

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 受付時間 月～金 8:30～17:15 (年末年始祝日除く)
 FAX 0299-24-4638

八郷保健センター

〒315-0116 石岡市柿岡2750
 TEL 0299-43-6655 受付時間 月～金 8:30～17:15 (年末年始祝日除く)
 FAX 0299-44-1492

☆ 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

健康診査	健康診査項目	対象年齢	内容	個人負担金	医療	集団
健康診査	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	×	○
	特定健康診査 (国民健康保険加入者)	40～69歳	尿検査(糖・蛋白)・血圧測定	1,000円	○	○
		70～74歳	血液検査(脂質・肝機能・血糖・腎機能) 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	○	○
がん検診等	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)*総合健診のみ	1,500円	×	○
	胃がんリスク検診	40歳以上	血液検査(ピロリ菌等)*総合健診のみ(過去未受診者)	700円	×	○
	大腸がん検診	40歳以上	便潜血検査(2日法)	500円	×	○
	前立腺がん検診	50歳以上男性	血液検査(PSA検査)	600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	×	○
	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	○	○
	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	×	○
	風しん抗体検査	42～59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

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	*「がん検診等個人負担金免除申請」の事前申請が必要です 申請先:各保健センター
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・精神障がい者手帳1級の方・療育手帳①・Aの方	*集団検診は当日に確認します(事前申請は不要)
④ 65～69歳で後期高齢者医療の対象者	*子宮がん乳がん医療機関検診の場合は保健センターに事前申請が必要です

☆ がん検診等無料クーポン券について

クーポン券の種類	対象者	医療	集団
子宮がん検診無料クーポン	20歳女性(子宮頸がん検診) 2000(H12)年4月2日～2001(H13)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) 1980(S55)年4月2日～1981(S56)年4月1日	○	○
肝炎検診無料クーポン	40・45・50・55・60・65歳肝炎検診未受診者	×	○
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) 1980(S55)年4月2日～1981(S56)年4月1日	×	○
風しん抗体検査無料クーポン	42歳～59歳男性 1962(S37)年4月2日～1979(S54)年4月1日	○	○

☆ 女性のがん検診(子宮がん・乳がん検診)について

子宮がん乳がん集団検診(保健センター)			子宮がん乳がん医療機関検診			
集団検診項目	対象年齢	個人負担金	個別検診項目	対象年齢	個人負担金	
子宮頸がん検診(細胞診)	20～69歳	1,500円	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)	30～65歳	1,000円	超音波(エコー)	30歳以上	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2方向	40～49歳	1,500円
	マンモグラフィ1方向	50～69歳	1,000円	マンモグラフィ1方向	50歳以上	1,000円

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	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スプラザ	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	○		○

☆ 集団健診について(完全予約制のため事前申込が必要となります)

総合健診(保健センターでの健診)は「健診予約センター」が「健診Web予約サービス」のどちらかでお申し込みください
 地区健診(身近な会場での健診)は八郷保健センターに電話でお申し込みください(窓口での申込はできません)


地区健診(身近な会場での健診)	
【地区健診の申込方法】	
① 健診日と会場、時間(30分ごと)を選ぶ ② 健診日の2週間前までに 八郷保健センター 43-6655 に電話で申込む(石岡地区の方も八郷保健センターへ) 健診受付時間:午前9:30～11:00 午後1:30～2:30	
地区健診日程	会場
5月13日(木)	城南地区公民館
5月14日(金)	【午前】高浜いづみ荘
	【午後】関川ふれあいセンター
6月24日(木)	ひまわりの館
7月8日(木)	国府地区公民館
7月9日(金)	
7月19日(月)	瓦会地区公民館
8月17日(火)	【午前】小幡地区公民館
	【午後】葦穂地区公民館
8月19日(木)	府中地区公民館
8月20日(金)	
8月23日(月)	【午前】林地区公民館
	【午後】小桜地区公民館
10月5日(火)	恋瀬地区公民館
10月6日(水)	東成井田園都市センター
10月7日(木)	園部地区公民館
10月28日(木)	東地区公民館
10月29日(金)	

