

令和6年度 各種健康相談

1人で悩まずに、相談しましょう
たった1人のあなたです
たった1つの命です



令和6年度 十日町市健康カレンダー

十日町市全域の健康カレンダー



臨床心理士によるこころの相談会

つらい気持ちをひとり抱え込まずに、相談を受けてみませんか。不眠や気分の落ち込みのある人などの相談に無料で応じます。

- 会 場：十日町保健センター（市役所本庁となり）
- 時 間：午後1:00～3:00（※10/21のみ午後6:00～8:00）
1人40分（事前聞き取り含む）

※事前に成人保健係へ予約が必要です。☎025-757-9764

月 日（曜）			
4月17日（水）	5月17日（金）	7月8日（月）	8月9日（金）
10月21日（月）※	12月18日（水）	3月10日（月）	

とおかまち健康ダイヤル24

0120-108-221

（トオカマチ ユザリ フジ イチバン）

医師・看護師などの専門スタッフが24時間年中無休・無料で相談に応じます。

※救急医療を利用するか悩むようなら、まずはこちらへご相談ください。
※メンタルヘルスに関する相談は対象外となります。

夜間に救急車を呼ぶ？病院に行く？ 迷ったときは…

大人（概ね15歳以上の方）を対象
救急医療電話相談
県内のプッシュ回線・携帯電話からは
#7119
ダイヤル回線・IP電話・PHSからは
☎025-284-7119

15歳未満のお子さんを対象
小児救急医療電話相談
県内のプッシュ回線・携帯電話からは
#8000
ダイヤル回線・IP電話・PHSからは
☎025-288-2525
母・パパ ニコニコ

相談時間 毎日（19時から翌朝8時） **相談内容** 発熱、頭痛、腹痛、吐き気など
急な病気やけが等に関する相談

経験豊富な看護師などが医療機関の受診の必要性や、対処方法等について助言します。
※この電話は、診療行為、医療目的ではなく、電話での助言により相談者の判断の参考としていただくものです。

虐待かもと思ったら、すぐ児童相談所にお電話ください

児童相談所虐待対応ダイヤル **189番へ**（いちはやく）

秘密厳守。妊娠や子育ての悩みがある方もお気軽にご相談ください。

献 血

すべての会場が「全血献血」です。日程は変わることがあります。詳細は、毎月10日発行の「市報とおかまち」でお知らせします。

●問合せ：健康づくり推進課 母子保健係

月日（曜）	受付時間	会 場
4月18日（水）	午前9:30～10:45	十日町地域消防本部
	午後0:30～3:30	十日町市総合体育館
7月8日（月）	午前10:00～11:30	十日町市役所
	午後1:00～3:30	
7月17日（水）	午前9:30～11:30	十日町地域振興局（総合庁舎）
	午後1:30～3:30	J A 魚 沼 本 店
10月10日（水）	午前9:30～10:45	十日町砂利株式会社
	午後1:00～3:30	千手中央コミュニティセンター
11月8日（金）	午前10:00～11:30	十日町市役所
	午後1:00～3:30	
12月6日（金）	午前9:30～11:30	十日町地域振興局（総合庁舎）
	午後1:30～3:30	J A 魚 沼 本 店
3月14日（金）	午前9:30～11:00	吉澤織物 櫛昭和町工場
	午後1:00～3:30	千手中央コミュニティセンター
3月26日（水）	午前10:00～11:30	十日町市役所
	午後1:00～3:30	

骨髄移植のドナー登録を実施する日については「市報とおかまち」でお知らせします。

精神科医によるこころの健康相談

不眠、不安、意欲の低下などで悩んでいる人、精神科受診の必要性を相談したい人などの相談に無料で応じます。（精神科受診中の方は、主治医へご相談ください）

- 会場：十日町保健センター（市役所本庁となり）
- 時間：午後1:30～3:30
1人40分（事前聞き取り含む）

※事前に成人保健係へ予約が必要です。☎025-757-9764

月 日（曜）		
6月7日（金）	9月27日（金）	11月6日（水）

こころの相談に関する窓口

●市の相談窓口

下記「問合せ先」のとおり ※支所地域にお住いの方は、各支所へご連絡ください	月～金（年末年始・祝日を除く） 午前8:30～午後5:15
--	----------------------------------

