

令和5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	〈対象〉初妊婦 ※要予約(定員有)		17日水 31日水		12日水 26日水		6日水 13日水		8日水 15日水		24日水 31日水		6日水 13日水
ペコース	〈対象〉初妊婦とその夫	26日水		21日水		23日水		25日水		6日水		7日水	
4か月児相談 (個別通知あり)	〈内容〉身体計測 育児相談	11日火	18日水	6日火	24日水	28日水	14日水	17日火	14日火	12日火	23日火	19日水	5日火
対象		R4.11月生	R4.12月生	R5.1月生	R5.2月生	R5.3月生	R5.4月生	R5.5月生	R5.6月生	R5.7月生	R5.8月生	R5.9月生	R5.10月生
9か月児相談 (個別通知あり)	〈内容〉身体計測 育児相談	24日水	30日火	13日火	31日水	30日水	26日火	31日火	28日火	19日火	30日火	20日火	12日火
対象		R4.6月生	R4.7月生	R4.8月生	R4.9月生	R4.10月生	R4.11月生	R4.12月生	R5.1月生	R5.2月生	R5.3月生	R5.4月生	R5.5月生
1歳6か月児健診 (個別通知あり)	〈内容〉身体計測、内科 歯科検診 歯磨き指導 栄養・育児相談	13日水 14日水	19日金 23日火	20日火 22日水	20日水 21日金	18日金 24日水	21日水 22日金	19日水 20日金	16日水 17日金	7日水 8日金	18日水 19日金	8日水 9日金	1日金 7日水
対象		R3.9月生	R3.10月生	R3.11月生	R3.12月生	R4.1月生	R4.2月生	R4.3月生	R4.4月生	R4.5月生	R4.6月生	R4.7月生	R4.8月生
3歳2か月児健診 (個別通知あり)	〈内容〉身体計測、内科 歯科検診 歯磨き指導 栄養・育児相談	21日金 25日火	25日水 26日金	27日火 29日水	25日火 28日金	25日金 29日火	28日水 29日金	26日水 27日金	21日水 24日金	14日水 15日金	25日水 26日金	15日水 16日金	8日水 14日水
対象		R2.1月生	R2.2月生	R2.3月生	R2.4月生	R2.5月生	R2.6月生	R2.7月生	R2.8月生	R2.9月生	R2.10月生	R2.11月生	R2.12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日水	29日水	26日水	13日水	8日水	5日水	30日水	27日水	18日水	29日水	6日水	11日水

子育て世代包括支援センターりぼん

妊婦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。妊娠・出産・子育てに関する相談に応じ、切れ目のない支援を行います。

専用電話番号：0299-77-7806

◎面接をした上での母子健康手帳交付となるため、お時間に余裕をもってお越しください。

妊産婦健康診査受診票及び新生児聴覚検査受診票の交付

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。

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。

産後ケア事業

出産後、必要な方へ母子の身体的ケアや心身のケア等を医療機関等で行い、育児をサポートします。(一部公費負担)

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。

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。

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。

子どものこころと発達の相談(要予約)

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。

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

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
※原則毎月1回水曜日 **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3日	10月2日
6月5日	12月4日
8月7日	R6年2月5日
9月4日	R6年3月4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、住環境などの4次元の質問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が、水層の中で泳ぐ金魚、葉などの絵によって表示されます。

【表示値】自身の得意なストレス
水層のヒビ
紅葉のストレス
【水の透明度】落ち込み度
【葉の色】自身の得意なストレス
【石】その他のストレス

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

- 電話予約をします。(電話は診療時間内にてください。)
- 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。
- 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 (下表は令和5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。)

