

健康診査・がん検診で早期発見・早期治療を！

① 結核・肺がん検診

対象・検診内容 = P8 表のとおり
 申込期間 = 4月3日(金)から20日(月)
 申込方法 = 申込フォーム、または電話でお申し込みください。



② 大腸がん検診

9月から保健福祉センター、各市民センター、各がん検診会場、各郵便局で検査容器を配布します。
 対象・費用 = 40歳以上の方・500円
 容器の回収 = 11月9日(月)、13日(金)から16日(月)、12月1日(火)から2月4日(木)

6/23 は夜間検診を実施

春のコラボ健診

③ 生活習慣病予防健康診査

④ 肝炎ウイルス検診

⑤ 子宮頸がん検診

⑥ 乳がん検診(エコー)

⑦ 国保特定健康診査

対象・検診内容 = P8 表のとおり
 申込期限 = 4月19日(日)
 申込方法 = ③⑤⑥⑦ : 申込フォーム、または電話でお申し込みください。(4月17日まで受付)
 ※③⑤⑥⑦を申し込んだ方は申込不要
 備考 = 予約した方へ検診の1週間前までに検診日時などを記載した受診通知書を郵送します。



健康スポーツ課 (32) 1735、(32) 1734
 健康スポーツ課 (57) 2233
 国保年金課 (56) 1739

③④⑤⑥⑦はそれぞれ単独でも受診できます。

【結核・肺がん検診日程表】 ※はがき・メール・ファックスでは申し込みできません

| 期日 | 受付時間 | 会場 | 期日 | 受付時間 | 会場 | |
|----------|---------------|--------------|----------|---------------|----------|--|
| 5/27 (水) | 9:00 ~ 10:45 | 小櫃公民館 | 6/8 (月) | 9:00 ~ 10:45 | 小糸公民館 | |
| | 13:30 ~ 15:15 | 農村環境改善センター | | 13:30 ~ 15:15 | 小櫃公民館 | |
| 5/28 (木) | 9:00 ~ 10:45 | 周南公民館 | 6/15 (月) | 9:00 ~ 10:45 | 保健福祉センター | |
| | 13:30 ~ 15:15 | 市民体育館 | | 13:30 ~ 15:15 | | |
| 5/29 (金) | 9:00 ~ 10:45 | 清和地域拠点複合施設 | 6/20 (土) | 9:00 ~ 10:45 | | |
| | 13:30 ~ 15:15 | 周西公民館 | | 13:30 ~ 15:15 | | |
| 6/4 (木) | 9:00 ~ 10:45 | 松丘コミュニティセンター | 6/23 (火) | 9:00 ~ 10:45 | | |
| | 13:30 ~ 15:15 | 亀山コミュニティセンター | | 13:30 ~ 15:15 | | |
| 6/5 (金) | 9:00 ~ 10:45 | 保健福祉センター | | 17:30 ~ 18:50 | | |
| | 13:30 ~ 15:15 | | 6/24 (水) | 9:00 ~ 10:45 | | |
| | | | | 13:30 ~ 15:15 | | |

【③④⑤⑥⑦日程表】

| 期日 | 受付時間 | 会場 | ③生活習慣病 | ④肝炎ウイルス | ⑤子宮頸がん | ⑥乳がん(エコー) | ⑦国保集团 |
|---------|-------------------------------|----------|--------|---------|--------|-----------|-------|
| 5/15(金) | 9:00 ~ 11:30 13:30 ~ 15:00 | 保健福祉センター | ● | ● | | | ● |
| 5/16(土) | 9:00 ~ 11:30 | | ● | ● | | | ● |
| 5/18(月) | 9:00 ~ 11:30 | | ● | ● | ● | ● | ● |
| 5/19(火) | 9:00 ~ 11:30 | | ● | ● | | | ● |
| | 13:30 ~ 15:00 | | ● | ● | | | ● |

注意事項

- ▼ 受診前に自宅で体温測定・体調確認を行ってください
- ▼ 希望日の受診可能人数が定員に達した場合は、別日程でご案内する場合があります
- ▼ 年度内に同じ健(検)診を2回以上受診した場合、2回目以降の費用は全額自己負担になります
- ▼ 当日の服薬はかかりつけ医に相談してください