●県の相談窓口

新潟県十日町地域振興局 健康福祉部 地域保健課	025-757-2402	月～金（年末年始・祝日を除く） 午前8:30～午後5:15
新潟県中越地域いのちの こころの支援センター	0258-88-0070	
新潟県精神保健福祉センター	025-280-0113	月～金（年末年始・祝日を除く） 午前8:30～午後5:00
新潟県こころの相談ダイヤル （ナビダイヤル）	0570-783-025	毎日24時間

●いのちの電話

新潟いのちの電話	025-288-4343	毎日24時間
フリーダイヤル いのちの電話	0120-783-556	毎日午後4:00～午後9:00 毎月10日 午前8:00～翌日午前8:00

緊急時 精神医療相談窓口

緊急に精神医療・相談を必要とする方や、そのご家族のための相談窓口です。相談内容に応じて、医療機関の案内、適切な助言を行います。

電話：0258-24-1510

平日：午後5:00～翌午前8:30 土・日・祝日：24時間

※すでに精神科・心療内科の治療を受けている方は、まずはかかりつけ医療機関の主治医に相談してください。かかりつけ医療機関が休みの場合で、緊急の相談がしたい場合は、相談可能です。

- ・お酒に酔っている場合は、ご相談に応じることはできません。
- ・症状によっては、通常の診療時間内での受診をお勧めする場合があります。
- ・医療機関の紹介をお約束する窓口ではありませんので、受診等の要望にお応えできない場合もあります。

健康・栄養相談

健診結果の説明や血圧測定、食事に関することなど、保健師や管理栄養士による相談を随時受け付けています。

相談希望の方は、お住まいの下記【問合せ先】まで電話予約をし、ご利用ください。

【問合せ先】

- ◆市民福祉部 健康づくり推進課
成人保健係 ☎025-757-9764
母子保健係 ☎025-757-9759
- ◆川西支所 地域振興課市民係 ☎025-768-4956
- ◆中里支所 地域振興課市民係 ☎025-763-3121
- ◆松代支所 地域振興課市民係 ☎025-597-2221
- ◆松之山支所 地域振興課市民係 ☎025-596-2169

乳幼児・学童・生徒・成人予防接種

B型肝炎、ロタウイルス、ヒブ、小児用肺炎球菌、四種混合、BCG、麻しん風しん混合水痘（みすぽうそう）、日本脳炎、二種混合、子宮頸がん、不活化ポリオ

- 保護者が医療機関（下記表）に直接予約して接種を受ける個別接種で実施します。
- 実施期間：令和6年4月～令和7年3月
- 受付時間：医療機関によって、予約方法や接種日時が異なりますので、事前に確認してください。
- 持 ち 物：母子健康手帳、予防票、体温計、筆記用具、保険証

対 象 年 齢			
乳 幼 児	学 童 ・ 生 徒		
B 型 肝 炎	生後1歳未満	日 本 脳 炎 2期	9歳以上13歳未満 ※特例あり
ロ タ ウ イ ル ス	生後6週～24週又は32週（ワクチムによる）	二 種 混 合	11歳以上13歳未満
ヒ	生後2か月以上5歳未満	子 宮 頸 が ん	小学校6年生から高校1年生 相当（16歳）の年度末（女子） ※特例あり
小児用肺炎球菌	生後2か月以上5歳未満		
四 種 混 合	生後3か月以上7歳6か月未満		
B C G	生後1歳未満		
麻しん風しん混合	1期 1歳以上2歳未満		
水痘（みすぽうそう）	1歳以上3歳未満		
日 本 脳 炎 1期	生後6か月以上7歳6か月未満		
麻しん風しん混合 2期	小学校就学の前年度		

○学童・生徒の予防接種については、個人通知を行います。
※不活化ポリオ（生後3か月以上7歳6か月未満）
四種混合を接種している人は、不活化ポリオを接種する必要はありません。

○接種料金は無料（十日町市が負担）です。ただし対象年齢以外での接種は自費となります。

○乳幼児の予防接種については、個人通知を行いませんのでご注意ください。

○お子さんの体調の良い時に接種を受けてください。

成人用肺炎球菌

- 対象者には個別通知を行います。
- 対象者：1. 65歳の方（65歳の誕生日から66歳の誕生日を迎える前日まで）
2. 60歳以上65歳未満であって、心臓、腎臓もしくは呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障がいがある方（身体障害者手帳1級相当）
- 接種料金（自己負担額）は4,700円です。※自己負担額は令和5年度の額です。令和6年度は変更になる場合があります。
- 66歳になると、自己負担額のほかに接種料金がかかります。
- 体調の良い時に接種を受けてください。

