千曲中央病院	千曲市大字杭瀬下58	026-273-1725	鵜沢内科クリニック	千曲市屋代1041-3	026-272-3713
武市医院	埴科郡坂城町中之条2525	0268-82-2606	島田クリニック	千曲市小島3146-1 コア・モチツキ 2 階	026-273-8788
医療法人社団東信会 東信よしだ内科	埴科郡坂城町上五明643-2	0268-81-1330	坂口整形外科	千曲市屋代2114-6	026-273-8680
さかき生協診療所	埴科郡坂城町中之条1032-1	0268-82-0101	島谷医院	千曲市杭瀬下5-21-2	026-273-1201
医療法人いらかわ医院	埴科郡坂城町大字坂城 10096-6	0268-82-2143	あんずの里クリニック	千曲市森2606-3	026-272-1005
村上堂大井クリニック	埴科郡坂城町網掛1545-1	0268-81-3131	もみのき内科クリニック	千曲市大字寂時913	026-272-3610
とよき内科	千曲市大字磯部767-4	026-276-0143	中沢内科医院	千曲市大字稲荷山274-1	026-272-1013
安里医院	千曲市内川822-2	026-275-7800	医療法人岡田外科医院	千曲市稲荷山579	026-272-2828
とも泌尿器科クリニック	千曲市大字磯部852	026-261-5815	医療法人市川内科医院	千曲市上山田温泉4-11-2	026-275-5515
やまざき医院	千曲市上徳間346	026-276-2700	長野寿光会上山田病院	千曲市上山田温泉3-34-3	026-275-1581
飯島医院	千曲市大字中330	026-272-0269	兒玉医院	千曲市寂時字西町頭93	026-272-4300
医療法人中沢医院	千曲市大字小島2806-1	026-272-0131	いなりやまクリニック	千曲市稲荷山1266-1	026-214-3501
菅谷東クリニック	千曲市大字粟佐1552	026-272-0493			
須 高					
医療法人立岩医院	長野市若穂綿内8749-3	026-282-5405	医療法人山口内科医院	須坂市墨坂南3-7-23	026-246-1211
峯村医院	長野市若穂川田1684-2	026-282-6172	医療法人ミヤシタ宮下医院	須坂市高梨町260-5	026-248-1355
大島医院	須坂市大字小山1279-1	026-245-1880	佐藤医院	須坂市大字須坂1224-20	026-246-5300
島田医院	須坂市大字須坂1161	026-245-5368	小林医院	須坂市北原町556	026-248-6466
西沢内科胃腸科医院	須坂市墨坂1-4-1	026-248-1212	医療法人五公会 こみょう整形外科クリニック	須坂市井上1700-14	026-248-5588
永田医院	須坂市墨坂南2-5-3	026-248-1711	医療法人長峯会 スザカ心療内科クリニック	須坂市大字須坂字宗石 1294-1	026-248-8528
飯島内科医院	須坂市高橋町1136-1	026-248-7337	小池医院	須坂市小河原1885-10	026-215-2220
下鳥内科クリニック	須坂市大字幸高字苅屋278	026-215-2777	やすらぎクリニック須坂	須坂市大字日滝寺窪 2881-1	026-213-6550
かねこ医院	須坂市須坂1755-8	026-242-3351	岡野医院	上高井郡小布施町六川14	026-247-5212
滝澤内科医院	須坂市臥竜6-12-20	026-215-2888	さかまき内科・糖尿病科 クリニック	上高井郡小布施町 大字小布施28-9	026-251-4080
田崎内科クリニック	須坂市須坂上町85	026-245-1589	栗が丘クリニック	上高井郡小布施町大字福原 字久保134-1	026-247-2252
たけまえ医院	須坂市墨坂5-26-33	026-248-1240	島田内科クリニック	上高井郡高山村大字高井 6432-2	026-247-0210
松澤内科クリニック	須坂市上八町1754-2	026-245-0530	特定医療法人新生病院	上高井郡小布施町851	026-247-6000
長野県立信州医療センター	須坂市大字須坂1332	026-245-1650	医療法人花と実栗の木診療所	上高井郡小布施町大字 小布施字鳥林2258-19	026-242-6565
医療法人公仁会轟病院	須坂市大字須坂1239	026-245-0126	おぶせの里クリニック	上高井郡小布施町大字中松 325	026-247-4725
医療法人聖和会旭町医院	須坂市上中町183	026-245-0124	医療法人 きたむらファミリークリニック	上高井郡小布施町福原 216-10	026-247-6622
医療法人明徳会細川医院	須坂市南横町1632	026-245-0688			
中 高					
長野県厚生農業協同組合連合会 北信総合病院	中野市西1-5-63	0269-22-4838	医療法人木島平クリニック	下高井郡木島平村大字穂高 3104-1	0269-82-1616
医療法人くまき整形外科・ リウマチ科クリニック	中野市一本木282-1	0269-23-1301			
上 水 内					
長野市国民健康保険 戸隠診療所	長野市戸隠豊岡1554	026-254-2211	ながさき医院	上水内郡飯綱町倉井2747-2	026-253-5858
小川村国民健康保険 直営診療所	上水内郡小川村大字高府 13467	026-269-2279	牟礼診療所	上水内郡飯綱町大字牟礼 481	026-253-2027
丸山医院	上水内郡飯綱町黒川1605	026-253-2028	長野市国民健康保険 鬼無里診療所	長野市鬼無里日影2750-1	026-256-1020
長野県厚生連南長野医療センター 新町病院	長野市信州新町上条137	026-262-3111	飯綱町立飯綱病院	上水内郡飯綱町大字牟礼 2220	026-253-2248
社会福祉法人賛育会 賛育会クリニック	長野市豊野町豊野634	026-257-2470	中屋診療所	長野市豊野町豊野894	026-257-2281

