

## 健診の効果

### 生活習慣病の芽をつみとる

生活習慣病のほとんどは自覚症状が現れません。健診を受けていなければかなり進行していることもあります。毎年1回定期的に健診を受けていれば、生活習慣病の初期の段階、つまり芽の段階でつみとることができます。

### 健診の結果を生活改善に活かす

健診で生活習慣病の芽が見つければ、生活習慣を改善することで良くなります。すでに薬を飲んでいる方も、生活習慣病は生活習慣を見直さない限り良くなり

ません。健診結果から自分の生活をふり返ってみましょう。良くない習慣だとわかっていてもなかなか改善できませんが、数値で示されるとよくわかり、実行しやすくなります。

#### 健診を上手に受けるポイント

- ① 年1回は必ず受ける
- ② 病気で通院中の人もきちんと受ける
- ③ 「要再検査・精密検査」といわれたら必ず受診
- ④ 健診の結果は保存しておく
- ⑤ 健診の結果を生活改善に活かす

## 人間ドック・定期健康診断 契約医療機関<修正版> ※特定健診の実施機関とは異なります

○印の機関で人間ドックまたは定期健康診断を実施

(令和6年4月現在)

医療機関名	所在地 電話番号	定期 健康診断	人間 ドック	医療機関名	所在地 電話番号	定期 健康診断	人間 ドック
霞が関ビル診療所	千代田区霞が関3-2-5 霞が関ビル3階 03-3239-0017	○	○	新赤坂クリニック青山	港区南青山2-2-3 ヒューリック青山外苑東通ビル2階 03-5770-1250	○	○
内幸町診療所	千代田区内幸町1-1-1 帝国ホテルタワー7階 03-3501-5567	○	○	赤坂 永沢クリニック	港区赤坂3-5-2 サンヨー赤坂ビル2階 03-3583-6710	○	○
浜田病院 総合健診センター	千代田区神田駿河台2-5 03-5280-1080	○	○	国際医療福祉大学 三田病院	港区三田1-4-3 03-3451-8127	—	○
こころからだの 元氣プラザ	千代田区神田神保町1-105 (定期) 03-5210-6645 (ドック) 03-5210-6622	○	○	同友会 品川クリニック	港区港南2-16-3 品川グランドセントラルタワー1階 03-6718-2816	○	○
東京中央卸売 市場診療所	中央区築地5-2-1 東京中央卸売市場 03-3547-8894	○	○	芙蓉診療所 成人病医学センター	新宿区新宿5-14-5 03-3350-6731	○	○
東京・八重洲 総合健診センター	中央区八重洲1-5-20 東京建物 八重洲さくら通りビル7階 03-3274-2861	○	○	楠樹記念クリニック	新宿区西新宿2-6-1 新宿住友ビル3階 03-3344-6666	○ 日曜受診可	○ 日曜受診可
銀座富士クリニック	中央区銀座4-11-2 丸正ビル2階 03-3542-8371	○	○	新宿健診プラザ	新宿区歌舞伎町2-3-18 03-3207-2222 (予約専用)	○	○
浜町センタービル クリニック	中央区日本橋浜町2-31-1 浜町センタービル7階 03-3664-2767	○	○	新宿追分クリニック	新宿区新宿3-1-13 京王新宿追分ビル7階 0120-28-3113 (予約専用)	○ 日曜受診可	○ 日曜受診可
新赤坂クリニック銀座	中央区銀座3-9-7 トランス銀座ビルディング5階 03-5770-1250	○	○	新宿スカイビル 健診テラス	新宿区新宿4-4-1 第1スカイビル5階 03-5990-2944	○	—
健診プラザ日本橋	中央区日本橋本町4-15-9 曾田ビル4階・5階 03-3693-7240	○	○	PL東京健康管理 センター	渋谷区神山町17-8 03-3469-1163	—	○ 日曜隔週
ヘルチェック 日本橋センター	中央区日本橋1-3-13 東京建物日本橋ビル7階 0570-012-489 (予約専用)	○	○	MYメディカル クリニック渋谷	渋谷区宇田川町20-17 NMF渋谷公園通りビル5階 03-6712-7487 (予約専用)	○ 日曜受診可	○ 日曜受診可
築地クリニック	中央区築地6-25-10 築地センタービル3階 03-3549-6662	○	○	明治安田 新宿健診センター	渋谷区代々木3-22-7 新宿文化クイントビル12階 0570-03-5489	—	○
セラヴィ新橋 クリニック	港区新橋4-3-1 新虎安田ビル4階 03-5408-8181	○	○	同友会 春日クリニック	文京区小石川1-12-16 TGビル7階 03-3816-5840	○	○
新橋クリニック	港区新橋5-15-5 交通ビル2階 03-3434-5151	○	—	永寿総合健診・ 予防医療センター	台東区東上野3-3-2F 03-3833-7351	○	○
ライフプランニングセンター 日野原記念クリニック	港区高輪4-10-8 京急第7ビル2階 03-6277-2970	○	○	浅草クリニック	台東区浅草4-11-6 03-3876-3600	○	○