個別接種協力医療機関一覧													
医療機関名	住 所	電話番号 (025)	実施する予防接種 B型肝炎 ロタウイルス ヒブ 小児用肺炎球菌 四種混合 BCG 麻しん風しん混合 水痘（みすぽうそう） 日本脳炎1期 麻しん風しん混合 2期	医療機関名	住 所	電話番号 (025)	実施する予防接種					成人用肺炎球菌	
							日	小	四	麻	日		二
池田医院	本町西1丁目	752-2581	○	大坪医院	春日町	757-6100	○	○	○	○	○	○	○
たかき医院	土市第5	758-2361	○	大洞内科クリニック	中条中町	752-7155	-	-	○	○	○	○	○
上村診療所	田 中	763-2111	○	せき整形外科	四日町第2	750-1155	-	-	-	○	○	○	○
松代病院	松 代	597-2100	○	田中外科医院	田中町本通り	752-2403	-	-	-	-	○	○	○
石川医院	津南町芝巻	766-2061	○	十日町中央クリニック	福崎3丁目	761-7606	-	-	-	○	○	○	○
古藤医院	津南町押付	765-3001	○	庭野医院	寿町4丁目	752-2711	○	○	○	○	○	○	○
				本町クリニック	本町3丁目	750-1160	○	○	○	○	○	○	○
				村岡整形外科クリニック	高田町3丁目	755-5111	-	-	-	-	-	-	-
				山 口 医 院	袋 町 中	752-2174	○	○	○	○	○	○	○
				山 口 医 院	下条中央通り	755-2003	○	○	○	○	○	○	○
				江 口 医 院	千手栄町	768-4325	-	-	-	-	-	-	-
				富田医院	免通所通り西	761-0200	○	○	○	○	○	○	○
				国保川西診療所	高 原 田	768-2034	-	-	-	-	-	-	-
				国保松山診療所	松 之 山	596-2240	-	-	-	-	-	-	-
				津南病院	津南町大洞野	765-3161	○	○	○	○	○	○	○
				藤巻医院	小千谷市真入	886-3006	-	-	○	○	○	○	○

家庭相談員による育児相談

しつけや生活習慣等子育てに関する心配ごとがある人に、家庭相談員がご相談に応じます。
担当：健康づくり推進課 母子保健係 ★「乳幼児健康相談」と同日

会 場	子育て支援センターくるる （本町2丁目）	子育て支援センターえくぼ （うえのこども園併設）	子育て支援センターきらりん （中里なかよし保育園併設）	子育て支援センターすくすく （まつだい保育園内）
受付時間	午前10:30～11:30	午前10:00～11:00	午前10:00～11:00	午前10:00～11:00
日 程	7月9日（水）	4月10日（水）	5月10日（金）★	6月14日（金）★
	11月12日（水）	8月7日（水）	9月6日（金）★	10月25日（金）★
	3月11日（水）	12月11日（水）	1月10日（金）★	2月21日（金）★

乳幼児ブラッシング相談

以下の会場で実施します。お気軽にご相談ください。 ※予約制 ●「乳幼児健康相談」と同日

会 場	千手中央コミュニティセンター	子育て支援センターきらりん （中里なかよし保育園併設）	子育て支援センターすくすく （まつだい保育園内）
受付時間	午前9:30～11:00	午前9:30～11:00	午前9:30～10:30
予 約 先	川西支所 市民係	中里支所 市民係	松代支所・松之山支所 市民係
日 程	6月5日（水）●	4月9日（水）	5月17日（金）●
	10月2日（水）●	8月6日（水）	11月15日（金）●
	2月6日（水）●	12月3日（水）	
持 ち 物	歯ブラシ、母子健康手帳、バスタオル		

乳幼児健診

- 会 場：十日町保健センター（市役所本庁となり）
- 持ち物：①母子健康手帳 ②問診票
③着替えやおむつなど必要なもの ④バスタオル
⑤フッ化物歯面塗布希望確認票（1歳6か月児のみ）
⑥視聴覚アンケート（3歳6か月児のみ）
⑦健やか親子21に基づくアンケート（4か月・1歳6か月・3歳6か月）

