

平成30年度

鹿嶋市保健事業年間予定表

すこやかなお子さんを育てるための事業

種類	内容	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
マタニティクラス	〈時間〉 13:30~15:40 〈対象〉 初妊婦 ※要予約		16日水 23日水 30日水		11日水 18日水 25日水		5日水 12日水 26日水		14日水 21日水 28日水		16日水 23日水 30日水	27日水	6日水 13日水
ペアコース	〈時間〉 19:00~21:00 〈対象〉 初妊婦とその夫 ※要予約(定員有)	11日水		13日水		8日水		24日水		12日水		20日水	
4か月児相談 (個別通知あり)	〈受付時間〉 10:00~10:30 〈内容〉 身体計測 育児相談	12日水	10日水	5日火	19日水	2日水	6日水	4日水	8日水	6日水	17日水	7日水	7日水
対象		H29.11月生	H29.12月生	H30.1月生	H30.2月生	H30.3月生	H30.4月生	H30.5月生	H30.6月生	H30.7月生	H30.8月生	H30.9月生	H30.10月生
9か月児相談 (個別通知あり)	〈受付時間〉 10:00~10:30 〈内容〉 身体計測 育児相談	19日水	24日水	28日水	26日水	23日水	13日水	18日水	15日水	13日水	24日水	14日水	14日水
対象		H29.6月生	H29.7月生	H29.8月生	H29.9月生	H29.10月生	H29.11月生	H29.12月生	H30.1月生	H30.2月生	H30.3月生	H30.4月生	H30.5月生
1歳6か月児健診 (個別通知あり)	〈受付時間〉 13:00~13:30 〈内容〉 身体計測、内科 歯科検診 歯磨き指導 栄養・育児相談	13日金	11日金	1日金	20日金	3日金	7日金	5日金	9日金	7日金	18日金	8日金	8日金
対象		H28.9月生	H28.10月生	H28.11月生	H28.12月生	H29.1月生	H29.2月生	H29.3月生	H29.4月生	H29.5月生	H29.6月生	H29.7月生	H29.8月生
3歳2か月児健診 (個別通知あり)	〈受付時間〉 13:00~13:30 〈内容〉 身体計測、内科 歯科検診 歯磨き指導 栄養・育児相談	20日金	25日金	29日金	27日金	24日金	14日金	19日金	16日金	14日金	25日金	15日金	15日金
対象		H27.1月生	H27.2月生	H27.3月生	H27.4月生	H27.5月生	H27.6月生	H27.7月生	H27.8月生	H27.9月生	H27.10月生	H27.11月生	H27.12月生
育児相談	〈受付時間〉 9:30~10:30 〈内容〉 身体計測、育児相談	10日火	17日水	4日水	10日火	7日火	4日火	2日火	13日火	4日火	29日火	19日火	12日火

母子健康手帳交付

妊娠の届け出者に母子健康手帳を交付し、妊婦の健康相談を実施します。
◎平成30年4月1日より、保健センターのみでの交付となります。

乳児健康診査受診票交付

乳児家庭訪問時に交付。契約医療機関で一部公費負担で受けられます。

子どもの心と発達の相談

言葉が遅いような気がする、発音が気になる、しつけやくせ等…お子さんの健やかな発育・発達を促すための相談を実施します。
要予約

妊婦健康診査受診票交付

母子健康手帳と一緒に交付。契約医療機関で一部公費負担で受けられます。

家庭訪問

乳幼児・妊産婦等に対し、保健師等が育児や健康等について相談を行います。

電話・窓口健康相談

保健師・管理栄養士等により、乳幼児・思春期・妊産婦の健康に関する相談を実施します。

未熟児養育医療の給付

未熟児で入院養育が必要な場合、自己負担の一部が給付されます。詳細はお問い合わせ下さい。

不妊・不育に関する治療等助成事業

治療費等の一部助成を行います。詳細はお問い合わせ下さい。

夜間小児救急診療所

診療日：毎日
診療時間：20:00~23:00 (電話受付 22:45まで)
場所：宮中1998-2 (鹿嶋市教育センター敷地内)
専用電話番号：0299-82-3817
対象：中学生以下
診療内容：急な発熱などに対する応急処置
持参する物：健康保険証 (福) 受給者証

※問い合わせ先の詳細については下記をご覧ください。

心の健康づくり

お酒の相談

断酒会メンバーとその家族が相談に応じます。
〈対象者〉 お酒に関する悩みがある方・その家族
〈場所〉 保健センターほか
※原則第4水曜日 **要予約**

こころの健康に関する相談

〈対象者〉 こころの悩みをもつ本人または家族
〈内容〉 専門医による相談・助言
〈相談日時〉 要予約13:30~(30分程度)

4月9日	10月1日
6月4日	12月10日
7月9日	H31年2月4日
9月3日	H31年3月11日

※日程は変更となる場合もありますので、お問い合わせください。

「こころの体温計」試してみませんか?
ストレス度・落ち込み度を簡単チェック!

