

令和 7 年度

青年期健康診査 受診の手引き



京都市
CITY OF KYOTO

京都市は持続可能な開発目標（SDGs）を支援しています。

SUSTAINABLE
DEVELOPMENT
GOALS

プラスせんぽ
+1000

生活習慣病の予防のためには、若い時期からの健康管理が重要です。

～受診までと受診後の流れ～

受診券を入手

指定医療機関の一覧は
ホームページで確認できます。

医療機関を予約

※¹
健診を受診

医療機関の窓口で
3,000 円※²をお支払いください。

受診日の約 1 か月後

結果を確認

健康づくりを続ける

※¹ この「受診の手引き」での「健診」は青年期健康診査のことをいいます。

※² 受診料金の免除制度があります。詳しくは中面をご確認ください。

青年期健康診査・指定医療機関に関する問い合わせ先 ※おかけ間違いにご注意ください。

京都いつでもコール (年中無休 午前 8 時～午後 9 時)

電話 / 075-661-3755

FAX / 075-661-5855

ホームページ / 京都市 青年期健康診査 検索



対象者

18～39歳までの京都市民（京都市に住民票がある方）

- 昭和61年4月1日以降生まれで、受診日現在18歳以上の方（学生、妊婦の方は対象外）
- 京都市国保加入者、生活保護受給者のほか職場等で健康診断を受ける機会のない方
- 労働安全衛生法等における雇入れ時や定期の健康診断にかえて受診することはできません。

受診券有効期間

令和7年4月21日から令和8年3月31日まで

- 有効期間に関わらず、お早めの受診をおすすめします。
- 有効期間内に1人1回に限り受診することができます。

受診場所

指定医療機関（約800機関）

※ 詳しくは、ホームページ又は京都いつでもコールでご確認ください。



検査の内容と受診料金

青年期健康診査では、メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）に着目し、生活習慣病の危険因子等を調べます。

検査の内容			受診料金
診察	問診		約10,000円 (保険外診療) ↓ 3,000円^{※2}
	計測	身長・体重・腹囲・BMI	
	診察	理学的所見	
血圧			
血液検査	脂質	総コレステロール・中性脂肪・HDL コレステロール・LDL コレステロール	
	血糖	血糖 ^{※1} ・HbA1c	
	肝機能	AST (GOT)・ALT (GPT)・γ-GT (γ-GPT)・ALP・総蛋白	
	貧血	赤血球数・血色素量・ヘマトクリット値	
	腎機能	血清クレアチニン・eGFR	
	その他	白血球数・血小板数・血清アルブミン・尿酸・アミラーゼ	
尿検査		尿蛋白・尿糖・ウロビリノーゲン・尿潜血	

※1 ただし食後3.5時間未満は結果通知に表記されません。

※2 生活保護受給中の方は、「生活保護受給証明書」（令和7年4月1日以降に京都市が発行したもの）を医療機関の窓口提出していただくと、受診料金が免除されます。

● 胸部X線検査、視力・聴力検査、心電図検査はありません。

健診当日の持ち物

- 受診券 ●受診票（問診票） ●受診料金（3,000円）
- 保険証 又は 資格確認書

※ 生活保護受給中の方は、保険証又は資格確認書のかわりに「生活保護受給証明書」（令和7年4月1日以降に京都市が発行したもの）を医療機関の窓口でご提出ください。受診料金が免除されます。

※ マイナ保険証の利用の可否については各医療機関にご確認ください。

健診当日の注意事項

- 正確な血液検査のために、空腹時（食後10時間以上）での受診をお勧めします。
- 月経中や授乳期間中は、検査結果に影響を及ぼす場合がありますので、受診をお控えいただくか、受診票（問診票）問22の設問において、「①はい」を選択してください。
妊娠中の方は受診できませんので、あらかじめご了承ください。
- 発熱や咳などの風邪症状があるときや体調がすぐれないときは、受診をお控えください。