●健診は体調の良い時に受診してください。欠席や体調が心配な場合は、母子保健係にご連絡ください。

※3歳6か月児健診は検査セットを同封しています。届かない人は母子保健係へ連絡してください。

※2歳6か月児の歯科健診は親子健診です。保護者も歯みがきをしてきましょう。

※10か月児身体測定は★印の日程のみ水曜日を実施します。ご注意ください。

	4か月児 健康診査	10か月児 身体測定	1歳6か月児 健康診査	2歳6か月児 身体測定	3歳6か月児 健康診査
受付時間	13:00～13:30	9:00～9:30	13:00～13:30	9:00～9:30	13:00～13:30
	日（曜日） 生年月日	日（曜日） 生年月日	日（曜日） 生年月日	日（曜日） 生年月日	日（曜日） 生年月日
4月	24日（水） R5.12.1～R5.12.31	25日（木） R5.6.1～R5.6.30			
5月	22日（水） R6.1.1～R6.1.31	23日（木） R5.7.1～R5.7.31	15日（水） R4.9.1～R4.10.15	15日（水） R3.10.1～R3.11.15	14日（水） R2.10.1～R2.11.15
6月	26日（水） R6.2.1～R6.2.29	27日（木） R5.8.1～R5.8.31	19日（水） R4.10.16～R4.11.30	19日（水） R3.11.16～R3.12.31	18日（水） R2.11.16～R2.12.31
7月	24日（水） R6.3.1～R6.3.31	25日（木） R5.9.1～R5.9.30			
8月	21日（水） R6.4.1～R6.4.30	22日（木） R5.10.1～R5.10.31	7日（水） R4.12.1～R5.1.15	7日（水） R4.1.1～R4.2.15	6日（水） R3.1.1～R3.2.15
9月	25日（水） R6.5.1～R6.5.31	26日（木） R5.11.1～R5.11.30	18日（水） R5.1.16～R5.2.28	18日（水） R4.2.16～R4.3.31	17日（水） R3.2.16～R3.3.31
10月	23日（水） R6.6.1～R6.6.30	24日（木） R5.12.1～R5.12.31			
11月	20日（水） R6.7.1～R6.7.31	21日（木） R6.1.1～R6.1.31	13日（水） R5.3.1～R5.4.15	13日（水） R4.4.1～R4.5.15	12日（水） R3.4.1～R3.5.15
12月	11日（水） R6.8.1～R6.8.31	12日（木） R6.2.1～R6.2.29	4日（水） R5.4.16～R5.5.31	4日（水） R4.5.16～R4.6.30	3日（水） R3.5.16～R3.6.30
1月	22日（水） R6.9.1～R6.9.30	23日（木） R6.3.1～R6.3.31			
2月	26日（水） R6.10.1～R6.10.31	27日（木） R6.4.1～R6.4.30	5日（水） R5.6.1～R5.7.15	5日（水） R4.7.1～R4.8.15	4日（水） R3.7.1～R3.8.15
3月	19日（水） R6.11.1～R6.11.30	19日（木）★ R6.5.1～R6.5.31	5日（水） R5.7.16～R5.8.31	5日（水） R4.8.16～R4.9.30	4日（水） R3.8.16～R3.9.30

乳幼児健康相談

乳幼児（希望する方）を対象に、身体測定や個別相談を実施します。以下の会場で実施します。お気軽にご相談ください。

●持ち物：母子健康手帳、バスタオル ※予約制

千手中央コミュニティセンター			
受付時間	午前9:30～11:00	予約先	川西支所 市民係
4月10日（水）	7月3日（水）	10月2日（水）	1月8日（水）
5月1日（水）◆	8月9日（金）	11月6日（水）	2月6日（水）●
6月5日（水）●	9月11日（水）◆	12月5日（水）◆	3月6日（水）◆

子育て支援センターきらりん（中里なかよし保育園併設）			
受付時間	午前10:00～11:00	予約先	中里支所 市民係
4月12日（金）	7月5日（金）	10月11日（金）	1月10日（金）★
5月10日（金）★	8月9日（金）	11月8日（金）	2月14日（金）
6月7日（金）	9月6日（金）★	12月13日（金）	3月14日（金）