こころの体温計 (本人モード)
ご本人の健康状態や人間関係、生活環境などの4択式の質問13問に回答していただくことで、ストレス度や落ち込み度を、水の中へ泳ぐ魚、星などの絵によって表示されます。

【表示例】自分の得意なストレス
水の中の魚は、得意なストレスのレベルを示しています。得意なストレスは、水の中を自由に泳ぎ回ります。得意なストレスは、水の中を自由に泳ぎ回ります。

結果画面 (例) ⇒ QRコード

市が行う各種予防接種

(契約医療機関での個別接種) 原則個別通知はありません。

予防接種の受け方

- ①電話予約をします。(電話は診療時間内にしてください。)
- ②母子健康手帳と予防接種手帳(予診票)と健康保険証を持参します。予診票はあらかじめ記入しておいて下さい。
※予防接種手帳(予診票)をお持ちでない方は保健センターで交付いたします。交付を受ける際は、母子健康手帳と健康保険証をご持参下さい。
- ③料金は無料です。
(※対象年齢外、規定の接種回数以上の接種分は、実費となります。インフルエンザは一部自己負担となります。)



子ども 定期接種(A類疾病)：接種の努力義務がある (下表は平成30年2月末日時点の情報であり、随時変更になる可能性がありますのでご了承ください。)
※予防接種の対象年齢の考え方は、誕生日の前日に年齢が加算されます。

予防接種名	対象年齢	標準接種年齢	接種方法
B型肝炎	不活化 1歳未満	生後2か月~9か月未満	27日以上の間隔を2回、更に1回目の接種から5か月(20週)以上の間隔を1回接種
ヒブ(Hib) (インフルエンザ菌b型)	不活化 生後2か月~5歳未満	初回 生後2か月~7か月未満 追加 初回(3回)終了後、7か月以上、標準的には13か月	27日以上、標準的には56日までの間隔を3回接種 初回接種終了後、7か月以上、標準的には13か月までの間隔を1回接種
小児用肺炎球菌	不活化 生後2か月~5歳未満	初回 生後2か月~7か月未満 追加 生後12か月~15か月未満	27日以上の間隔を3回接種 初回接種終了後60日以上の間隔を1回接種
四種混合 ・ジフテリア ・百日せき ・破傷風 ・ポリオ	不活化 生後3か月~7歳6か月未満	1期初回 生後3か月~12か月未満 1期追加 1期初回(3回)終了後12か月~18か月	20日以上、標準的には56日までの間隔を3回接種 1期初回(3回)終了後6か月以上、標準的には12か月~18か月の間隔を1回接種
B C G	生 1歳未満	生後5か月~8か月未満	1回接種
麻疹・風しん	生 1歳~2歳未満 年長 (H24.4.2~H25.4.1生まれ)	1期 1歳 2期 小学校入学前年度の1年間(年長)	1回接種 1回接種
二種混合 ・ジフテリア ・破傷風	不活化 11歳~13歳未満	11歳	1回接種
日本脳炎	不活化 生後6か月~7歳6か月未満 9歳~13歳未満	1期初回 3歳 1期追加 4歳 2期 9歳	6日以上、標準的には28日までの間隔を2回接種 初回接種終了後6か月以上、標準的には概ね1年の間隔を1回接種 追加終了後、概ね5年の間隔を1回接種
水痘	生 1歳~3歳未満	1回目 生後12か月~15か月未満 2回目 1回目終了後6か月~12か月	3か月以上、標準的には6か月~12か月の間隔を2回接種

子ども 任意接種

季節性インフルエンザ 不活化 1歳~中学3年生 毎年度2回(13歳以上は1回又は2回)10~1月 1歳~中学3年生 ※助成は1回のみ 一部自己負担

高齢者 定期接種(B類疾病)：接種の努力義務はない

季節性インフルエンザ 不活化 ・65歳以上
・60歳以上65歳未満で心臓、腎臓、呼吸器の機能障害
またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障害を有する者 毎年度1回 10月~1月 一部自己負担

高齢者の肺炎球菌 不活化 ・30年度に65・70・75・80・85・90・95・100歳となる者
・60歳以上65歳未満で心臓、腎臓、呼吸器の機能障害
またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障害を有する者 1回 接種したことがある場合は対象外 一部自己負担

あなたの健康づくりを応援します

がん検診を前年までに受診した方のうち、要精密となり医師より「経過をみていく必要がある」と言われた方は、集団検診の対象外となります。その場合、医療機関での受診をお勧めします。

