

# 令和4年度 小美玉市 成人保健事業年間予定表

【窓口・問い合わせ先】 午前8時30分～午後5時15分 (土・日・祝日を除く)	美野里	四季健康館(健康増進課)	☎ 0299-48-0221
	小川	小川保健相談センター	☎ 0299-58-1411
	玉里	玉里保健福祉センター	☎ 0299-48-1111

玉里保健福祉センターは本庁経由(内線3310)

## 【総合健診・住民健診の内容・個人負担金等】

※令和5年3月31日まで(令和4年度内)の到達年齢が基準になります。

健診項目	総合	住民	対象者	個人負担金	内容
健康づくり健診	○	○	19～39歳	1,000円	問診・身体計測(腹囲含む)・血圧測定 血液検査・尿検査・心電図・眼底検査
特定健診	○	○	40～74歳で国民健康保険に加入している方 上記以外で、市で受診可能な受診券をお持ちの方		
後期高齢者健診	○	○	満75歳以上の方 及び 一定の障がいがある65歳以上の方	無料 有料	問診・身体計測・血圧測定・血液検査・尿検査 心電図・眼底・貧血・尿酸・クレアチニン
がん検診	○	×	40歳以上	各項目 500円	バリウム検査
リスク検診	○	×	40・45・50・55・60・65・70歳の バリウム検診受診者		血液検査(ピロリ菌等) ★胃がん発生リスクを判定します。
大腸がん検診	○	×	40歳以上		便潜血反応検査(2日間採便)
前立腺がん検診	○	○	50歳以上の男性		血液検査
肺がん検診	○	○	40歳以上(結核検診を含む)		胸部レントゲン検査
結核検診	○	○	65歳以上(肺がん検診を含む)	無料	胸部レントゲン検査
肝炎ウイルス検査	○	○	40歳以上の過去未受診者	500円	血液検査(B型・C型肝炎検査)

このマークがついている集団健診の  
予約先は紙面最下部をご覧ください。

【特定健診・後期高齢者健診の問い合わせ】  
医療保険課 ☎0299-48-1111  
(内線1103・1106)

個人負担金無料の方  
(有料の追加項目除く)  
・75歳以上の方  
・療育手帳 ④・A  
・生活保護受給者  
・身体障がい者手帳 1・2級  
・精神障がい者保健福祉手帳 1・2級  
(手帳該当の方は検診当日お持ちください)

## 総合健診 【要予約】 ※胃がん・大腸がん検診を含めた検診(健診)を受けたい方向け

受付時間	日程				
8:00～11:30 (30分ごとの予約制)	6月	8月	9月	10月	12月
	7(火) 美野里	21(日) 玉里	1(木) 小川	16(日) 美野里	2(金) 美野里
	16(木)	30(火) 美野里	2(金)	19(水) 玉里	7(水) 小川
	19(日) 小川		8(木)	11月	14(水) 玉里
20(月)		28(水) 美野里	9(水) 小川		
		29(木)			
予約期間	Web 5月10日(火)～5月13日(金)	6月30日(木)～7月4日(月)	9月20日(火)～9月22日(木)	11月13日(日)～11月15日(火)	
電話	5月11日(水)～5月13日(金)	7月1日(金)～7月4日(月) ※3日(日)除く	9月21日(水)～9月22日(木)	11月14日(月)～11月15日(火)	

## 生活習慣病予防相談会 【要予約】

内容	健診結果や生活習慣病予防等についての個別相談会です。保健師や管理栄養士がアドバイスします。			
対象者	健診を受けた方、健康について相談がある方			
日程	8月1日(月) 小川	12月1日(木) 玉里	9月13日(火) 美野里	12月22日(木) 美野里
	10月25日(火) 玉里	2月13日(月) 小川		

詳細は広報紙をご覧ください。

## 病態別教室 【要予約】

内容	血糖スリム教室		血液サラサラ教室	
	病態や食事の基本・改善ポイントなどを学びます。			
対象者	血糖値・肥満が気になる方		血圧・脂質が気になる方	
日程	7月29日(金) 小川	9月12日(月) 美野里	10月24日(月) 玉里	11月30日(水) 玉里
	12月21日(水) 美野里	2月7日(火) 小川		

詳細は広報紙をご覧ください。

## ヘルスアップ教室 【要予約】

内容	リラクセス	代謝アップ	女性の健康	ロコモ予防
	ヨガ	ゆがみリセット	体引き締め	
対象者	テーマに合わせた運動・食事・健康について学びます。			
日程	30～74歳	40～59歳	60～74歳	
	6月 美野里	10月～11月 小川	1月～2月 美野里	2月～3月 玉里
				11月～12月 玉里

詳細は広報紙をご覧ください。

## 住民健診 【要予約】 ※胃がん・大腸がん検診以外の検診(健診)のみ受けたい方向け

受付時間	日程				
9:30～11:00 13:30～15:00 (30分ごとの予約制)	6月	7月	8月	11月	12月
	6(月) 美野里	15(金) 玉里	22(月) 玉里	7(月) 美野里	5(月) 美野里
	15(水)	21(木) 小川	29(月) 美野里	8(火) 美野里	6(火) 小川
		22(金)	9月		13(火) 玉里
		30(金) 小川			
予約期間	Web 5月10日(火)～5月13日(金)	6月30日(木)～7月4日(月)	9月20日(火)～9月22日(木)	11月13日(日)～11月15日(火)	
電話	5月11日(水)～5月13日(金)	7月1日(金)～4日(月) ※3日(日)除く	9月21日(水)～9月22日(木)	11月14日(月)～11月15日(火)	