★「家庭相談員による育児相談」と同日 ●「乳幼児ブラッシング相談」と同日

子育て支援センターすくすく（まつだい保育園内）			
受付時間	午前9:30～10:30	予約先	松代支所 市民係
4月19日（金）	7月19日（金）	10月25日（金）★	1月17日（金）
5月17日（金）●	8月16日（金）	11月15日（金）●	2月21日（金）★
6月14日（金）★	9月20日（金）	12月20日（金）	3月21日（金）

★「家庭相談員による育児相談」と同日 ●「乳幼児ブラッシング相談」と同日

離乳食教室

- 会 場：十日町保健センター（市役所本庁となり）
- 時 間：午前10:00～11:15（受付：午前9:45～10:00）
- 持ち物：母子健康手帳、筆記用具
- ※予約制 予約先：健康づくり推進課母子保健係

日 程	内 容		
	離乳の進め方の話、作り方の実演等（対象月齢5か月～6か月児）		
	4月16日（水）	6月18日（水）	8月6日（水）
	10月8日（水）	12月3日（水）	2月4日（水）

※個別での相談も可能です。事前に電話連絡の上、ご相談ください。

【問合せ先】健康づくり推進課 母子保健係 ☎025-757-9759

住民健診（健康診査、胸部レントゲン検査、前立腺がん検診） ピロリ菌抗体検査、B型・C型肝炎ウイルス検診

★印の会場は、胃がん・大腸がん検診も一緒に実施します。ただし、受付時間が異なりますのでご注意ください。
◇印の日程は、胸部レントゲン検査の受付時間が異なりますのでご注意ください。

【十日町地域】			
月日(曜)	受付時間		会場
	胸部レントゲン	胸部レントゲン以外	
◇7月4日(木)	午前7:30～11:00	午前8:30～11:00	千手中央コミュニティセンター★
◇7月5日(金)	※午後なし		
7月10日(水)	午前8:30～11:00		十日町保健センター (市役所本庁となり)
7月11日(木)	午後1:00～3:00		
7月12日(金)	午前8:30～11:00		
7月16日(火)	午後1:00～3:00		
◇7月18日(木)	午前7:30～11:00	午前8:30～11:00	千手中央コミュニティセンター★
◇7月19日(金)	※午後なし		
7月26日(金)	午前8:30～11:00		十日町保健センター (市役所本庁となり)
7月29日(月)	午後1:00～3:00		
7月30日(火)	午前8:30～11:00		
7月31日(水)	午後1:00～3:00		
8月1日(木)	午前8:30～11:00		
8月2日(金)	午後1:00～3:00		
8月28日(水)	午前8:30～11:00		
8月29日(木)	午後1:00～3:00		
8月30日(金)	午前8:30～11:00		
9月2日(月)	午後1:00～3:00		
9月3日(火)	午前8:30～11:00		
9月4日(水)	午後1:00～3:00		
9月5日(木)	午前8:30～11:00		

住民健診・がん健診の申込みをお忘れの方へ

住民健診・がん検診は随時申込みが可能です。
受診票をお送りしますので、健康づくり推進課、各支所地域振興課市民係（川西、中里、松代、松之山）へご連絡ください。

【川西地域】			
月日(曜)	受付時間		会場
	胸部レントゲン	胸部レントゲン以外	
◇6月26日(水)	午前7:30～11:00	午前8:30～11:00	千手中央コミュニティセンター★
◇6月27日(木)	午後1:30～3:00	午後1:30～3:00	
◇6月28日(金)	※午後なし		

【中里地域】			
月日(曜)	受付時間		会場
	胸部レントゲン	胸部レントゲン以外	
◇6月12日(水)	午前8:00～11:00	午前8:30～11:00	中里庁舎(中里支所)★
◇6月13日(木)	午後1:00～3:00	午後1:00～3:00	
◇6月14日(金)	※午後なし		

【松代地域】			
月日(曜)	受付時間		会場
	胸部レントゲン	胸部レントゲン以外	
◇6月19日(水)	午前8:00～11:00	午前8:30～11:30	松代総合体育館★
◇6月20日(木)	午後1:00～3:00	午後1:30～3:00	
◇6月21日(金)	※午後なし		