医療機関名	所在地 電話番号	定期 健康診断	人間 ドック	医療機関名	所在地 電話番号	定期 健康診断	人間 ドック
鷺谷健診センター	台東区根岸2-19-19 03-3873-9161	○	○	富士見病院	板橋区大和町14-16 03-3962-2431	○	—
同友会 深川クリニック	江東区三好2-15-10 03-6860-0017	○	○	愛誠病院 健康管理センター	板橋区加賀1-3-1 03-3961-5125	○	—
東京中央卸売市場 診療所	江東区豊洲6-6-1 7街区 管理施設棟1階108号室 03-6633-0002	○	—	練馬区医師会 医療健診センター	練馬区高野台2-23-20 03-3997-6934	○	—
江戸川区医師会 医療検査センター	江戸川区船堀4-1-1 タワーホール船堀6階 03-5676-8811	○	○	赤羽病院 健康管理センター	北区赤羽2-2-1 03-3901-4941	○	○
江戸川メディアケア病院 健診センター	江戸川区東松本2-14-12 0120-74-1119	○	○	佐々総合病院 健診センター	西東京市田無町4-24-15 042-461-8383	○	○
第二臨海クリニック	江戸川区西葛西7-28-8 03-5658-3558	○	○	松井健診クリニック 吉祥寺プレイス	武蔵野市吉祥寺東町 1-19-23 0120-037-388	○	○
賛育会病院 健康管理クリニック	墨田区太平3-20-2 03-3622-9190	○	○	野村病院 予防医学センター	三鷹市下連雀8-3-6 0422-47-8811	○	○
健診プラザ両国	墨田区両国4-25-12 03-3846-3731	○	○	立川中央病院附属 健康クリニック	立川市柴崎町3-14-2 BOSEN4階 0570-032-220	○	○
葛飾健診センター	葛飾区立石2-36-9 0120-489-231 (予約専用)	○	○	八王子健康管理 センター	八王子市明神町4-30-2 042-648-1621	○	○
北品川クリニック	品川区北品川1-28-15 03-6433-3273 (予約専用)	○	○	東海大学八王子病院 健康管理センター	八王子市石川町1838 042-639-1177	—	○
進興クリニック	品川区大崎2-1-1 ThinkPark Tower3階 03-5408-8181	○	○	あけぼの病院	町田市市中町1-23-3 042-728-4010	○	○
厚生中央病院 健康管理センター	目黒区三田1-11-7 03-3713-2141	—	○	東京白十字病院 健康管理センター	東村山市諏訪町2-26-1 042-393-7486	○	○
東京共済病院 健康医学センター	目黒区中目黒2-3-8 03-5794-7331	—	○	あきる台病院	あきる野市秋川6-5-1 042-559-5449	○	○
東京蒲田医療センター	大田区南蒲田2-19-2 03-5744-3268	○	○	相模原総合健診 センター	相模原市中央区淵野辺 3-2-8 042-753-3301	○	○
大森赤十字病院	大田区中央4-30- <del>除</del> 03-3775-3111	—	○	横浜総合健診センター	横浜市神奈川区金港町3-1 コンカード横浜20階 045-461-1230	○	○
久我山病院	世田谷区北烏山2-14-20 03-3309-8131	○	—	新赤坂クリニック横浜	横浜市神奈川区鶴屋町3-32-13 第2安田ビル9階 03-5770-1250	○	○
駒沢健康管理センター	世田谷区上馬4-5-8 03-3424-8562	○	○	新百合ヶ丘総合病院 予防医学センター	川崎市麻生区古沢都古255 0120-700-098 (予約専用)	○	○
しんえい 内科健診クリニック	杉並区高円寺南4-6-7 アンフィニビル3階 03-6383-1873	○	○	湘南藤沢徳洲会病院	藤沢市辻堂神台1-5-1 0466-35-1360	○	○
新渡戸記念 中野総合病院	中野区中央4-59-16 03-3382-1231	○	—	済生会川口総合病院 健診センター	川口市西川口5-11-5 0570-08-2211	○	○
平塚胃腸クリニック	豊島区西池袋3-28-1 藤久ビル西2号館5階 03-3984-4316	○	○	レインボークリニック	さいたま市岩槻区本町3-2-5 ワッツ東館2階 048-758-3891	○	○
サン虎の門クリニック	豊島区東池袋3-1-1 サンシャイン60・7階 03-3988-1862	—	○	地域医療機能推進機構 船橋中央病院	船橋市海神6-13-10 047-433-5885	—	○



パソコン  
はこちら  
から

東食国保 検索

人間ドック・定期健康診断

人間ドック・定期健康診断  
契約医療機関一覧



スマートフォン  
はこちら  
から



※受診希望者は総合事務所へお申し込みください。  
※ご希望の方には契約医療機関の料金案内等  
一覧の記載された冊子をお送りします。東  
食国保ホームページでもご覧いただけます。  
(保健事業部Tel. 03-5828-7192)