実施機関名	所 在 地	電話番号	実施機関名	所 在 地	電話番号
鈴木医院	長野市豊野町豊野1220	026-257-5020	信越病院	上水内郡信濃町大字柏原 ³⁸⁰	026-255-3100
長野市国民健康保険 中条診療所	長野市中条2626	026-267-2010	今井医院	長野市戸隠栃原4776	026-252-2011
医療法人清水会更水医院	長野市信州新町新町606	026-262-2027			
飯 水					
飯山赤十字病院	飯山市大字飯山226-1	0269-62-4195	みゆき会クリニック	飯山市大字下木島9	0269-62-0100
長 野 市					
医療法人ひまわり 釜田内科胃腸科小児科医院	長野市西長野町298-7	026-233-0040	医療法人稲田クリニック	長野市稲田3-29-19	026-263-3811
小林医院	長野市桜枝町1165	026-232-3632	医療法人月岡内科	長野市上駒沢131-2	026-295-5151
春日内科・糖尿病医院	長野市横沢町687	026-232-2205	かねばこ内科クリニック	長野市大字金箱字芋地 ³²⁰⁻²	026-295-6050
藤井クリニック	長野市桜枝町1244-1	026-231-5407	富竹クリニック	長野市大字富竹字堰下 ¹⁶²⁸⁻²	026-295-6643
矢島内科医院	長野市三輪田町1300	026-233-1231	医療法人中島医院	長野市柳原2222-6	026-295-0600
島田医院	長野市箱清水1-12-14	026-234-7372	医療法人加藤内科	長野市神楽橋10-111	026-243-6877
小谷医院	長野市上松2-22-18	026-232-8360	医療法人桂俊会神楽橋医院	長野市神楽橋10-113	026-244-5600
川上内科医院	長野市上松4-6-2	026-241-5033	降旗醫院	長野市風間249-1	026-213-7731
太田糖尿病内科クリニック	長野市上松4-1-3	026-241-3570	石黒内科医院	長野市桜新町655-7	026-243-7189
片桐内科クリニック	長野市上松4-33-7	026-215-1900	北長池内科クリニック	長野市北長池1251-8	026-259-8556
池田クリニック	長野市上松2-29-16	026-233-5668	金井内科医院	長野市北堀649-1	026-296-0457
平野内科小児科医院	長野市三輪1247	026-235-2611	岡田呼吸器科内科医院	長野市石渡62-5	026-259-3090
竹重病院	長野市田町2099	026-234-1281	小口内科小児科医院	長野市若槻団地1-189	026-241-5588
岡田内科	長野市西鶴賀町1528	026-235-1788	医療法人清水内科クリニック	長野市若槻東条1155-2	026-295-3522
磯村クリニック	長野市鶴賀権堂町2215-3	026-234-8282	竹中内科医院	長野市上野1-20-16	026-295-5117
小島内科	長野市南千歳2-2-8	026-226-2181	金木内科クリニック	長野市安茂里1820	026-226-3553
恵信会クリニック	長野市西後町610	026-234-2880	安茂里堀越内科クリニック	長野市安茂里8172-2	026-229-5890
佐藤医院	長野市妻科410	026-232-6026	願神堂神林医院	長野市松代町松代609-3	026-278-2101
竹内医院	長野市大字南町655-3	026-232-5457	加古医院	長野市松代町松代151	026-278-2108
小林医院	長野市中御所4-7-23	026-228-3030	轟医院	長野市松代町松代629	026-278-2135
愛和病院	長野市鶴賀1044-2	026-217-3991	医療法人あらかわ子ども医院	長野市北長池2072-3	026-251-0808
倉石内科医院	長野市鶴賀七瀬317-1	026-227-1811	藤森小児科医院	長野市西三才192-8	026-296-1600
板倉内科・糖尿病クリニック	長野市栗田426-1	026-269-0300	原山こどもクリニック	長野市大字小島404-6	026-243-5885
武田医院	長野市若里1-35-23	026-226-0871	わかほこどもクリニック	長野市若穂綿内字下馬場沢 ⁶⁴⁵⁹⁻¹⁰	026-214-7420
荒井内科小児科医院	長野市大字稲葉1948-1	026-221-4411	大門東クリニック	長野市鶴賀田町2447	026-235-2700
いしかわ内科クリニック	長野市松岡1-35-15	026-214-6800	小林病院	長野市南千歳1-14-2	026-226-7880
コスモス在宅クリニック	長野市若里3-10-40 若里かんかん一番館 2 階	026-217-6990	医療法人白楊会桑原外科	長野市南県町658	026-232-2088
堀越医院	長野市平林1-30-15	026-243-5141	脳神経外科 A-ONE クリニック	長野市南石堂町1971 エーワンシティシアゴラ 5 階	026-228-1929
みやじま内科クリニック	長野市高田1261-2	026-227-7777	医療法人彦坂医院	長野市七瀬中町176	026-226-6930
医療法人誠保会 わかまつ呼吸器内科クリニック	長野市高田五分一549-7	026-266-0227	東口病院	長野市栗田356-1	026-227-0700
三浦医院	長野市南高田2-7-11	026-244-6226	田中病院	長野市西和田1-29-8	026-243-1263
長野医療生活協同組合 南長池診療所	長野市南長池830	026-263-1234	西和田 林クリニック	長野市西和田1-5-14	026-263-0884
北野病院	長野市三輪3-6-10	026-241-0631	徳武クリニック	長野市西尾張部1022-1	026-252-6151
かくた内科クリニック	長野市三輪1-8-12	026-262-1166	小林脳神経外科病院	長野市三輪1-5-21	026-241-6221
医療法人ハynesライフ 朝日ながの病院	長野市三輪1-2-43	026-215-8081	医療法人平成会小島病院	長野市若里5-8-6	026-217-3861
斎藤脳神経クリニック	長野市吉田2-25-11	026-243-8226	芦沢胃腸科外科	長野市大豆島542-1	026-222-2000
医療法人宮沢医院	長野市吉田2-1-29	026-241-5956	山田記念朝日病院	長野市南堀135-1	026-244-6411
花岡内科医院	長野市吉田5-31-42	026-243-7780	風の里クリニック	長野市大字富竹1664	026-217-0303