【松之山地域】			
月日(曜)	受付時間		会場
	胸部レントゲン	胸部レントゲン以外	
◇6月6日(木)	午前8:00～11:00	午前8:30～11:00	松之山体育館★
◇6月7日(金)	午後1:00～3:00	午後1:00～3:00	
◇6月7日(金)	午前8:00～11:00	午前8:30～11:00	

各種検診の注意事項のご案内

検診名	検査項目	対象者	受診料金	注意事項
健康診査 (特定健診)	【共通の検査項目】 問診、身体計測、血圧測定、血液検査（脂質・血糖・貧血・肝機能・腎機能の検査）、尿検査 【40歳から74歳】 共通の検査項目に腹部測定を追加 【心電図・眼底検査】 健康診査を受ける方に有料で実施 ※心電図検査(1,200円)、眼底検査(500円)は、料金の免除はありません。また、心電図・眼底検査だけを受けることはできません。	16歳から39歳の市民	2,100円	職場健診や学校健診を受けてください。職場や学校で健診の機会がない方は、市が実施する健診の対象となります。(主に自営業、主婦の方)
	胸部レントゲン検査 かく痰検査 (肺がん・結核検診)	十日町市国民健康保険に加入中の 40歳から74歳の市民	40～69歳：1,300円 70～74歳：無料	医療保険者が特定健康診査を実施しますので、受診方法、受診料金は、ご加入の医療保険者や職場などにお問い合わせください。 ※医療保険者とは、十日町市国民健康保険、協会けんぽ、健康保険組合、共済組合、国保組合などのことです。ご自分の保険証をご確認ください。 ※年度当初に市国保に加入している方は市から特定健診の受診票を送付します。ただし、各種検診申込書で「職場で受ける」「市の健診を受けない」と回答された方へは受診券を送付しません。
	前立腺がん検診	問診、血液検査	75歳以上の市民	無料
ピロリ菌抗体検査	胸部レントゲン間接撮影 (65歳以上は結核検診を含みます。)	40歳以上の市民	500円	次に該当する方は、医療機関で受診してください。 ・肺もしくは気管支の病気で治療中（服薬中または定期通院中）の方 ・6か月以内に痰に血が混ったことのある方 ・妊娠中または妊娠の可能性がある方 65歳以上は必ず結核検診（胸部レントゲン検査）を受けましょう。 ・結核に罹患する割合が高くなるため、必ず1年に1回は検診を受けてください。
	かく痰検査 (3日分の痰の細胞診)	胸部レントゲン検査の問診で、かく痰検査を勧めた方 (長年喫煙している方など)	900円	
前立腺がん検診	問診、血液検査	50歳以上の男性市民	健康診査と同時受診 2,300円 ※料金の免除はありません。 前立腺がん検診のみ 5,200円 ※料金の免除はありません。	※令和6年度から前立腺がん検診の受診料金が改定となりました。 ・市の健康診査と同時に受診すると、前立腺がん検診料金は2,300円となります。 ・市の健康診査と別々に受診した場合（別日に受診した場合など）の前立腺がん検診料金は5,200円となります。 ・十日町市国保の方、75歳以上の方、社会保険被扶養者は健診での同時受診をお勧めします。
B型・C型肝炎ウイルス検診	問診、血液検査	※40歳、45歳、50歳、55歳、60歳、65歳、70歳で、過去にピロリ菌の除菌治療を受けたことのない市民	1,300円 ※料金の免除はありません。	住民健診会場及び市内医療機関で実施します。(市内医療機関は11月末まで実施) 対象の年齢の方で申込みをされた方には、5月に受診票を送付します。市の検査を受けたことがある方は対象外です。
胃がん検診	問診、バリウムを飲んでの胃のレントゲン撮影	40歳以上の市民	1,200円	住民健診会場で実施します。 40歳の対象の方には、5月に受診票を送付します。45歳、50歳、55歳、60歳、65歳、70歳の無料対象者の方で検査を希望される方は、健康づくり推進課へお電話ください。 ※無料対象者以外でも、41歳以上で一度も検診を受けたことのない方は800円で受診できますので健康づくり推進課へお電話ください。
大腸がん検診	2日分の便の潜血検査	40歳以上の市民	700円	大腸がんや腸の病気で治療中（服薬中または定期通院中）の方は、医療機関で受診してください。
子宮頸がん検診 (市の検診は、2年に1回)	問診、内診、子宮頸部の細胞診	20歳以上で、令和5年度に市の子宮頸がん検診を受けていない女性市民	1,000円	次に該当する方は、医療機関で受診してください。 ・妊娠中または妊娠の可能性がある方 ・子宮を全部摘出した方 ・子宮がんで治療中（服薬中または定期通院中）の方 ・子宮体がん検診を希望の方
乳がん検診 (市の検診は、2年に1回)	問診、乳房レントゲン撮影 (マンモグラフィ)	40歳以上で、令和5年度に市の乳がん検診を受けていない女性市民	40～49歳：1,500円 50歳以上：1,100円	次に該当する方は、医療機関で受診してください。 ・妊娠中または妊娠の可能性がある方 ・授乳中または授乳をやめて6か月以内の方 ・乳がんで治療中（服薬中または定期通院中）の方 ・豊胸手術を受けたことがある方 ・心臓ペースメーカーや乳房内（脇の下も含む）に人工物が入っている方 ※人工物とは皮下埋め込み型ポート、脳室腹腔シャント、植え込み型除動器などのことです。
骨密度検診 (市の検診は、2年に1回)	問診、前腕部のレントゲン撮影による骨密度の検査	20歳から70歳で、令和5年度に市の骨密度検診を受けていない女性市民	2,400円 ※料金の免除はありません。	次に該当する方は、医療機関で受診してください。 ・妊娠中または妊娠の可能性がある方 ・骨粗しょう症で治療中（服薬中または定期通院中）の方 ・授乳中または授乳をやめて6か月以内の方 ・過去の検診で「要精密検査」だったが、病院を受診しなかった、または自己判断で途中で通院をやめた方

