

健康診断を受けましょう

Эрүүл мэндийн үзлэгт хамрагдаарай!

健康診断は、安心して働き続けるための大切な制度です。

事業者は健康診断の結果に基づき、働く方の健康を守るための配慮を行います。

Эрүүл мэндийн үзлэг нь урт хугацаанд сэтгэл амар ажиллахын тулд чухал ач холбогдолтой тогтолцоо юм.

Ажил олгогч нь эрүүл мэндийн үзлэгийн үр дүнд үндэслэн ажилтны эрүүл мэндийг хамгаалахад чиглэсэн шаардлагатай арга хэмжээг авч хэрэгжүүлдэг.

健康診断とは？

Эрүүл мэндийн үзлэг гэдэг нь？

日本では労働者の健康を守るため、事業者に対し、常時使用する労働者(※1)を対象に健康診断を実施することを義務付けており、労働者にも受診義務があります。健康診断の費用は事業者が負担します。

一般健康診断(※2)を雇入れ時に1回、その後は年1回受診する必要があります(※3)。事業者には健康診断の結果に応じて、必要な場合には勤務内容や作業環境の見直しなど、労働者の健康を守るための措置を行うことが求められています。

Япон Улсад ажиллагсдын эрүүл мэндийг хамгаалах зорилгоор ажил олгогч нь байнгын ажилтнуудыг (※1) эрүүл мэндийн үзлэгт хамруулах үүрэгтэй бөгөөд ажилтан өөрөө ч мөн хамрагдах үүрэг хүлээдэг.

Эрүүл мэндийн үзлэгийн төлбөрийг ажил олгогч хариуцдаг.

Ерөнхий эрүүл мэндийн үзлэгт (※2) ажилд анх орох үед нэг удаа, түүнээс хойш жилд нэг удаа хамрагдах шаардлагатай (※3).

Ажил олгогч нь эрүүл мэндийн үзлэгийн үр дүнд үндэслэн шаардлагатай тохиолдолд ажил үүргийн агуулга болон ажлын орчин нөхцөлийг өөрчлөн сайжруулах зэрэг ажилтны эрүүл мэндийг хамгаалах арга хэмжээ авах шаардлагатай байдаг.

※1: 契約期間が1年以上(予定を含む)で、1週間の労働時間が同種の業務に従事する通常の労働者の3/4以上の労働者です。

Гэрээний хугацаа нь 1 жилээс дээш (төлөвлөж буй хугацаа үүнд хамаарна) бөгөөд долоо хоногийн ажлын цаг нь ижил төрлийн ажил эрхэлдэг ердийн ажилтны ажлын цагийн 3/4-с дээш байдаг ажилтан.

※2: 労働安全衛生法第66条の第2項及び第3項に基づき、有害な業務に従事する労働者に対しては特別の健康診断を実施しなければなりません。Хөдөлмөрийн аюулгүй байдал, эрүүл ахуйн тухай хуулийн 66-р зүйлийн 2 болон 3 дахь заалтын дагуу хортой нөхцөлд ажилладаг ажилтнуудыг тусгай эрүүл мэндийн үзлэгт хамруулах шаардлагатай.

※3: 労働安全衛生規則第45条に基づき、深夜業等の特定業務従事者は配置換えの際に1回、その後は6か月に1回受診する必要があります。Хөдөлмөрийн аюулгүй байдал, эрүүл ахуйн журмын 45-р зүйлд заасны дагуу шөнийн цагаар ажиллах зэрэг тусгай нөхцөлд ажилладаг ажилтан нь ажлын байранд хуваарилагдах үед нэг удаа, түүнээс хойш 6 сар тутамд нэг удаа эрүүл мэндийн үзлэгт хамрагдах шаардлагатай.

健康診断項目の具体的な検査

Эрүүл мэндийн үзлэгийн тодорхой шинжилгээ, үзлэгүүд

①既往歴及び業務歴の調査

Өвчний түүх болон ажлын түүхийг тодруулах

②自覚症状及び他覚症状の有無の検査

Өөрт мэдэгдэж буй болон эмчийн үзлэгээр илэрч болох зовиур байгаа эсэхийг шалгах



③身長、体重、腹囲、視力及び聴力の検査

Өндөр, биеийн жин, хэвлийн тойрог, хараа болон сонсголын үзлэг



④胸部X線検査

Цээжний рентген шинжилгээ



⑤血圧の測定

Цусны даралт хэмжих



⑥貧血検査

Цус багадалтын шинжилгээ

⑦肝機能検査

Элэгний үйл ажиллагааны шинжилгээ

⑧血中脂質検査

Цусан дахь өөх тосны шинжилгээ

⑨血糖検査

Цусан дахь сахарын шинжилгээ

⑩血清クレアチニン検査※1

Цусны сийвэн дэх креатинины шинжилгээ※1



⑪尿検査

Шээсний шинжилгээ



⑫心電図検査

Зүрхний цахилгаан бичлэг



※1: 令和9年4月1日より一般健康診断の検査項目に追加
2027 оны 4-р сарын 1-ний өдрөөс ерөнхий эрүүл мэндийн үзлэгийн шинжилгээний жагсаалтад нэмэгдэнэ.

それぞれの検査項目についてのイメージは、実際と異なる場合があります。

Шинжилгээ тус бүрийн зураг нь бодит байдлаас ялгаатай байж болно.

多言語の問診票を準備する等の対応を行っている健診機関もあります。
詳細は受診予定の健診機関へお問い合わせください。

Зарим эрүүл мэндийн байгууллага нь асуумжийн хуудсыг олон хэл дээр бэлдэж үйлчилгээ үзүүлдэг.

Дэлгэрэнгүй мэдээллийг эрүүл мэндийн үзлэгт хамрагдах гэж буй байгууллагаас лавлана уу.