

# 令和5年度(令和5年4月～令和6年3月) 石岡市保健センター年間予定表(成人)

新型コロナウイルス感染症予防対策の実施にご協力をお願いします

## 石岡保健センター

〒315-0027 石岡市杉並 2-1-1  
TEL 0299-24-1386  
FAX 0299-24-4638

## 八郷保健センター

〒315-0116 石岡市柿岡 2 7 5 0  
TEL 0299-43-6655  
FAX 0299-44-1492

保健センター受付時間：午前8時30分～午後5時15分 月曜日から金曜日(祝日・年末年始を除く)

### ☆ 健康診査・がん検診について

\*70歳以上の方は個人負担金は無料です。年齢基準日は令和6年3月31日です。

健診項目	対象年齢	内容	個人負担金	集団	医療
健康診査	18～39歳	問診・身体計測(身長・体重・BMI) 腹囲測定(40歳～74歳)	1,000円	○	—
健康診査 (国民健康保険加入者)	40～69歳	尿検査(糖・蛋白)・血圧測定 血液検査(脂質・肝機能・血糖・腎機能)*尿酸値 *尿酸値は集団検診のみ実施	1,000円	○	○
	70～74歳	詳細項目：心電図検査・眼底検査・血液検査(貧血) *医療機関では医師の判断により詳細項目実施	無料	○	○
後期高齢者健康診査	75歳以上		無料	○	○
がん検診	肺がん検診	40歳以上	胸部レントゲン検査(65歳以上結核検診含む)	300円	○
	胃がん検診	40歳以上	胃部レントゲン検査(バリウム法)*保健センター健診のみ	1,500円	○
	大腸がん検診	40歳以上	便潜血検査(2日法) ※申し込み後に容器を送ります	500円	○
	前立腺がん検診	50歳以上男性	血液検査(PSA検査)	600円	○
	口腔がん検診	18歳以上	口腔がん診察・歯科診察・歯科指導	無料	○
その他	結核検診	65歳以上	胸部レントゲン検査(医療機関で個別実施)	無料	—
	胃がんリスク検診	40歳以上	血液検査(ピロリ菌等)(過去未受診者)	700円	○
	肝炎ウイルス検査	40歳以上	血液検査(過去未受診者)	1,000円	○
	風しん抗体検査	44～61歳男性	血液検査(過去未受診者)	無料	○

### ☆ がん検診等負担金免除について

(特定健康診査は免除になりません)

がん検診等負担金免除該当項目	申請方法
① 生活保護の方	*検診日の前日までに各保健センターに「がん検診等個人負担金免除」の申請が必要です。
② 世帯員全員非課税の方	
③ 身体障がい者手帳1.2級の方・療育手帳Aの方 精神障がい者手帳1級の方	*集団検診は当日に手帳、保険証を確認します(事前申請は不要) *子宮がん乳がん医療機関検診は事前に保健センターに「がん検診等個人負担金免除」の申請が必要です。
④ 65～69歳で後期高齢者医療の対象者	

### ☆ がん検診等無料クーポン券について

\*対象者にはクーポン券が5月下旬ごろに届きます。

クーポン券の種類	対象者	集団	医療
子宮がん検診無料クーポン	20歳女性(子宮頸がん検診)	2002(H14)年4月2日～2003(H15)年4月1日	○
乳がん検診無料クーポン	40歳女性(マンモグラフィ2方向)	1982(S57)年4月2日～1983(S58)年4月1日	○
肝炎検診無料クーポン	40・45・50・55・60・65歳肝炎ウイルス検診未受診者		○
胃がんリスク検診無料クーポン	40歳胃がんリスク検診未受診者	1982(S57)年4月2日～1983(S58)年4月1日	○
風しん抗体検査無料クーポン	44歳～61歳男性	1962(S37)年4月2日～1979(S54)年4月1日	○

### ☆ 集団健診について

(完全予約制のため事前申込が必要です。定員になり次第締切りとなります)