※70歳以上の方、生活保護世帯、市民税非課税世帯、身体障がい者手帳1・2・3級・療育手帳A・精神障がい者保健福祉手帳をお持ちの方は受診料金が無料になります。
ただし、心電図検査、眼底検査、ピロリ菌抗体検査、前立腺がん検診、骨密度検診は受診料金の免除はありません。
※年齢は、令和7年3月31日時点の年齢です。ただし、※印のピロリ菌抗体検査とB型・C型肝炎ウイルス検診の年齢は、令和6年4月1日時点の年齢です。
※乳がん検診について、40歳代は乳腺密度が高い方が多いため2方向から撮影し、50歳以上は1方向のみ撮影しています。このため受診料金が異なります。
※健(検)診ガイドラインの改正により、内容が変更になる場合があります。

胃がん(バリウム)検診・大腸がん検診

※受入上限の人数が決まっていますので、検診日時の変更を希望される場合は、必ず事前にご連絡ください。
★印の会場は、住民健診も一緒に実施します。ただし、胃がん・大腸がん検診と住民健診は受付時間が異なりますのでご注意ください。

【十日町地域(午前のみ)】			【中里地域】		
月日(曜)	受付時間 (午前のみ)	会場	月日(曜)	受付時間 (午前のみ)	会場
5月27日(月)	午前 7:30～10:30 ※午後なし	十日町保健センター (市役所本庁となり)	7月22日(月)	午前 7:30～10:30 ※午後なし	十日町保健センター (市役所本庁となり)
5月28日(火)			7月23日(火)		
5月29日(水)			9月12日(水)		
6月3日(月)			9月13日(金)		
6月4日(火)			9月24日(火)		
6月5日(水)			9月25日(水)		
7月1日(月)					
7月2日(火)					
7月3日(水)					
7月4日(木)					
7月5日(金)					
7月18日(水)	午前 7:30～10:30 ※午後なし	千手中央コミュニティセンター★	【川西地域(午前のみ)】		
7月19日(木)			月日(曜)	受付時間 (午前のみ)	会場
			6月26日(水)	午前 7:30～10:30 ※午後なし	千手中央コミュニティセンター★
			6月27日(木)		
			6月28日(金)		

大腸がん検診をキャンセルする場合のお願い
大腸がん検診をキャンセルする場合、未開封の検査容器（緑色の袋）は必ずお返しください。
【返却先】本庁健康づくり推進課・各支所地域振興課市民係（川西、中里、松代、松之山）・公民館