実施機関名	所 在 地	電話番号	実施機関名	所 在 地	電話番号
中村医院	長野市若槻東条547-11	026-296-1700	小出メンタルクリニック	長野市檀田2-1-1	026-217-2250
伊勢宮胃腸外科	長野市伊勢宮1-23-1	026-224-8877	医療法人博和会上松病院	長野市上松5-3-10	026-241-1628
南十字脳神経外科	長野市小柴見123	026-213-4800	栗田病院	長野市栗田695	026-226-0007
高田整形外科オルソクリニック	長野市鶴賀356	026-227-2510	医療法人社団温心会 東和田病院	長野市東和田723	026-243-4895
児島医院	長野市大豆島1938-4	026-267-0811	医療法人 おさだ形成・皮膚科クリニック	長野市三輪1317-10	026-232-4874
倉石整形外科クリニック	長野市若穂牛島516-1	026-266-5252	榊ペインクリニック	長野市南千歳1-7-1 第2 荒井ビル 2 階	026-224-7711
高木クリニック	長野市緑町1596	026-234-3239	長野医療生活協同組合 長野中央病院	長野市西鶴賀町1570	026-234-3211
林産婦人科医院	長野市吉田2-3-27	026-241-5855	長野赤十字病院	長野市若里5-22-1	026-226-4131
滝澤医院	長野市若穂綿内8818	026-282-2160	長野県厚生農業協同組合連合会 長野松代総合病院	長野市松代町松代183	026-278-3500
鈴木泌尿器科	長野市鶴賀41-2	026-227-8515	長野県厚生農業協同組合連合会 長野松代総合病院附属若穂病院	長野市若穂綿内7615-1	026-282-7111
浅井泌尿器科	長野市三才2057-6	026-295-5161	地方独立行政法人 長野市民病院	長野市富竹1333-1	026-295-1171
青豆診療所	長野市吉田5丁目23-11-2	026-263-5523	独立行政法人国立病院機構 東長野病院	長野市上野2-477	026-296-1111
医療法人 東口メンタルクリニック	長野市栗田240-3	026-267-7708			
松 本 市					
相野田医院	松本市本庄1-3-6	0263-32-0729	川原医院	松本市寿豊丘636-1	0263-86-8336
赤羽医院	松本市深志2-9-5	0263-32-0965	北澤医院	松本市渚3-7-10	0263-25-6688
あかはね内科・神経内科医院	松本市神林3561-11	0263-59-7810	北島医院	松本市高宮北10-11	0263-29-3344
浅田記念クリニック	松本市大字島立3879-4	0263-88-9588	医療法人仁聖会 宜保内科消化器・肝臓内科クリニック	松本市村井町南1-34-20	0263-57-6060
医療法人梓誠会梓川診療所	松本市梓川梓2344-1	0263-78-2058	くさま内科クリニック	松本市寿中1-5-35	0263-87-0111
飯沼こどもクリニック	松本市村井町南1-36-13	0263-59-7880	久保田外科医院	松本市蟻ヶ崎2-4-22	0263-32-7621
医療法人井門泌尿器科医院	松本市島立1120-18	0263-48-2455	窪田外科胃腸科医院	松本市寿中1-43-7	0263-58-4522
五十嵐外科医院	松本市北深志3-4-7	0263-35-6525	倉科医院	松本市大手2-9-16	0263-32-4163
五十嵐内科医院	松本市島立201-3	0263-47-1560	小岩井内科クリニック	松本市新村2927-11	0263-47-6111
医療法人池上医院	松本市中央3-5-11	0263-32-0411	河野外科医院	松本市元町1-8-29	0263-32-6707
伊藤内科医院	松本市寿台6-1-11	0263-58-4125	こばやしクリニック	松本市梓川倭2432-2	0263-78-0170
伊東内科医院	松本市中央2-4-14	0263-32-0531	小林内科医院	松本市里山辺1556-6	0263-32-7626
伊藤内科医院	松本市桐2-2-39	0263-33-7411	小見山医院	松本市大字岡田松岡512-1	0263-46-8080
小穴医院	松本市中央1-1-8	0263-32-0863	こやま内科クリニック	松本市北深志2-3-29	0263-32-4290
大池内科クリニック	松本市笹賀3967-7	0263-85-0873	紺谷泌尿器科クリニック	松本市平田西1-31-2	0263-85-0200
医療法人社団英駿会 大久保クリニック	松本市島内3533	0263-47-4341	さがみ屋泌尿器科クリニック	松本市桐3-4-10	0263-31-0202
医療法人大生会大野医院	松本市清水2-1-8	0263-32-2309	さくら血管病クリニック	松本市島立328-1	0263-47-1500
医療法人岡野医院	松本市梓川倭575-1	0263-78-2804	医療法人喜生会塩ノ崎医院	松本市並柳1-4-8	0263-28-0880
荻原医院	松本市蟻ヶ崎1-1-36	0263-33-9728	塩原医院	松本市宮田27-1	0263-25-3029
医療法人信英会奥平医院	松本市大手5-6-17	0263-32-2335	品川内科医院	松本市笹賀5526-12	0263-28-3313
小口内科クリニック	松本市寿南1-23-9	0263-85-0770	しのざき 内科呼吸器科クリニック	松本市南松本2-13-12	0263-24-0570
小沢内科医院	松本市梓川梓853-3	0263-78-4811	島内診療所	松本市島内5302	0263-47-0337
折井クリニック	松本市白坂1-3-7	0263-32-0305	十全堂 武田内科医院	松本市鎌田1-13-32	0263-25-4731
柿澤内科医院	松本市蟻ヶ崎4-2-1	0263-31-3636	しらゆり 内科循環器科クリニック	松本市惣社497-39	0263-38-1671
金井医院	松本市里山辺3083	0263-32-4230	杉山外科医院	松本市島立183	0263-47-1753
上條医院	松本市深志1-2-5	0263-32-1464	医療法人社団 須澤内科小児科医院	松本市城西1-8-15	0263-32-1305
上條医院	松本市波田1660-1	0263-92-3046	すずき内科クリニック	松本市女鳥羽3-6-20	0263-39-7740
上條小児科医院	松本市大手3-4-3	0263-32-0083	せきクリニック	松本市並柳2-13-1	0263-24-0355
唐沢内科医院	松本市城西2-2-26	0263-32-1553	せき整形外科	松本市岡田松岡121-3	0263-88-2838
唐沢内科小児科医院	松本市笹部2-1-51	0263-25-7633	高山医院	松本市島内343-1	0263-47-5655

