

令和4年度（令和4年4月～令和5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

☆ 健康診査・がん検診について

*各種健(検)診は年1回の補助です

*70歳以上の方は個人負担金は無料です。

*年齢基準日は、いずれの健診も令和5年3月31日です。

	健 診 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） 尿検査（糖・蛋白）・血圧測定	1,000円	×	○
	特定健康診査 （国民健康保険加入者）	40～69歳	血液検査（脂質・肝機能・血糖・腎機能）*尿酸値 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 *尿酸値は集団検診のみ実施	1,000円	○	○
		70～74歳		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	43～60歳男性	血液検査（過去未受診者） 厚生労働省のページへ⇒ 	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	* 検診日の前日までに「がん検診等個人負担金免除申請」の申請が必要です 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㊸・Aの方	* 集団検診は当日に確認します （事前申請は不要） * 子宮がん乳がん医療機関検診の場合は保健センターに事前申請が必要です
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

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）	2001（H13）年4月2日～2002（H14）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）	1981（S56）年4月2日～1982（S57）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	* 対象者には通知を送ります	×	○
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）	1981（S56）年4月2日～1982（S57）年4月1日	×	○
風しん抗体検査無料クーポン	43歳～60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

*マンモグラフィは2年に1回の補助です。

子宮がん乳がん集団検診（保健センター）		
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
*検診受付時間（10分ごと） 午前10:00～10:30（乳がん検診のみ） 午後12:20～1:10（子宮がん・乳がん検診） *大腸がん検診も同日に受けることが出来ます 【集団検診の受け方】 ① 検診項目を選ぶ ② 検診日時・会場を選ぶ ③ 受付時間を選ぶ ④ 申込期間に(1)(2)どちらかで申込をする (1) 予約センター 0570-077-150 (2) Web 予約サービス⇒  ⑤ 申込後に「受診券」が送付される ⑥ 「受診券」を持って保健センターで検診を受ける		

集団検診日程	会場	申込日
7月14日(木)	八郷保健センター	5/23(月) 5/24(火)
7月15日(金)		
7月25日(月)		6/24(金) 6/27(月) 6/28(火) 6/29(水)
8月24日(水)		
8月25日(木)		
8月26日(金)		
8月27日(土)		
9月16日(金)		
9月17日(土)	石岡保健センター	8/25(木) 8/26(金) 8/29(月) 8/30(火) 8/31(水)
9月22日(木)		
10月20日(木)		
10月21日(金)		
10月24日(月)		
10月25日(火)		

子宮がん乳がん医療機関検診		
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歳以上	2,000円
乳がん	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1方向	50歳以上 1,000円
【医療機関検診の受け方】 ① 検診項目を選ぶ ② 医療機関を選ぶ ③ 予約日の2週間前までに【1】【2】どちらかで申込をする 【1】 電話 八郷保健センター 0299-43-6655 【2】 電子申請システム⇒  ④ 申込後に「受診券」が送付される ⑤ 「受診券」を持って医療機関で検診を受ける * 医療機関に個人負担金を支払う * 受診券有効期限は令和5年2月末日		

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	○		○
*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				

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

☆ 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）

* 地区健診（身近な会場での健診）は八郷保健センター 43-6655 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）

* 総合健診（保健センターでの健診）は「健診予約センター」または「健診 Web 予約サービス」にてお申し込みください。

* 石岡保健センター会場について：介助なしで階段の昇降が難しい方は、他会場・医療機関をご利用ください。

地区健診（身近な会場での健診）	
【地区健診の申込方法】 *令和4年4月1日から申込開始 1 健診日と会場、時間帯（午前・午後）を選ぶ 2 健診日の2週間前までに 八郷保健センターへ電話で申込む（電話番号 43-6655） 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12日(木)	城南地区公民館
5月16日(月)	【午前】 恋瀬地区公民館
	【午後】 瓦会地区公民館
5月18日(水)	【午前】 関川ふれあいセンター
	【午後】 高浜いづみ荘
6月16日(木)	ひまわりの館
7月 7日(木)	国府地区公民館
7月 8日(金)	府中地区公民館
8月18日(木)	【午前】 小幡地区公民館
	【午後】 草穂地区公民館
8月23日(火)	園部地区公民館
8月31日(水)	【午前】 林地区公民館
	【午後】 小桜地区公民館
10月 5日(水)	東地区公民館
10月 6日(木)	
10月31日(月)	東成井田園都市センター

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28日(火)	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1日(金)～ 定員：45名/日
6月29日(水)	
6月30日(木)	
12月 7日(水)	申込/会場：八郷保健センター 申込開始：10月3日(月)～ 定員：45名/日
12月 8日(木)	

申込先は 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申込方法

☎ 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
*申込の際は「石岡市」とお伝えください

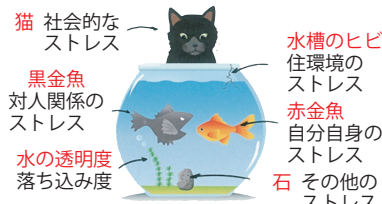
(2) 健診 Web 予約サービスの申込方法

*二次元コードを読み込み⇒
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

健康相談（結果説明会）	こころの健康相談【予約制】	こころといのちの電話相談
内容：健康診査等の保健師・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	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	第2火曜日 時間：午前9:00～12:00 午後1:00～4:00 電話：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



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
飲酒が心と与える影響とは？

ストレス対処タイプテスト

こころのエンジン