スマホで簡単申し込み！

春のコラボ検診の申込フォームはこちら！



申込フォームでは、リアルタイムで予約の空き状況を確認することができます。スマートフォンなどでQRコードを読み込み、必要事項を入力してお申し込みください。

電話での予約は混雑が予想されます。申込フォームからのお申し込みにご協力ください。

保育サービスが利用できます

春のコラボ健診を実施する4日間は、健診中にお子さんをお預かりする保育サービスが利用できます。保育が必要な方は、健診と一緒に申込フォーム、または電話でお申し込みください。

● 今年度の健康診査・がん検診予定

P9に掲載した以外の健(検)診予定です。今年度から胃がん検診の実施時期が12月・1月・2月に変わります。 健康スポーツ課 (57) 2230

注意事項：年度内に同じ健(検)診を2回以上受診した場合、2回目以降の検査費用は全額自己負担になります。

| 健(検)診名 | 対象 | 健(検)診内容 | 実施時期 | 実施方法 | 申込時期 | 備考 |
|------------------------------|---|--|---|----------------|--|---|
| 結核・肺がん検診 | 40歳以上の方 | 胸部X線検査 | 11/9・11/13 ~ 11/16 | 集団 | 10/1 ~ 10/18 | 無料 |
| 生活習慣病予防健康診査 | ▼ 18 ~ 39歳で職場などで健康診査を受ける機会のない方 ▼ 40歳以上の医療保険未加入者(生活保護受給者) | 問診・診察・身体計測・ 血圧測定・尿検査・ 血液検査など ※ 5/18に乳がん検診(エコー)と子宮頸がん検診を同時受診できます | 5/15・5/16・5/18・5/19 11/9 | 集団 | 4/1 ~ 4/19 10/1 ~ 10/18 | 健診機会がある方、妊娠中の方は受診できません 無料 |
| 肝炎ウイルス検診 | 40歳以上で過去に肝炎ウイルス検査を受けたことのない方 | 血液検査(B型・C型肝炎ウイルス検査) | 6/1 ~ 9/30 5/15・5/16・5/18・5/19 11/9、11/13 ~ 11/16 | 個別 集団 | 4/1 ~ 9/30 4/1 ~ 4/17 10/1 ~ 10/16 | すでに受診している方、治療している方は原則対象外 無料 |
| 子宮頸がん検診 | 20歳以上の女性 | 子宮頸部細胞診 | 5/18 8/21、9/1、9/2、9/7 10/23 | 集団 | 4/1 ~ 4/19 6/1 ~ 6/21 6/1 ~ 6/21 | 費用： 頸部のみ 1,000円 頸部+体部 2,000円 |
| | | 子宮頸部細胞診(必要な場合、体部細胞診) | 4/1 ~ 2027/3/31 | 個別 | 4/1 ~ 2027/3/31 | |
| 乳がん検診 | 40 ~ 42歳・44歳・46歳・48歳、または50歳以上の女性 40歳・42歳・44歳・46歳・48歳になる女性 30 ~ 39歳・43歳・45歳・47歳・49歳になる女性 | マンモグラフィ検査 エコー検査 | 8/21 ~ 10/31 7/1 ~ 2027/3/31 5/18 8/21 ~ 10/31 | 集団 個別 集団 | 6/1 ~ 6/21 不要 4/1 ~ 4/19 6/1 ~ 6/21 | 費用： 1,000円 費用： 1,600円 費用： 1,000円 |
| 国保特定健康診査 国保年金課 (56) 1739 | 国民健康保険に加入している昭和27年2月1日から昭和62年3月31日生まれの方 | 問診・診察・身体計測・ 血圧測定・尿検査・ 血液検査など | 5/15・5/16・5/18・5/19 11/9・11/13 ~ 11/16 6/1 ~ 9/30 | 集団 個別 | 4/1 ~ 4/19 10/1 ~ 10/18 医療機関で異なります | 集団、または個別健診のどちらか一方を受診できます 無料 |
| 後期高齢者健康診査 国保年金課 (56) 1179 | 昭和26年5月31日以前生まれの方 昭和26年6月1日から昭和26年9月30日生まれの方 昭和26年10月1日から昭和27年1月31日生まれの方 | 問診・診察・身体計測・ 血圧測定・尿検査・ 血液検査など | 6/1 ~ 9/30 10/1 ~ 10/31 2027/2/1 ~ 2/28 | 個別 | 医療機関で異なります | 対象者には実施期間の前月下旬に受診券を送付します 無料 |
| 胃がん検診 | 40歳以上の方 | バリウムによる胃部X線検査 | 12/1 ~ 2027/2/4 | 集団 | 10/19 ~ 11/1 | 費用： 1,000円 |
| 成人歯科口腔健診 | 20、30、40、50、60、70歳の方 | むし歯・歯周病・粘膜などのチェック | 7/1 ~ 12/31 | 個別 | 申込不要 ※対象者に個別に通知 | 費用： 500円 |