実施機関名	所在地	電話番号	実施機関名	所在地	電話番号
高山内科明生会	松本市島内1788-2	0263-47-3500	松本市四賀の里クリニック	松本市会田1535-1	0263-64-2027
多田内科医院	松本市深志1-5-9	0263-36-3611	三沢医院	松本市県2-4-7	0263-32-6706
田中医院	松本市野溝東1-5-27	0263-27-5959	溝上医院	松本市神林2701	0263-58-0567
つかはらペインクリニック	松本市双葉5-20 イオン南松本店2階	0263-87-1314	医療法人みぞうえ内科医院	松本市桐2-5-5	0263-33-5900
医療法人東里会東城クリニック	松本市島内青島4380	0263-47-2353	三村医院	松本市今井1222	0263-59-2010
長岡医院	松本市横田1-11-4	0263-35-0061	ミモザマンマクリニック	松本市中央3-7-8	0263-88-3800
中垣内科医院	松本市笹部1-3-2	0263-28-1751	みやいりクリニック	松本市井川城2-16-12	0263-31-3838
医療法人中嶋医院	松本市村井町北2-2-1	0263-57-3762	宮下内科循環器クリニック	松本市梓川倭横沢2303-5	0263-78-6366
中田整形外科	松本市村井町南1-36-12 ちくまビル1階	0263-86-7711	宮本内科クリニック	松本市両島1-6	0263-31-5112
中野医院	松本市波田5125-1	0263-92-2017	村山内科医院	松本市庄内3-2-26	0263-26-2277
なかむらクリニック	松本市征矢野2-14-15	0263-25-2526	医療法人恵樹会望月整形外科	松本市中央1-4-17	0263-39-1177
中村内科小児科医院	松本市出川町18-20	0263-25-5763	百瀬医院	松本市内田381	0263-58-2506
南天診療所	松本市筑摩3-15-31	0263-29-1515	矢崎医院	松本市浅間温泉1-6-13	0263-46-1001
野村医院	松本市庄内3-4-41	0263-25-1619	山岡内科医院	松本市庄内2-6-35	0263-26-6068
はたクリニック	松本市開智2-3-48-6	0263-33-0667	山岸医院	松本市中山4137-8	0263-58-5220
医療法人慶和会花村医院	松本市新村247-1	0263-47-0032	山辺温泉花岡整形外科	松本市里山辺1140	0263-33-2581
原内科医院	松本市城東1-1-1	0263-32-0741	医療法人山村医院	松本市今井3223-23	0263-59-2002
平林内科クリニック	松本市寿北6-28-8	0263-85-3800	山村小児科医院	松本市村井町南1-29-7	0263-58-2116
ひろ内科医院	松本市浅間温泉1-16-26	0263-87-8811	立田クリニック	松本市梓川梓2246	0263-78-5180
福澤医院	松本市和田1858-10	0263-47-9318	医療法人和田整形外科医院	松本市島内5024-5	0263-48-0200
医療法人弘仁会藤田医院	松本市宮瀬1-4-5	0263-35-8611	渡辺内科医院	松本市寿小赤1006-1	0263-58-9735
藤森内科医院	松本市大手4-12-17	0263-36-1140	社会医療法人財団慈泉会 相澤東病院	松本市本庄2-11-16	0263-33-2500
二木医院	松本市大手3-8-7	0263-32-2288	相澤健康センター	松本市本庄2-5-1	0263-34-6360
医療法人誠仁会降旗医院	松本市神田1-1-8	0263-25-3989	一之瀬脳神経外科病院	松本市島立2093	0263-48-3300
降旗ハートクリニック	松本市中山951-1	0263-29-2230	医療法人心泉会上條記念病院	松本市村井町西2-16-1	0263-57-3800
芳樹会内科診療所	松本市浅間温泉3-4-7	0263-46-5506	医療法人和心会松南病院	松本市笹部3-13-29	0263-25-2303
前澤医院	松本市寿北7-5-6	0263-58-2432	医療法人 城西医療財団城西病院	松本市城西1-5-16	0263-33-6400
松岡内科医院	松本市蟻ヶ崎6-9-6	0263-33-4172	医療法人藤森病院	松本市中央2-9-8	0263-33-3672
松田内科医院	松本市小屋北1-15-33	0263-86-0333	まつもと医療センター	松本市村井町南2-20-30	0263-58-4567
松原台診療所武田内科医院	松本市松原40-7	0263-86-5041	医療法人社団中信勤労者医療協会 松本協立病院	松本市巾上9-26	0263-35-5300
松本市安曇島々診療所	松本市安曇1065-1	0263-94-2231	松本市立病院	松本市波田4417-180	0263-92-3027
松本市安曇稲核診療所	松本市安曇2627-2	0263-94-2514	松本中川病院	松本市野溝西2-3-16	0263-28-5500
松本市安曇大野川診療所	松本市安曇3992-1	0263-93-2433	社会医療法人抱生会 丸の内病院	松本市渚1-7-45	0263-28-0055
松本市安曇沢渡診療所	松本市安曇4162-1	0263-93-2170	松本市医師会 医療センター診療所	松本市城西2-2-7	0263-35-4997
松本市国民健康保険 奈川診療所	松本市奈川2366	0263-79-2301			
上 田 市					
医療法人慈善会安藤病院	上田市中央西1-1-20	0268-22-2580	葦沢内科医院	上田市芳田1818-4	0268-35-3330
医療法人健静会上田病院	上田市中央1-3-3	0268-22-3580	飯島医院	上田市築地188	0268-22-5011
医療法人共和会塩田病院	上田市中野29-2	0268-38-2221	飯田整形ペインクリニック	上田市上田原717-12	0268-28-1211
医療法人健救会柳澤病院	上田市中央西1-2-10	0268-22-0109	医療法人社団真征会 池田クリニック	上田市上田原687-1	0268-22-5041
上田市立産婦人科病院	上田市緑が丘1-27-32	0268-22-1573	医療法人慈修会 上田腎臓クリニック	上田市住吉322	0268-27-2737
上田生協診療所	上田市上塩尻393-1	0268-23-0199	社会福祉法人敬老園 うえだはらライフクリニック	上田市上田原1053-1	0268-22-0873
東信医療生活協同組合 川西生協診療所	上田市仁古田357-1	0268-31-1411	大谷外科・眼科	上田市常田3-2-8	0268-27-2220
あおぞらクリニック	上田市上田原1331	0268-75-1100	神科中央クリニック	上田市住吉397-2	0268-26-1144