保健センター健診(保健センターでの健診)			
保健センター健診日程	会場	健診受付時間	申込期間
5月25日(木)	石岡	有 午前 8:00～11:30	(1)Web予約 4/18～4/22
5月26日(金)	石岡	有 午前 8:00～11:30	
5月27日(土)	石岡	有 午前 8:00～11:30	
6月17日(土)	八郷	有 午前 8:00～11:30	(2)予約センター 4/19～4/22
6月29日(木)	八郷	有 午前 8:00～11:30	
6月30日(金)	八郷	有 午前 9:30～11:00 午後 1:30～2:30	(3)八郷保健センター 4/24から
7月6日(木)	八郷	有 午前 9:30～11:00 午後 1:30～2:30	
8月7日(月)	石岡	有 午前 9:30～11:00 午後 1:30～2:30	(1)Web予約 6/22～6/28
8月8日(火)	石岡	有 午前 8:00～11:30	
8月18日(金)	八郷	有 午前 9:30～11:00 午後 1:30～2:30	(2)予約センター 6/23、6/26～6/28
9月25日(月)	八郷	有 午前 9:30～11:00 午後 1:30～2:30	
9月26日(火)	八郷	有 午前 9:30～11:00 午後 1:30～2:30	(3)八郷保健センター 6/29から
10月24日(火)	八郷	有 午前 8:00～11:30	
11月8日(水)	八郷	有 午前 9:30～11:00 午後 1:30～2:30	(1)Web予約 8/23～8/31
11月9日(木)	八郷	有 午前 9:30～11:00 午後 1:30～2:30	
11月13日(月)	石岡	有 午前 9:30～11:00 午後 1:30～2:30	(2)予約センター 8/24～8/25、8/28～8/31
11月14日(火)	石岡	有 午前 9:30～11:00 午後 1:30～2:30	
11月18日(土)	石岡	有 午前 8:00～11:30	(3)八郷保健センター 9/1から
11月28日(火)	石岡	有 午前 8:00～11:30	
11月29日(水)	石岡	有 午前 8:00～11:30	
1月22日(月)	八郷	有 午前 9:30～11:00 午後 1:30～2:30	(1)Web予約 12/3～12/5
1月23日(火)	八郷	有 午前 9:30～11:00 午後 1:30～2:30	
1月25日(木)	八郷	有 午前 9:30～11:00 午後 1:30～2:30	(2)予約センター 12/4～12/5
1月26日(金)	石岡	有 午前 9:30～11:00 午後 1:30～2:30	
1月29日(月)	石岡	有 午前 9:30～11:00 午後 1:30～2:30	(3)八郷保健センター 12/6から
1月30日(火)	石岡	有 午前 9:30～11:00 午後 1:30～2:30	

地区健診(公民館等での健診)	
健診受付時間	会場
午前 9:30～11:00 午後 1:30～2:30	
5月15日(月)	【午前】小幡地区公民館
5月15日(月)	【午後】葦穂地区公民館
5月22日(月)	【午前】恋瀬地区公民館
5月22日(月)	【午後】瓦会地区公民館
5月23日(火)	【午前】関川ふれあいセンター
5月23日(火)	【午後】高浜いづみ荘
6月13日(火)	ひまわりの館
7月5日(水)	府中地区公民館
8月17日(木)	園部地区公民館
8月21日(月)	【午前】林地区公民館
8月21日(月)	【午後】小椋地区公民館
10月4日(水)	東地区公民館
10月5日(木)	東地区公民館
10月16日(月)	東成井田園都市センター
10月19日(木)	城南地区公民館
11月15日(水)	国府地区公民館

#### 保健センター健診申込方法

- Web予約(健診Web予約サービス)
- 予約センター(健診予約センター)
- 八郷保健センター

#### 地区健診(公民館等での健診)申込方法

- 八郷保健センター 4月10日から受付開始

詳しくは下記の申し込み方法をご確認ください

### ☆ 女性のがん検診(子宮がん・乳がん検診)について

【医療機関検診の申込方法】				
① 検診項目、検診実施機関を確認します				
② 4月1日以降に(1)八郷保健センター(2)電子申請システムいずれかの方法でお申し込みください				
(1) 八郷保健センター ☎0299-43-6655				
(2) 電子申請システム				
③ 申込後に「受診券」が送付されます				
*医療機関の予約はご自身で行います				
*受診券有効期限は令和6年2月末日です				
*個人負担金は医療機関に支払います				
*お急ぎの方は保健センター窓口で発行できます				
医療機関検診項目	対象年齢	個人負担金		
子宮頸がん検診(細胞診)	20歳以上	2,000円		
乳がん	超音波(エコー)	30～	1,000円	
	マンモグラフィ2方向	40～49歳	1,500円	
	マンモグラフィ1方向	50歳以上	1,000円	
※70歳以上の方は個人負担金は無料です。年齢基準日は令和6年3月31日です。				
検診実施機関名	電話番号	子宮	超音波	マンモ
富田産婦人科医院	0299-23-0311	○	—	—
松葉産婦人科	0299-23-2157	○	—	—
山王台病院	0299-26-3130	—	○	○
つくば総合健診センター	029-856-3500	○	○	○
日立製作所土浦診療健診センター	029-831-5838	○	○	○
神立病院健診センター	029-896-6123	—	○	○
つくば国際プレストクリニック	029-856-0819	○	○	○
筑波記念病院トータルヘルズプラザ	029-864-3588	○	○	○
霞ヶ浦医療センター	029-826-6471	○	○	○
茨城県メディカルセンター	029-243-1111	—	○	○
茨城県立中央病院	0296-77-1121	○	—	○
*上記以外の県内登録医療機関でも受けることができます				