集団健(検)診の内容及び日程

生涯にわたり健康を維持するためには、「自分の健康は自分で守る意識と習慣」が大切です。健(検)診を受診し、健康維持に努めましょう。なお、各検診は年度1回の受診となります。

実施月	健(検)診名	対象年齢	負担金	受診上の注意点	日程	
4 5月	子宮がん検診 (子宮頸部)	20歳以上の女性	1,200円	〈完全予約制〉 定員 子宮1,440名、超音波780名、マンモグラフィ 1,040名 ○予約期間：30年3月31日(土)～4月3日(火) ○予約時間：8時30分～17時15分 ○予約方法：上記の期間に電話予約。定員になり次第締め切ります。 3月31日(土)に限り 保健センター窓口でも受付します。 ○予約電話番号：77-8951 ※予約期間中のみ使用可 ※予約期間後のキャンセルなどのご連絡は82-6218までお願いします。 ※マンモグラフィは2年に1回になります。 ※閉経以後の方、月経が不規則な方は、子宮体がんのリスクが高くなるため医療機関検診等をお勧めします。 ※40～56歳の方は、「超音波のみ」あるいは「マンモのみ」の受診も可。	4月・5月	
	乳がん検診	超音波	30歳～39歳		1,300円	日 月 火 水 木 金 土 4/16 17 18 19 20 21 22 23* 24 25 26 27 28 29 30 5/1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22
		超音波+マンモグラフィ	40歳～49歳		2,800円 (超音波1,300円+マンモ2方向1,500円)	【受付時間】12:10～12:50 ※ 保健センター 大野ふれあいセンター ★4/23は子宮がん検診・マンモグラフィのみ実施
		マンモグラフィ	50歳～56歳		2,600円 (超音波1,300円+マンモ1方向1,300円)	
6 7月・10月	循環器健診 (血液検査、尿検査等)	19歳～39歳	1,000円	事業主健診の機会がある方は対象外です。	6月・7月 日 月 火 水 木 金 土 6/6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 7/1 2 3 4 5 6	
		75歳以上	無料	後期高齢者医療被保険者証を持参してください。		
	特定健診 (血液検査、尿検査等)	40歳～74歳 (国保以外)	各保険組合等へ確認	加入されている健保組合によって実施方法が異なります。医療保険者(保険証を発行しているところ)にお問い合わせください。	10月 日 月 火 水 木 金 土 10/9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31	
		40歳～74歳 (国保加入者)	1,000円	受診券(5月下旬頃郵送予定)と保険証を持参の上、受診してください。個別健診(契約医療機関での健診)もあります。詳細は受診券をご確認ください。職場または個人で、健診や人間ドックを受診した方は、結果をご提出ください。		
	肺がん検診 (レントゲン検査)	40歳以上	500円	喀痰細胞診はレントゲン検査の実施及び50歳以上で、喫煙指数(1日喫煙本数×年数)が600以上の方。 ※65歳以上は、法に基づき結核検診を実施します。【65歳以上は無料】	【受付時間】9:00～11:00、13:30～14:30 ※ 保健センター 大野ふれあいセンター はまなすまちづくりセンター	
	前立腺がん検診	50歳～74歳	1,200円	血液検査		
	大腸がん検診	40歳以上	800円	※下記大腸がん検診参照		
胃がんリスク検診	40・45・50・55・60・65・70歳	1,000円	血液検査。対象者には個別通知します。			
肝炎ウイルス検診	40歳～70歳	1,000円	過去に検査したことのない方が対象です。 【40・45・50・55・60・65・70歳は無料】			
7 11月	大腸がん検診 (便潜血検査)	40歳以上	800円	年度1回の受診となります。胃がん検診、特定健診いずれかの日程で提出してください。2日採便法のため、検診3日前までに保健センター・大野ふれあいセンター・まちづくり市民センター・はまなすまちづくりセンターのいずれかに採便容器を取りにきてください。	7月 日 月 火 水 木 金 土 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 11月 日 月 火 水 木 金 土 4 5 6 7 8 9 10	
	胃がん検診 (レントゲン検査)	40歳～85歳	1,200円	〈完全予約制〉 定員 1,620名 ○予約期間：7月期 30年5月27日(日)～5月30日(水) 11月期 30年9月26日(水)～9月28日(金) ○予約時間：8時30分～17時15分 ○予約方法：上記の期間に電話予約。定員になり次第締め切りとします。 5月27日(日)、9月26日(水)に限り 保健センター窓口でも受付します。 ○予約電話番号：77-8951 ※予約期間中のみ使用可 ※予約期間後のキャンセルなどのご連絡は、82-6218までお願いします。		
12月	骨粗鬆症検診	40・45・50・55・60・65・70歳の女性	1,000円	足の超音波検査。対象者には個別通知をします。 ○日程・会場：12月17日(月)、18日(火)、19日(水) 保健センター 20日(木)大野ふれあいセンター	【受付時間】7:00～10:30 ※ 保健センター 大野ふれあいセンター	