実施機関名	所 在 地	電話番号	実施機関名	所 在 地	電話番号
医療法人かんがわクリニック	上田市蒼久保1144-1	0268-34-5151	医療法人日新会日新堂医院	上田市中央3-14-20	0268-22-0558
医療法人クリニック岡田	上田市中央6-10-10	0268-24-2662	医療法人米沢会 ハートクリニック上田	上田市踏入2-10-6	0268-23-0386
小泉クリニック	上田市小泉775-7	0268-81-0088	橋本医院	上田市舞田1	0268-38-2033
甲田医院	上田市中央1-6-24	0268-22-0859	はらだ内科クリニック	上田市大屋513-1	0268-36-0520
医療法人芳栄会甲田クリニック	上田市古安曾1833	0268-38-3065	医療法人 半田循環器科内科医院	上田市中之条416-3	0268-28-0888
医療法人こさとクリニック	上田市古里1926-17	0268-28-4111	日比優一クリニック	上田市上田原158-1	0268-21-0721
医療法人五野医院	上田市小島237	0268-38-0101	長野県厚生農業協同組合連合会鹿教湯三才山リハビリテーションセンター鹿教湯病院附属健診診療所	上田市殿城250-4	0268-29-1220
小松内科循環器科医院	上田市上田1493-3	0268-27-2200	三浦産婦人科	上田市中央3-16-10	0268-22-0350
斉藤外科医院	上田市蒼久保1177-7	0268-35-0887	医療法人三原内科医院	上田市中之条99-21	0268-27-6500
医療法人佐藤胃腸科内科	上田市中央1-8-21	0268-22-2342	宮坂内科小児科医院	上田市常田2-5-3	0268-22-0759
医療法人秋桜会城南医院	上田市御所373-1	0268-22-3481	村上医院	上田市大手1-2-6	0268-22-3740
高野外科医院	上田市秋和493	0268-22-8266	山田内科医院	上田市下之郷乙351-1	0268-26-8181
医療法人田中クリニック	上田市常入1-7-42	0268-23-5757	医療法人健育会 吉田こども医院	上田市常入1-7-97	0268-24-1222
ついじ内科消化器科クリニック	上田市築地539-2	0268-29-8686	わかた内科	上田市新町180-1	0268-38-2540
岡 谷 市					
岡谷市民病院	岡谷市本町4-11-33	0266-23-8050	林外科医院	岡谷市長地小萩3-12-27	0266-28-1200
医療法人研成会諏訪湖畔病院	岡谷市長地小萩1-11-30	0266-27-5500	川岸医院	岡谷市川岸中2-4-1	0266-22-2562
医療法人花岡医院	岡谷市天竜町3-20-28	0266-22-3525	野村ウィメンズクリニック	岡谷市中央町3-1-36	0266-24-1103
医療法人小野医院	岡谷市長地柴宮1-18-9	0266-28-2776	酒井医院	岡谷市本町2-1-2	0266-22-2121
医療法人向山内科医院	岡谷市塚間町1-2-20	0266-23-6272	林内科・循環器科クリニック	岡谷市長地小萩3-12-24	0266-26-8100
医療法人祐愛会祐愛病院	岡谷市南宮2-2-34	0266-23-0222	牛山医院	岡谷市天竜町3-2-23	0266-78-1192
よねやま内科クリニック	岡谷市神明町1-2-11	0266-22-8863	今井内科胃腸科クリニック	岡谷市今井1211	0266-24-8688
諏 訪 市					
青木産婦人科医院	諏訪市大手1-18-5	0266-52-0649	諏訪城東病院	諏訪市大手2丁目3-5	0266-52-3100
あるがクリニック	諏訪市湯の脇2-6-3	0266-78-1235	諏訪赤十字病院	諏訪市湖岸通り5丁目11-50	0266-57-6042
いちょう並木クリニック	諏訪市四賀2417-2	0266-58-5522	医療法人豊友会 諏訪豊田診療所	諏訪市豊田2434-2	0266-52-1802
医療法人超年会上諏訪病院	諏訪市大手1丁目17-7	0266-52-1650	高林内科呼吸器科クリニック	諏訪市湖岸通り1丁目13-11	0266-54-1159
きくち泌尿器科クリニック	諏訪市上川3丁目2314	0266-78-1045	なかす内科医院	諏訪市中洲3467-1	0266-54-2230
医療法人かりん会 きみづか整形外科	諏訪市上川3-2343	0266-78-4001	医療法人 はやし小児科内科医院	諏訪市湖南大曲15	0266-53-7888
こうのハートクリニック	諏訪市中洲5680-1	0266-78-5810	医療法人松本医院	諏訪市清水2-4-12	0266-52-3247
小島クリニック	諏訪市上川3丁目2205-5	0266-56-1212	医療法人清風会宮坂医院	諏訪市元町4-10	0266-52-1711
湖南関医院	諏訪市湖南5928	0266-58-1680	やざわ虎クリニック	諏訪市高島1丁目21-14	0266-57-8300
小松内科クリニック	諏訪市中洲新玉245-18	0266-53-7631	医療法人柳澤医院	諏訪市小和田南1-3	0266-52-0159
五味医院	諏訪市大手2-4-3	0266-52-1126	山口医院	諏訪市諏訪2-14-32	0266-58-5252
医療法人塩沢医院	諏訪市大手2丁目9-10	0266-52-0038	吉江内科医院	諏訪市渋崎1794-1	0266-52-2525
清水クリニック	諏訪市湖岸通り5丁目13-18	0266-53-1625	医療法人渡辺内科クリニック	諏訪市四賀赤沼1770-3	0266-53-6088
小諸北佐久					
医療法人清秀会甘利医院	小諸市与良町3-4-17	0267-22-0729	医療法人さくら会 桜井クリニック	小諸市滋野甲字荒井田 560-1	0267-26-1188
甘利医院わだ	小諸市和田841-7	0267-26-5500	佐藤外科医院	小諸市鶴巻1-1-14	0267-22-0334
医療法人市川医院	小諸市市町5-3-8	0267-25-1200	須江医院	小諸市赤坂1-6-13	0267-22-2060
医療法人白田医院	小諸市御影新田2131-11	0267-22-0483	医療法人鈴木医院	小諸市六供2-6-7	0267-26-1212
長野県厚生農業協同組合連合会 浅間南麓こもろ医療センター	小諸市相生町3-3-21	0267-22-1070	医療法人関医院	小諸市大手2-4-7	0267-22-2205
医療法人山月会小諸病院	小諸市荒町2-1-1	0267-22-0250	医療法人社団慈主会 高橋内科医院	小諸市古城2-2-26	0267-23-8110
小諸南城クリニック	小諸市小原甲1639-1	0267-26-5222	医療法人武重医院	小諸市本町2-2-13	0267-22-0171