【集団検診の申込方法】			
① 検診項目、日程、会場、申込期間を確認します			
② 申込期間に(1)Web予約(2)予約センター(3)八郷保健センターいずれかの方法でお申し込みください			
③ 検診日の2週間前頃に「予約券」が送付されます			
*詳しくは右記の申し込み方法をご確認ください			
*定員になり次第締切りとなります			
集団検診項目	対象年齢	個人負担金	
子宮頸がん検診(細胞診)	20歳以上	1,500円	
乳がん	超音波(エコー)	30～65歳	1,000円
	マンモグラフィ2方向	40～49歳	1,500円
	マンモグラフィ1方向	50歳以上	1,000円
大腸がん検診	40歳以上	500円	
※70歳以上の方は個人負担金は無料です。年齢基準日は令和6年3月31日です。			
集団検診日程	受付時間	会場	申込期間
7月20日(木)	八郷保健センター	八郷保健センター	(1)Web予約 5/28～5/30
7月21日(金)			(2)予約センター 5/29～5/30
7月24日(月)			(3)八郷保健センター 5/31から
8月25日(金)	石岡保健センター	石岡保健センター	(1)Web予約 6/22～6/28
8月26日(土)			(2)予約センター 6/23、6/26～6/28
8月28日(月)			(3)八郷保健センター 6/29から
8月29日(火)	午前10時～10時30分	石岡保健センター	
9月14日(木)	午後3時20分～1時10分	八郷保健センター	
9月15日(金)	※子宮がん検診は午後0時20分～1時10分のみ	八郷保健センター	
10月26日(木)	石岡保健センター	石岡保健センター	(1)Web予約 8/23～8/31
10月27日(金)			(2)予約センター 8/24～8/25、8/28～8/31
10月28日(土)			(3)八郷保健センター 9/1から
10月30日(月)			
10月31日(火)			

#### 【申し込み方法】

- Web予約(健診Web予約サービス)  
\*二次元コードを読み込み事前登録をお願いします  
URL→<http://www.kenko-link.org/>  
\*申込期間初日の午前9時から最終日の終日まで利用できます  
\*申込期間内はキャンセル待ちができません  
\*パスワードを忘れた場合は、八郷保健センターにお問い合わせください
- 予約センター(健診予約センター)  
☎0570-077-150  
申込期間中の受付：午前9時～午後5時  
\*通話料金が掛かります(ひかり電話からは3分8円)  
\*申込の際は「石岡市」とお伝えください  
\*電話が混み合い、つながりにくいことがあります
- 八郷保健センター  
☎0299-43-6655  
受付：午前8時30分～午後5時15分  
月曜日から金曜日  
\*祝日・年末年始を除く  
\*保健センター健診、女性のがん健診(集団検診)は、Web予約と予約センターの申込期間終了後から受付開始となります

※(1)Web予約(健診Web予約サービス)と(2)予約センター(健診予約センター)は、けんこうリンク茨城県総合健診協会委託事業です。  
※健診日の2週間前頃に「予約券」が送付されます。

#### 口腔がん・成人歯科健診【予約制】

日程	受付時間	会場	申込方法
7月12日(水)	午前8時30分～11時	石岡保健センター	申込先：八郷保健センター ☎0299-43-6655
7月13日(木)			申込開始：4月10日(月)～
7月14日(金)			定員：45名/日
12月7日(木)	午前8時30分～11時	八郷保健センター	申込先：八郷保健センター ☎0299-43-6655
12月8日(金)			申込開始：9月25日(月)～
			定員：45名/日

#### 健康相談(結果説明会)

内容：健康診査結果等の個別健康相談  
会場：石岡・八郷保健センター  
日程：健診結果に日程表を同封します

#### 体操教室

日程、対象者は市報、ホームページに掲載します

#### こころの健康相談【予約制】

- 石岡保健センター 第3水曜日 午後1時30分～3時30分
- 八郷保健センター 第1水曜日 午後1時30分～3時30分


\*精神保健福祉士等、保健師による個別相談です

#### こころのいのちの電話相談

第2火曜日 午前9時～12時 午後1時～4時  
☎0299-43-6655(八郷保健センター内)

#### こころの体温計

「こころの体温」測ってみませんか?  
こころの体温計で、ストレス度、落ち込み度を簡単にチェックできます

携帯・スマホはこちら 

▼パソコンはこちら  
<https://fishbowlindex.jp/fishioka/>

猫 社会的なストレス  
水槽のヒビ 住環境のストレス  
赤金魚 自分自身のストレス  
石 その他のストレス

本人モード  
ストレス度・落ち込み度が分かります

家族モード  
大切な方の心の健康状態が分かります

赤ちゃんママモード  
お母さんの心の健康状態が分かります

アルコールチェックモード  
飲酒が心にもたらす影響とは?

ストレス対処タイプテスト

こころのエンジン