総合健診(保健センターでの健診)				
【総合健診の申込方法】				
① 検診項目を選ぶ(胃バリウム検査を希望する方は胃がん(有)の日程) ② 健診日と会場・時間(30分ごと)を選ぶ ③ 希望健診日の申込期間に【1】・【2】のどちらかで申込む				
【1】健診予約センター 0570-077-150 午前9時～午後5時				
【2】健診Web予約サービス 24時間対応 → 				
申込期間前日の午前9時から先行受付 *申込期間が過ぎた場合は、八郷保健センターへお問い合わせください				
総合健診日程	会場	胃がん	健診受付時間	申込期間
5月20日(木)	石岡保健センター	—	午前 9:30～11:00 午後 1:30～2:30	4/22(木)～ 4/27(火)
5月21日(金)		有	午前 8:00～11:30	
5月22日(土)	石岡保健センター	有	午前 8:00～11:30	*4/25(日)除く
5月24日(月)		—	午前 9:30～11:00 午後 1:30～2:30	
5月25日(火)	石岡保健センター	—	午前 9:30～11:00 午後 1:30～2:30	6/23(水)～ 6/25(金)
6月22日(火)		—	午前 9:30～11:00 午後 1:30～2:30	
6月25日(金)	石岡保健センター	有	午前 8:00～11:30	6/28(月)～ 6/29(火)
6月26日(土)		有	午前 8:00～11:30	
8月16日(月)	石岡保健センター	—	午前 9:30～11:00 午後 1:30～2:30	8/17(火)～ 8/20(金)
9月27日(月)		—	午前 9:30～11:00 午後 1:30～2:30	
9月28日(火)	石岡保健センター	—	午前 9:30～11:00 午後 1:30～2:30	8/23(月)～ 8/25(水)
10月4日(月)		有	午前 8:00～11:30	
10月7日(木)	石岡保健センター	—	午前 9:30～11:00 午後 1:30～2:30	8/23(月)～ 8/25(水)
10月11日(木)		有	午前 8:00～11:30	
10月18日(木)	石岡保健センター	—	午前 9:30～11:00 午後 1:30～2:30	8/23(月)～ 8/25(水)
10月19日(金)		有	午前 8:00～11:30	
11月11日(木)	石岡保健センター	—	午前 9:30～11:00 午後 1:30～2:30	8/23(月)～ 8/25(水)
11月18日(木)		有	午前 8:00～11:30	
11月20日(土)	石岡保健センター	—	午前 9:30～11:00 午後 1:30～2:30	8/23(月)～ 8/25(水)
11月29日(日)		有	午前 8:00～11:30	

口腔がん・成人歯科検診【予約制】	
検診受付時間:午前8:30～11:00	
6月9日(水)	会場:石岡保健センター 申込先:八郷保健センター 申込開始:4月12日(月)～ 定員:45名/日
6月10日(木)	
6月11日(金)	
12月8日(水)	申込・会場:八郷保健センター 申込開始:10月18日(月)～ 定員:45名/日
12月9日(木)	

予約先は **けんこうリンク 茨城県総合健診協会**

【1】健診予約センターの使い方
☎ 0570-077-150 申込期間中の受付:午前9時～午後5時 *通話料金がかかります(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 *申込期間が過ぎた場合は、八郷保健センターへお問い合わせください

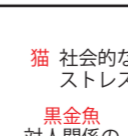
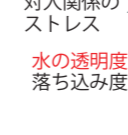


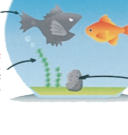
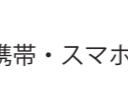
【2】Web予約サービスの使い方
*QRコードを読み  事前登録をお願いします→ *申込は24時間対応します *申込開始前日の午前9時から利用できます *申込期間内はキャンセル待ちもできます

健康教室(体操教室)【予約制】	
*各コースごと10名以下のグループに割り振ります(詳しくは市報等でお知らせします)	
健康教室内容	対象
特定保健指導コース(特定保健指導・ストレッチ等)	40～74歳
健康応援プランコース(保健指導・健康づくり・ヨガ)	40～64歳
何歳になってもできる体操コース(ロコモ予防)	40歳以上
体力アップコース(メタボ予防)	40歳以上

こころの健康相談【予約制】
石岡保健センター 第3月曜日 八郷保健センター 第1水曜日 時間:午後1:30～3:30 内容:精神保健福祉士による個別相談

こころのいのちの電話相談
八郷保健センター 第2火曜日 時間:午前9:00～12:00 午後1:00～4:00 電話:0299-43-6655

健康相談(結果説明会)
内容:健康診査結果等の保健師・栄養士・歯科衛生士等による個別健康相談です 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

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
 猫 社会的なストレス  黒金魚 対人関係のストレス  水の透明度 落ち込み度  水棲のヒビ 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
▼パソコンはこちら https://fishbowlindex.jp/fishioka/ 携帯・スマホはこちら 