定期接種スケジュールの例

年齢	生前時	生後6週間	2か月	3か月	6か月	9か月	1歳	2歳	3歳	4歳	5歳	6歳	7歳	8歳	9歳	10歳	11歳	12歳	13歳	14歳	18歳	
予防接種名																						
口夕 (いずれか)	1価 (ロタリックス)	生後6週間から24週に至るまで																				
	5価 (ロタテック)	生後6週間から32週に至るまで																				
B型肝炎		生後1歳に至るまで																				
ヒブ (Hib)		生後2か月以上																				
		4回 (接種開始年齢によって回数は異なります)																				
肺炎球菌		生後60か月 (5歳) に至るまで																				
		生後2か月以上																				
		4回 (接種開始年齢によって回数は異なります)																				
四種混合		生後2か月から																				
		4回																				
B C G		生後5か月に達した時から8か月に達するまでを推奨																				
		1回																				
麻しん・風しん混合 (MR)		生後12か月から																				
		1回 (生後24か月に至るまで)																				
水痘		生後12か月以上																				
		2回 (生後36か月 (3歳) に至るまで)																				
日本脳炎		生後6か月から																				
		3回 (生後90か月 (7歳半) に至るまで)																				
二種混合		生後9歳以上																				
		1回 (11歳以上)																				
子宮頸がん		13歳未満																				
		1回 (11歳以上)																				
		小学6年生から高校1年生まで																				
		3回																				

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 (10~1月) 1歳~小学生は2回、中学生は1回 一部自己負担
おたふくかぜ	生	1歳~5歳未満	1回 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 (10~1月) 1回 一部自己負担
高齢者の肺炎球菌	不活化	・令和5年度中に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 (過去に接種したことがある場合は対象外) 一部自己負担

※上記についての詳細はお問い合わせください。また、状況により日程等が変更となる場合があります。

あなたの健康づくりを応援します

「市のがん検診」の結果、要精密となり医師より「医療機関で経過観察」と言われた場合は、「市のがん検診」の対象外になります。

集団健(検)診の内容及び日程

各種健(検)診は、年度(R5年4月からR6年3月までの間)に1回の受診となります。

実施月	健(検)診名	対象年齢	負担金	日 程	予 約 期 間 等	予 約 方 法	
4 5月	女性の がん検診 子宮がん検診 (子宮頸部)	20歳以上	1,500円	4月 5月 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	〈予約期間〉 R5年3月24日(金)～28日(火) ※3月26日(日)は、WEB予約受付のみ ・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」と「マンモグラフィ」両方の受診も可。 ・乳がん検診のみご希望の方は、なるべく午前中の予約をお願いします。	〈予約期間〉 ①WEBまたは②コールセンターで予約をとる。 ①WEB予約 予約開始日9時から終了日17時まで 下記の二次元コード、または鹿嶋市ホームページ(ホームページID:59377)から予約可能 ※鹿嶋市ホームページに進み、ID検索の欄に59377と入力いただくと、予約画面に繋がります。	
	乳がん 検診	超音波	30歳～56歳	1,500円			
		マンモグラフィ (2年に1回)	40歳～49歳 (マンモ2方向) 50歳以上 (マンモ1方向)	1,700円 1,500円			
6 7月・10月・令和6年1月	循環器健診 (血液検査、尿検査等)	19歳～39歳*1 75歳以上*2	1,000円 無料	6月 7月 日 月 火 水 木 金 土 4 5 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 7 8	〈予約期間〉 6・7月期：5月8日(月)～12日(金) 10月期：9月11日(月)～14日(木) R6年1月期：11月27日(月)～28日(火) ※ ¹ 事業主健診の機会がある方は対象外です。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。詳細項目(心電図・眼底・貧血・クレアチニン)を追加可能500円 ※ ² 契約医療機関での健診もあります。詳細は通知(R5年4月下旬送付予定)、広報かしま、市ホームページ等をご確認ください。また、国保加入者の方で、職場または個人で、健診や人間ドックを受診した方は、結果を提出ください。健診受診済として登録することができます。 ※ ³ ピロリ菌を除菌したことがある方は対象外です。 ※ ⁴ 40・45・50・55・60・65・70歳は無料で検診を受けられます。	②コールセンター 予約期間中9時から17時まで 〈予約専用電話番号〉 0570-077-150 ・予約期間のみ電話が繋がります。各健(検)診の予約期間をご確認ください。 ・予約期間後のキャンセルなどのご連絡は82-6218(保健センター)までお願いします。	
	特定健診 (血液検査、尿検査等)	40歳～74歳*2 (国保加入者) 40歳～74歳 (国保以外)	1,000円 各保険組合等へ確認				
	肺がん検診 (レントゲン検査)	40歳以上 (65歳以上は無料)	500円	10月 日 月 火 水 木 金 土 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28			
	前立腺がん検診 (血液検査)	50歳～74歳	1,500円	1月 日 月 火 水 木 金 土 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20			
	胃がんリスク検診 (血液検査)	40・45・50・55・60・65・70歳の過去未受診者*3	1,000円				
	肝炎ウイルス検診 (血液検査)	40歳～70歳の過去未受診者*4	1,000円				
7 11月	胃がん検診 (レントゲン検査)	40歳～85歳	1,500円	7月 11月 日 月 火 水 木 金 土 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25	〈予約期間〉 7月期：5月25日(木)～26日(金) 11月期：10月5日(木)～6日(金) バリウムを飲んで行う検査です。以下の方は検診をお断りすることがあります。 ・1年以内に手術した方 ・検診当日の血圧が180/110mmHg以上の方 ・検診のための体位変換が難しい方 詳しくはホームページでご確認ください。		
	骨粗鬆症検診 (踵の超音波検査)	40・45・50・55・60・65・70歳の女性	1,000円	大野公民館(別館)11月29日(水) 保健センター11月30日(木)、12月1日(金)、5日(火)	予約不要 ・対象者には個別通知をします。	検査内容等が変更になる場合もあります。詳細は、広報かしまや鹿嶋市ホームページ等でご確認ください。	
12月	大腸がん検診 (便潜血検査)	40歳以上	800円	特定健診・胃がん検診いずれかの日程で、受付時間内に提出してください。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・中央公民館・はまなす公民館のいずれかに採便容器を取りにきてください。			