実施機関名	所 在 地	電話番号	実施機関名	所 在 地	電話番号
医療法人三和会田村医院	小諸市市町1-2-29	0267-22-0048	軽井沢町国民健康保険 軽井沢病院	北佐久郡軽井沢町大字長倉 2375-1	0267-45-5111
医療法人鳥山クリニック	小諸市大字八満187-1	0267-26-0308	軽井沢團クリニック	北佐久郡軽井沢町大字長倉 4417-5	0267-44-3677
医療法人ひかり医院	小諸市御幸町1-10-20	0267-22-8878	北沢クリニック	北佐久郡軽井沢町軽井沢東 21-8	0267-42-2804
東小諸クリニック	小諸市大字御影新田2743-1	0267-25-8104	医療法人高原会木戸内科医院	北佐久郡軽井沢町大字 軽井沢1178-593	0267-42-7755
医療法人矢島医院	小諸市乙女6-11	0267-22-8148	医療法人木家医院	北佐久郡軽井沢町 中軽井沢18-9	0267-45-7151
医療法人柳泉会 柳橋脳神経外科	小諸市大字諸350	0267-23-6131	こまつ内科・消化器内科 クリニック	北佐久郡御代田町御代田 23332	0267-31-5411
医療法人宣慈会あさま医院	北佐久郡軽井沢町長倉3722	0267-45-2518	坂口医院	北佐久郡軽井沢町大字 軽井沢756	0267-42-2431
いけお内科クリニック	北佐久郡軽井沢町長倉 4726-5	0267-45-7328	宮下内科循環器科クリニック	北佐久郡御代田町馬瀬口 1713-4	0267-31-3033
医療法人井田医院	北佐久郡御代田町馬瀬口 1949-2	0267-32-3845	御代田中央記念病院	北佐久郡御代田町大字 御代田4107-40	0267-32-4711
UENO CLINIC	軽井沢町軽井沢1323-1452	0267-42-6666	医療法人清夢会岩下医院	北佐久郡立科町大字芦田 1165	0267-56-3908
追分クリニック	北佐久郡軽井沢町追分 1074-37	0267-44-3637	医療法人白樺会柳澤医院	北佐久郡立科町大字芦田 2835-2	0267-56-1045
織田醫院中軽井沢診療所	北佐久郡軽井沢町大字長倉 2858-4	0267-44-3883			