歯周病検診

対象者：40、50、60、70歳
自己負担金：1,000円
実施月：6～2月
市内歯科医療機関にて実施。
詳細は、広報鹿嶋・鹿嶋市ホームページ等でご案内いたします。

健康づくり事業

「専門医による健康講座」
専門医による講演会を行います。
「食生活講座」
生活習慣病予防・改善のための食事について講義や調理実習を行います。
※いずれも詳細は、広報鹿嶋・鹿嶋市ホームページ等でご案内いたします。
「健康相談」
随時健康相談を受付ます。

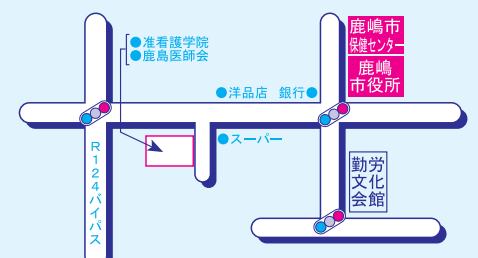
献血日程

都合により変更する場合があります。

場所	受付時間	実施予定日
鹿嶋市役所	10:00～11:45 13:00～16:00	4/12(木)・8/8(水) 12/6(木)
イオン鹿嶋店 チェリオ	10:00～11:45 13:00～16:00	5/30(水)・8/21(火)・11/27(火) 1/22(火)・2/28(木)
カワチ薬品 鹿嶋店	10:00～11:45 13:00～16:00	5/21(月) 7/26(木)[13:30～16:00] 8/14(火)・12/28(金)・3/22(金)
鹿島病院	14:00～16:00	4/12(木)
小山記念病院	13:30～16:00	10/11(木)
ホームック	10:00～11:45 13:00～16:00	4/23(月)・8/1(水)・1/28(月)
マルヘイ 鹿嶋食品館	10:00～11:45	5/15(火)
常陽銀行 鹿嶋支店	10:00～11:30	7/26(木)・12/18(火)
常陽銀行 鹿嶋東支店	10:00～11:45 13:00～16:00	6/8(金)

お問い合わせ先

鹿嶋市保健センター
妊産婦・子どもの健康づくり事業、成人の健(検)診・健康づくり事業、心の健康づくり事業、予防接種、献血
〈所在〉〒314-8655 鹿嶋市大字平井1187番地1
電話番号 0299-82-6218



医療機関検診

4月から5月の集団検診を受けていない方が対象となります。年度1回の受診となります。

実施月	検診名	対象年齢	負担金	検査内容
6 2月	子宮がん検診	20歳以上の女性	2,000円	問診及び子宮頸部の細胞診 ※医師の判断により、体部の検診を追加した場合の負担金は3,000円です。
	乳がん検診(超音波検査)	30～56歳の女性	1,500円	超音波検査
	乳がん検診(マンモグラフィ)	40歳以上の女性	1,700円	マンモグラフィ(2年に1回)

【受診方法】必ず事前に、右記の医療機関に「鹿嶋市の検診」とお伝えして予約してください(予約は医療機関の診療時間内をお願いします)。受診の際に、保険証等住所の確認できるものと負担金をお持ちください。マンモグラフィを希望する場合は、まずは保健センターにご連絡ください。1～2月は大変混み合いますので、早めに受診することをお勧めします。

医療機関名	電話番号	マンモグラフィ	超音波	子宮	予約問い合わせ時間
小山記念病院 (健康管理センター)	85-1139	○	○	※○	月～金 8時～16時 土(第1土曜日除く)8時～11時30分
鹿島病院	82-1271		○ 視触診	○	月～金 14時～16時
葉山産婦人科	83-1515			○	月～金 9時～17時
松倉中央クリニック	90-9222		○ 視触診		月火水金 9時～12時 14時30分～18時
我妻医院	84-5277		○ 視触診		月～土 9時～12時 月火木金 14時～17時30分 土 14時～17時
白十字総合病院 (健診センター)	92-3311 93-1779	○		※○	月～金 14時～16時30分 月～金 9時～17時 土 9時～12時

※医師の判断による体部検診実施可

注意 年齢は平成31年3月31日時点のものです。 **注意** 検査内容等が変更になる場合があります。詳しくは広報鹿嶋や鹿嶋市ホームページ等でご確認ください。