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
〈受診方法〉
・市内歯科医療機関にて実施。
・ご希望の方は、身分証明書をご持参の上、保健センターに検診票をとりにきてください。

健康づくり事業

「市民健康講座」
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。
「健康相談」
随時健康相談を受け付けます。
※講座等は、詳細が決まり次第、広報かしま・鹿嶋市ホームページ等でご案内いたします。

献血日程

※都合により変更・中止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	10:45～11:45	4/6(休)、7/10(月)
	13:00～16:00	10/13(金)、1/9(火)
小山記念病院	13:30～16:00	10/24(火)
カワチ薬品 鹿嶋店	10:00～11:45 13:30～16:00	未定

問い合わせ先

鹿嶋市保健センター
〈所在〉〒314-8655
鹿嶋市大字平井1187番地1
〈電話番号〉0299-82-6218

女性のがん検診(医療機関検診)

4～5月の集団健診を受けていない方が対象となります。年度に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 3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自己負担金は3,000円です。
	乳がん検診(超音波)	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】①右記の医療機関に「鹿嶋市の検診」と伝え、予約してください。必ず、事前予約が必要です。
②受診の際には、保険証等住所の確認できるものと負担金を持参してください。
※マンモグラフィを希望する場合は、事前に保健センターで受診歴を確認し、問診票を発行する必要があります。まずは保健センターに来所またはご連絡ください。※1～3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。

注意 年齢は令和6年3月31日時点のものです。

※予約の曜日や時間に変更になる場合もあります。詳細は医療機関にお問い合わせください。

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 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			○	月火木 15時～16時 水 12時30分～13時 インターネット予約のみ 電話不可 ネット出来ない方、来院で
松倉中央クリニック	90-9222		○ 視触診		月火水金 9時～12時 土 14時30分～17時30分 9時～12時
我妻医院	84-5277		○ 視触診		月～土 9時～12時 月火水金 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～12時、13時～17時 土 9時～12時

※医師の判断による体部検診実施可