

スマホdeドックのご案内

健康づくり事業の一環として、自宅でできる血液検査サービス「スマホdeドック」をご案内いたします。この機会にぜひ、ご利用ください。

＜スマホdeドックとは＞

指先からほんのわずかな血液を採取して郵送するだけで、脂質代謝や糖代謝、肝機能など、一般的な健康診断と同等の検査が受けられます。検査の申し込みから結果の確認までがスマホ・パソコンで行えるので、お忙しい方でも手軽にご利用いただけます。



食生活の乱れ・運動不足が原因!?

スマホdeドック利用者（若年層）



若年層の
(20代・30代)
88%が
軽度異常値以上

■ 異常なし
■ 何らかの異常あり

※2024年度 スマホdeドック利用者の検査結果

20代・30代の80%以上の方に何らかの異常（B～D判定）が見られるという結果が出ています。異常を放置すると、心筋梗塞や脳梗塞、動脈硬化といった病気のリスクが高まります。

スマホdeドックなら改善行動のアドバイスが受けられて、**医師に健康相談もできます**（30日間無料）

検査結果とともに、食事・運動・睡眠などの生活習慣ごとの注意ポイントや、具体的な改善行動のアドバイスが確認できます。

生活習慣ごとのアドバイス



さらに、検査結果を見てから30日間無料で医師に検査結果や改善方法などについて質問や相談ができます。

結果画面上で相談を入力すると、医師が質問や相談に回答します。

相談内容入力



いつから・どこが・どのように・どうなのか、についてお知らせいただくと、より具体的なアドバイスが可能です

相談科目を選択してください

ご相談内容を具体的に300文字以内でお書きください。

特別価格

定価

6,855 円

(税込・送料込み)

無 料

お申し込みは
お早めに！！

この機会にぜひ**スマホ de ドック**をご利用ください。

お申し込み方法

お申し込み 期 間

令和 7 年 6 月 1 日(日)～ 令和 7 年 12 月 31 日(水)

対 象 者

次の全ての条件を満たす方が対象です。

1. 令和 8 年 3 月 31 日時点で、満 20 歳～満 49 歳の方
(昭和 51 年 4 月 1 日～平成 18 年 3 月 31 日生まれの方)
2. 高梁市国民健康保険に加入されている方

※上記期間内で、お一人様 1 回のみお申込みいただけます。

※対象者以外の方がお申込みされた場合は、費用をご請求させていただく場合がございます。

検査費用

無 料

検査内容

生化学 14 項目

中性脂肪／総コレステロール／HDL・コレステロール／
LDL・コレステロール／尿素窒素／クレアチニン／尿酸／AST (GOT) ／
ALT (GPT) ／ γ -GTP／血糖値／HbA1c／総タンパク／アルブミン

お申込み 方 法 (スマホ・PCのみ)

スマホ de ドック

検索

<https://www.smartkensa.com>



お住いの市区町村をクリックして

自治体のお申込みフォームに進み必要情報をご入力ください。

※お申込み後に検査セットが届きますので、必ず検査してください。
未実施の方は、費用をご請求させていただく場合がございます。
※お申込み後のキャンセルはできません。

【お申込み・血液検査・サービスに関する問い合わせ】

スマホ de ドック サポートセンター TEL: 0800-700-4141 (平日 10:00～18:00)

support@smartkensa.jp ※ドメイン「@smartkensa.jp」を受信許可に設定してください。

【その他に関する問い合わせ】

高梁市 市民課健康保険係 TEL: 0866-21-0258