## 女性のがん検診(集団検診) 【要予約】 ★骨粗しょう症検診実施日

内容・受付時間	日程					
乳がん検診 10:00～10:30 (2段階制)	6月	7月	8月	9月	10月	11月
	17(金) 小川	5(火) 美野里	1(月) 玉里	14(水) 美野里	★2(日) 小川	2(水) 小川
	22(水) 美野里	6(水) 美野里	4(木)	16(金) 玉里	3(月) 小川	22(火) 美野里
	24(金) 玉里	★8(金)	5(金) 美野里	20(火) 美野里	6(木) 美野里	
子宮頸・乳がん検診 12:30～13:20 (3段階制)	27(月) 美野里	12(火) 小川	★7(日)	21(水)	7(金) 美野里	
		13(水)	9(火) 小川			
		★31(日) 玉里				
予約期間	Web 5月15日(日)～5月18日(水)	6月26日(日)～6月28日(火)	7月27日(水)～7月30日(土)	9月4日(日)～9月6日(火)	9月29日(木)～10月1日(土)	
電話	5月16日(月)～5月18日(水)	6月27日(月)～6月28日(火)	7月28日(木)～7月30日(土)	9月5日(月)～9月6日(火)	9月30日(金)～10月1日(土)	

## 骨粗しょう症検診 【要予約】

対象者	20歳以上の女性
内容	かかとの骨に超音波を当てて骨密度を測定します。 ※女性のがん検診(集団)と一緒に受診できます。
日程	7月8日(金) 美野里 7月31日(日) 玉里 8月7日(日) 美野里 10月2日(日) 小川
受付時間	13:40～13:50(骨粗しょう症検診のみの方)
個人負担金	500円
予約期間	女性のがん検診(集団検診)をご覧ください。

## 女性のがん検診(医療機関検診) 【要予約】

対象者	集団検診を受診できない方
実施期間	令和4年6月～令和5年2月末
申込方法	医療機関に予約し、各保健センターへ電話または窓口で申し込み
医療機関	子宮頸・乳がん 北水会記念病院・水戸中央病院・霞ヶ浦医療センター 子宮頸がん けやきクリニック・小埜医院・富田産婦人科医院・松葉産婦人科 乳がん 山王台病院

詳細や上記以外の医療機関についてはお問い合わせください。

## 【女性のがん検診の内容・個人負担金等】

対象者	子宮	乳		個人負担金		受診間隔
		超音波	マンモ	集団	医療機関	
20～29歳	○					1年に1度 マンモグラフィのみ 2年に1度
30～39歳	○	○		各項目 500円	各項目 1,000円	
40～56歳	○	○	○			
57歳以上	○	○	○			

妊娠中・経過観察中・自覚症状のある方は対象外になります。

## 歯周病検診(医療機関検診) 【要予約】

対象者	40・50・60・70歳の方 ※歯の治療中・総義歯で歯のない方は対象外
実施期間	令和4年6月～令和5年2月末
内容	問診、口腔内検査、結果説明と保健指導
個人負担金	500円
医療機関(五十音順)	石崎歯科医院 かいたう歯科医院 木村歯科医院 くにふだ歯科医院 光林堂歯科医院 こばなわ歯科医院 羽鳥デンタルクリニック 東歯科医院 みのりデンタルクリニック

詳細は、対象の方へ事前送付する受診券をご覧ください。

## 予防接種

種類	インフルエンザ(期間中1回)	成人用肺炎球菌(過去未接種者のみ1回)
対象者	満65歳以上の方及び 満60歳～64歳で 内部障がいにより 身障1級相当の方	令和5年3月末で 65歳以上になる方及び 満60歳～64歳で 内部障がいにより 身障1級相当の方
助成期間	令和4年10月～ 令和5年1月末予定	令和4年4月～ 令和5年3月末予定

接種料金の一部を助成します。詳細は広報紙をご覧ください。

## 精神保健事業 【要予約】

内容	こころの相談					こころのデイケア						
	対象者	精神保健福祉士等による個別相談 希望者(家族などからの相談も可)					軽い運動や創作活動等のプログラム こころの病気があり社会活動のきっかけがほしい方					
時間	①9:30 ②10:15 ③11:00(1枠45分程度)					9:30～11:30						
会場	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
相談	美野里	10(火)		11(月)		9(金)		15(火)		23(月)		9(木)
	小川	26(火)	25(水)	27(月)	27(水)	26(金)	29(木)	21(金)	10(木)	9(金)	11(水)	20(月)
	玉里	13(水)	16(月)	2(木)	5(火)	10(水)	13(火)	5(水)	22(火)	19(月)	31(火)	13(月)
デイケア	美野里	14(木)	19(木)	23(木)	21(木)	18(木)	22(木)	27(木)	24(木)	15(木)	19(木)	16(木)

## 集団健診の予約先

※予約期間内のみ受付。  
※予約以外に関するお問い合わせは、各保健センターへご連絡ください。

**Web予約**  
・24時間申込みOK!  
(初日9:00～/最終日17:00まで)  
・先行予約が可能



https://kenko-link.org/



**電話予約(9:00～17:00)**  
**0570-077-150**  
茨城県総合健診協会 健診予約センター

各健診の詳細はこちら!



年間予定表は1年間使用します。大切に保管して下さい。日程等の変更・事業の詳細は「広報おみたまお知らせ版」に掲載されます。  
年間予定表・広報紙の内容は、小美玉市ホームページ  
(http://city.omitama.lg.jp)  
でも確認できますのでご利用ください。