特定保健指導実施機関一覧

令和2年度

特定保健指導実施機関の契約一覧（長野県）

実 施 機 関 名	所 在 地	電話番号
栗田病院	長野県長野市栗田695	026-226-1311
医療法人公生会竹重病院	長野県長野市田町2099	026-234-1281
長野医療生活協同組合長野中央病院	長野県長野市西鶴賀町1570	026-234-3234
医療法人樹会小林医院	長野県長野市中御所4-7-23	026-228-3030
医療法人平成会小島病院	長野県長野市若里5-8-6	026-217-3861
医療法人ハynesライフ朝日ながの病院	長野県長野市三輪1-2-43	026-215-8081
医療法人ハynesライフ山田記念朝日病院	長野県長野市大字南堀135-1	026-241-9839
医療法人青樹会一之瀬脳神経外科病院	長野県松本市島立2093	0263-48-3300
松本中川病院	長野県松本市野溝西2-3-16	0263-28-5500
松本市立病院	長野県松本市波田4417-180	0263-92-3027
医療法人慈善会安藤病院	長野県上田市中央西1-1-20	0268-22-2580
岡谷市民病院	長野県岡谷市本町4-11-33	0266-23-8050
瀬口脳神経外科病院	長野県飯田市上郷黒田218-2	0265-24-7667
市立大町総合病院	長野県大町市大町3130	0261-22-0415
組合立諏訪中央病院	長野県茅野市玉川4300	0266-72-1000
松本歯科大学病院	長野県塩尻市広丘郷原1780	0263-51-2300
社会医療法人恵仁会くろさわ病院	長野県佐久市中込1-17-8	0267-64-1711
佐久穂町立千曲病院	長野県南佐久郡佐久穂町大字高野町328	0267-86-2360
医療法人社団御代田中央記念病院	長野県北佐久郡御代田町大字御代田4107-40	0267-32-4711
飯綱町立飯綱病院	長野県上水内郡飯綱町大字牟礼2220	026-253-2248
医療法人仁雄会穂高病院	長野県安曇野市穂高4634	0263-82-2474
社会医療法人財団慈泉会相澤健康センター	長野県松本市本庄2-5-1	0263-34-6360

この報告書は、特定健診の対象者（今年度中に40歳以上となる方）のうち、受診券の発行がない第二種組合員（従業員）の事業者健診の結果および、受診券を利用せず他の健診（人間ドック等）を受けた第一種組合員・世帯員の結果を報告いただくものです

令和2年度 特定健康診査項目結果報告書

受診者区分 ○をしてください	1. 第一種組合員	}	受診券を利用して特定健診を受けた場合、 本報告書の提出は不要です	
	2. 世帯員			
	3. 第二種組合員（従業員）			

記 号 ・ 番 号			
氏 名		性 別	男 ・ 女
生 年 月 日	昭和 年 月 日	(歳)	

健 診 年 月 日	令和 年 月 日		
健 診 実 施 機 関		自院 ・ 他院	

自家健診は認めますが、自己健診は認められません

既 往 歴		
自 覚 症 状		
他 覚 症 状 (身 体 診 察)		

〈基本的な健診項目（必須）〉

項 目		結 果	
身 体 計 測	身 長	(cm)	小数点以下1桁
	体 重	(kg)	小数点以下1桁
	B M I		小数点以下1桁
	腹 囲	(cm)	小数点以下1桁
血 圧 (2回計測した場合は平均)	収 縮 期 血 圧	(mmHg)	2回測定した 場合は平均値
	拡 張 期 血 圧	(mmHg)	
脂 質 検 査 ※中性脂肪が400mg/dl以上または食後採血の場合は、 LDL-コレステロールに代えてNon-HDLコレステロールでもよい	中 性 脂 肪	(mg/dl)	
	H D L - コ レ ス テ ロ ー ル	(mg/dl)	
	L D L - コ レ ス テ ロ ー ル	(mg/dl)	
	(Non-HDL コ レ ス テ ロ ー ル)	(mg/dl)	
肝 機 能 検 査	A S T (G O T)	(IU/l)	
	A L T (G P T)	(IU/l)	
	γ - G T (γ - G T P)	(IU/l)	
血 液 検 査 ※いずれかで可	空 腹 時 血 糖	(mg/dl)	
	H b A 1 c	(%)	小数点以下1桁
	(やむをえない場合) 随時血糖	(mg/dl)	
尿 検 査	尿 糖	- ・ 土 ・ + ・ ++ ・ +++	
	尿 蛋 白	- ・ 土 ・ + ・ ++ ・ +++	

裏面につづく

〈詳細な健診項目〉

項 目		結 果
心 電 図 検 査	所 見	
眼 底 検 査	所 見	
貧 血 検 査	赤 血 球 数	(万/mm ³)
	血色素量 (Hb ヘモグロビン)	(g/dl) 小数点以下1桁
	ヘ マ ト ク リ ッ ト 値	(%) 小数点以下1桁
血清クレアチニン検査	血 清 ク レ ア チ ニ ン 値	(mg/dl) 小数点以下2桁
	e G F R	(ml/min/1.73m ²) 小数点以下1桁