乳がん・子宮頸がん・骨密度検診

※受入人数の上限が決まっていますので、検診日時の変更を希望される場合は、必ず事前にご連絡ください。

【十日町地域】			【十日町地域(水沢地区)子宮頸がん検診】			【中里地域】		
月日(曜)	受付時間	会場	月日(曜)	受付時間	会場	月日(曜)	受付時間	会場
6月10日(月)	午前 9:00～10:30 午後 1:00～2:30	十日町保健センター (市役所本庁となり)	6月25日(火)	午後 2:00～2:30	たかき医院 (土市第5)	9月12日(水)	午前 9:00～11:00 午後 1:00～3:00	中里庁舎(中里支所)
6月11日(火)			9月13日(金)					
6月12日(水)			7月2日(火)			対象は水沢地区の女性で、子宮頸がん検診のみ実施します。 ・実施日は申込人数によって割振ります。		
8月23日(金)			7月9日(火)					
8月26日(月)			7月23日(火)					
8月27日(火)			8月6日(火)					
9月6日(金)			8月20日(火)					
9月9日(月)			9月17日(火)					
9月10日(火)								
9月11日(水)								
9月20日(金)								
★9月30日(月)								
★10月1日(火)								
10月2日(水)								
10月3日(木)								
★9月30日(月)、10月1日(火)は水沢地区の女性が対象です。 乳がん・骨密度検診のみ実施し、子宮頸がん検診は実施しません。			【川西地域】			【松代・松之山地域】		
			月日(曜)	受付時間	会場	月日(曜)	受付時間	会場
			7月17日(水)	午前 9:00～11:00 午後 1:00～3:00	千手中央 コミュニティセンター	10月4日(金)	午前 9:00～10:00 午後 1:00～2:30	松之山体育館(午前のみ)
			8月8日(木)			松代総合体育館(午後のみ)		
			★10月8日(火)	午前 9:00～10:30	松代総合体育館(午前のみ) (乳がん・子宮頸がん検診のみ)	10月18日(金)	午前 9:00～10:00 午後 1:00～2:30	松之山体育館(午前のみ) 松代総合体育館(午後のみ)
			10月18日(金)			松代総合体育館(午後のみ)		

★10月8日(火)の松代総合体育館では、骨密度検診は実施しません。

歯科検(健)診

- 市内歯科医院に直接予約して受診する個別受診で実施します。
- 期間 令和6年6月～令和6年12月
- その他 対象者は1回無料で検(健)診が受けられます。対象者には、5月下旬に案内通知を送付します。
- 問合せ 健康づくり推進課 母子保健係 ☎025-757-9759

検診名	対象者	生年月日
歯周病検診	40歳の市民	昭和59年4月2日～昭和60年4月1日(※1)
	50歳の市民	昭和49年4月2日～昭和50年4月1日
	60歳の市民	昭和39年4月2日～昭和40年4月1日
	70歳の市民	昭和29年4月2日～昭和30年4月1日

※1 無料のがん検診の対象の生年月日とは異なります。

健診名	対象者(※2)	生年月日
後期高齢者	76歳の市民	昭和23年4月2日～昭和24年4月1日
歯科健診	80歳の市民	昭和19年4月2日～昭和20年4月1日

※2 後期高齢者医療制度加入者に限ります。

無料でがん検診が受けられます

下記の年齢の方を対象に無料で検診を行います。この機会に受診しませんか。

検診名	対象者	生年月日
胃がん検診	40歳の男女	昭和58(1983)年4月2日～昭和59(1984)年4月1日
大腸がん検診		
乳がん検診	40歳の女性	平成15(2003)年4月2日～平成16(2004)年4月1日
子宮頸がん検診	20歳の女性	

※年齢は令和6年4月1日時点の年齢です。

【検診申し込み、取りやめ時の連絡先】

※申し込みを忘れた場合も随時受け付けていますので、下記へご連絡ください。

市民福祉部 健康づくり推進課 成人保健係 ☎025-761-7350(検診専用回線)
◆川西支所 地域振興課市民係 ☎025-768-4956
◆中里支所 地域振興課市民係 ☎025-763-3121
◆松代支所 地域振興課市民係 ☎025-597-2221
◆松之山支所 地域振興課市民係 ☎025-596-2169