健診結果のお知らせ時期について

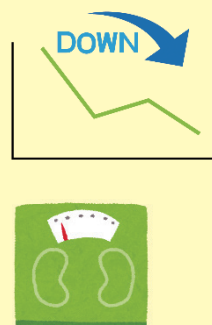
- 健診結果は、受診日から約1か月後に、受診された医療機関から直接手渡し又は郵送にてお知らせします。お知らせ方法については、医療機関でご確認ください。

健診結果の活用への同意について

- 健診結果は受診者本人に提供されるほか、京都市において適正かつ厳重に管理し、必要に応じて、各区役所・支所・京北出張所に、健康づくり事業や保健指導等で活用するため、情報提供する場合がありますので、あらかじめご了承ください。※受診結果の情報提供に同意いただけない場合は、「申立書」をご提出ください。詳しくは、ホームページをご確認ください。
- 健診の結果、必要に応じて、京都市から精密検査や保健指導の利用等に関するご連絡をする場合がありますので、ご理解・ご協力のほどよろしくお願いします。

健診を受けるだけで終わるのは
もったいない!!

健診をきっかけに
健康づくりを
始めよう!



健康の維持には、

しっかり運動

バランスのよい食事

ほどよく休養

が大切です。



青年期健康診査に関しては、ホームページでもご案内しています。
お問い合わせの前に必ずお読みください。

京都市 青年期健康診査

検索



Q1 青年期健康診査の対象者かどうか教えてください。

こんな場合		
令和 7 年 4 月 1 日～令和 8 年 3 月 31 日の間に誕生日を迎えて 40 歳となる方	×	特定健康診査の対象者となります。ご加入の健康保険にお問い合わせください。
職場の定期健康診断が受診できなかった方	×	事業主に義務付けられている健康診断にかえて受診することは認められません。
就職時や職場の定期健康診断など診断書の提出が必要な方	×	青年期健康診査では「診断書」の発行はしておりません。また、「診断書」が必要ない場合でも、就職時の健康診断や職場の定期健康診断として受診することは認められません。
京都市国民健康保険以外の健康保険加入の方	△	職場等で健康診断を受診する機会がない場合のみ、受診することができます。

Q2 検査の内容を増やす（減らす）ことはできますか？

できません。青年期健康診査の検査項目は p.2 のとおり決まっています。全ての検査項目を必ずご受診ください。なお、青年期健康診査とは別に各医療機関で実施している検査を受診することは可能ですが、その場合の費用は全て実費となります。京都市からの補助はありません。

Q3 青年期健康診査は 1 年に何度も受診できますか？

できません。青年期健康診査を年度内に 2 回以上受診された場合は、健診費用全額からお支払いいただいた受診料金 (3,000 円) を控除した額を後日請求しますので、ご注意ください。

Q4 青年期健康診査の結果で気になることがありました。相談できる場所がありますか？

「要医療」とあった項目については、医療機関にご相談ください。

また、各区役所・支所保健福祉センター健康長寿推進課（健康長寿推進担当）では、青年期健康診査の結果に応じた個別保健指導を無料で実施しています。「メタボリックシンドローム予備群該当・基準該当」であった方、健康的な生活習慣を具体的に知りたい方など、誰でもご利用可能です。事前にお電話でご予約のうえ、ご利用ください。詳しくは、ホームページをご確認ください。

Q5 39 歳以下です。青年期健康診査以外に受診できる京都市の健（検）診はありますか？

子宮頸がん検診（20 歳以上の女性）、歯周疾患予防健診（20 歳、30 歳等）などを受診することができます。詳しくは、ホームページをご確認ください。

京都市 子宮頸がん検診

検索



京都市 歯科健診

検索



Q6 生活保護受給証明書を忘れたため 3,000 円支払いました。あとから返金してもらえますか？

青年期健康診査では、受診料金の還付制度はありません。受診料金の免除対象の方は、必ず受診時に生活保護受給証明書をご提出ください。