医 師 の 判 断	健診結果を踏まえた医師の所見
判断した医師の氏名	

〈参考〉

○メタボリックシンドローム判定

ステップ1 腹囲を確認

男性 85cm以上 / 女性 90cm以上

※腹囲が基準値未満の場合は追加リスクに関係なく非該当

ステップ2 追加リスクの該当数を確認

① 血圧

収縮期血圧 130mmHg 以上または拡張期血圧 85mmHg 以上または薬剤治療中（質問票）

② 血糖

空腹時血糖 110mg/dl 以上または HbA1c 6.0% 以上または薬剤治療中（質問票）

※両検査とも実施の場合は空腹時血糖の値で判定

③ 脂質

中性脂肪 150mg/dl 以上またはHDLコレステロール 40mg/dl 未満または薬剤治療中（質問票）

判定 ステップ1に該当した場合、ステップ2追加リスクの該当数で判定

0個 … 非該当 / 1個 … メタボ予備群 / 2個以上 … メタボ該当

○特定保健指導該当判定

ステップ1 腹囲・BMIを確認

(1) 腹囲 : 男性 85cm以上/女性 90cm以上

↓(1)に該当しない場合に確認

(2) BMI : 25以上（男女とも）

※腹囲・BMIともに基準値未満の場合は追加リスクに関係なく非該当

ステップ2 追加リスクの該当数を確認

① 血圧

収縮期血圧 130mmHg 以上または拡張期血圧 85mmHg 以上

② 血糖

空腹時血糖 100mg/dl 以上またはHbA1c 5.6% 以上

※両検査とも実施の場合は空腹時血糖の値で判定

※メタボリックシンドロームの判定とは基準値が異なります

③ 脂質

中性脂肪 150mg/dl 以上またはHDLコレステロール 40mg/dl 未満

④ 喫煙歴あり（上記1～3で1つ以上あてはまる場合のみカウント）（質問票）

判定 ステップ1に該当した場合、ステップ2追加リスクの該当数で判定

ステップ1で(1)に該当した場合

0個 … 非該当 / 1個 … 動機付け支援 / 2個以上 … 積極的支援

ステップ1で(2)に該当した場合

0個 … 非該当 / 1～2個 … 動機付け支援 / 3個以上 … 積極的支援

※65歳以上の人は、「積極的支援」の対象となった場合でも「動機付け支援」となります

※降圧薬等を服用中の場合は、基準に該当しても特定保健指導の対象にはなりません（非該当）

医師国保組合記入

メタボリックシンドローム	該当	/	予備群	/	非該当
保 健 指 導	積極的支援	/	動機付け支援	/	服薬中 / なし

質 問 票

受診者本人が記入

NO	質 問 項 目	選 択 肢	回答欄
1-3	現在、aからcの薬の使用の有無		
1	a. 血圧を下げる薬	①はい ②いいえ	
2	b. 血糖を下げる薬又はインスリン注射	①はい ②いいえ	
3	c. コレステロールや中性脂肪を下げる薬	①はい ②いいえ	
4	医師から、脳卒中（脳出血、脳梗塞等）にかかっているといわれたり、治療を受けたことがありますか。	①はい ②いいえ	
5	医師から、心臓病（狭心症、心筋梗塞等）にかかっているといわれたり、治療を受けたことがありますか。	①はい ②いいえ	
6	医師から、慢性腎臓病や腎不全にかかっているといわれたり、治療（人工透析など）を受けていますか。	①はい ②いいえ	
7	医師から、貧血といわれたことがある。	①はい ②いいえ	
8	現在、たばこを習慣的に吸っている。 （※「現在、習慣的に喫煙している者」とは、「合計100本以上、又は6ヶ月以上吸っている者」であり、最近1ヶ月間も吸っている者）	①はい ②いいえ	
9	20歳の時の体重から10kg以上増加している。	①はい ②いいえ	
10	1回30分以上の軽く汗をかく運動を週2日以上、1年以上実施	①はい ②いいえ	
11	日常生活において歩行又は同等の身体活動を1日1時間以上実施	①はい ②いいえ	
12	ほぼ同じ年齢の同性と比較して歩く速度が速い。	①はい ②いいえ	
13	食事をかんで食べる時の状態はどれにあてはまりますか。	①何でもかんで食べることができる ②歯や歯ぐき、かみあわせなど気になる部分があり、かみにくいことがある ③ほとんどかめない	
14	人と比較して食べる速度が速い。	①速い ②ふつう ③遅い	
15	就寝前の2時間以内に夕食をとることが週に3回以上ある。	①はい ②いいえ	
16	朝昼夕の3食以外に間食や甘い飲み物を摂取していますか。	①毎日 ②時々 ③ほとんど摂取しない	
17	朝食を抜くことが週に3回以上ある。	①はい ②いいえ	
18	お酒（日本酒、焼酎、ビール、洋酒など）を飲む頻度	①毎日 ②時々 ③ほとんど飲まない（飲めない）	
19	飲酒日の1日当たりの飲酒量 日本酒1合（180ml）の目安：ビール500ml、焼酎25度（110ml）、ウイスキーダブル1杯（60ml）、ワイン2杯（240ml）	①1合未満（飲まないを含む） ②1～2合未満 ③2～3合未満 ④3合以上	
20	睡眠で休養が十分とれている。	①はい ②いいえ	
21	運動や食生活等の生活習慣を改善してみようと思いますか。	①改善するつもりはない ②改善するつもりである（概ね6か月以内） ③近いうちに（概ね1か月以内）改善するつもりであり、少しずつ始めている ④既に改善に取り組んでいる（6か月未満） ⑤既に改善に取り組んでいる（6か月以上）	
22	生活習慣の改善について保健指導を受ける機会があれば、利用しますか。	①はい ②いいえ	