※令和9年3月31日時点の年齢

● ひまわり号運行予定

| 巡回日 | 曜日 | 時間 | 場所 |
|---------|----|---------------|-----------------|
| 21 | 火 | 10:00 ~ 10:20 | 小櫃小学校 |
| 7・21 | | 10:30 ~ 11:00 | 小櫃保育園 |
| 21 | | 13:00 ~ 13:30 | 暁星君津幼稚園 |
| 7・21 | | 13:45 ~ 14:00 | 中野西公園 |
| 21 | 水 | 14:30 ~ 15:00 | 八重原小学校 |
| 8・22 | | 9:40 ~ 10:00 | AIAI NURSERY 君津 |
| 22 | | 10:40 ~ 11:00 | 小糸保育園 |
| | | 12:50 ~ 13:10 | 周西小学校 |
| 8・22 | | 14:00 ~ 14:20 | 堺田公園 |
| 9・23 | 木 | 14:30 ~ 14:50 | 漁業資料館 |
| | | 15:00 ~ 15:30 | ウェルネス保育園 |
| | | 9:40 ~ 10:10 | 宮下どろんこ保育園 |
| | | 10:30 ~ 11:00 | 君津保育園 |
| 23 | 金 | 11:10 ~ 11:25 | 坂田・五竜公園 |
| 24 | | 12:50 ~ 13:20 | 周西の丘小学校 |
| 10・24 | | 10:00 ~ 10:15 | 周南小学校 |
| 10・24 | 金 | 10:30 ~ 11:05 | みふねの里子育て支援センター |
| 10 | | 12:40 ~ 13:10 | 北子安小学校 |
| 10・24 | | 14:20 ~ 14:50 | サン・ラポール南房総 |
| 14・28 | 火 | 10:00 ~ 10:30 | 小糸小学校 |
| | | 10:40 ~ 11:00 | 中保育園 |
| | | 14:00 ~ 14:20 | 亀山コミュニティセンター |
| 1・15 | 水 | 10:30 ~ 11:00 | 清和地域拠点複合施設おらがわ |
| | | 15 | 12:30 ~ 13:00 |
| 2・16・30 | 木 | 15:20 ~ 15:50 | 貞元小学校 |
| | | 9:40 ~ 10:10 | 人見子ども園 |
| 16・30 | 金 | 10:30 ~ 11:00 | 内箕輪どろんこ保育園 |
| 17 | | 12:50 ~ 13:15 | 南子安小学校 |
| 3・17 | | 10:00 ~ 10:20 | 上総小学校 |
| 17 | 金 | 10:45 ~ 11:00 | かずさあけぼの保育園 |
| | | 13:10 ~ 13:40 | 君津特別支援学校 |
| | | 14:30 ~ 14:50 | 外箕輪小学校 |

■ 注意事項：▼一部のステーションの巡回時間が変わりました
▼祝日、悪天候、行事などの都合で休むことがあります ▼休業期間中の小学校、幼稚園、君津特別支援学校の巡回は休みます

体組成測定会 (要申込)

対象=市内に住所を有する6歳以上の方
日時=4月30日(木)午前9時30分から11時45分、午後1時30分から3時30分
会場=保健福祉センターふれあい館1階・会議室1
申込期限=4月28日(火)
※ペースメーカーなどを使用中の方や金属アレルギーの方は、身体に影響を及ぼす可能性があるため測定不可
☎ 健康スポーツ課(57)2233

● [4月] 中央図書館の催し

| 内容 | 期日 | 時間 | 対象 |
|---------------|-------------------|---------------|---------------|
| わらべうたの時間 | 4/16(木) ※2日は休み | 10:30 ~ | 0歳からのお子さんとその親 |
| おひざにだっこの絵本の時間 | 4/9(木) 4/23(木) | | 2歳以上のお子さんとその親 |
| おはなし会 | 4/4(土) 4/18(土) | 14:00 ~ | 3歳から |
| ちやいんどたいむ | 毎週木曜日 | 10:00 ~ 12:00 | |


映画鑑賞会(申込不要)

「老後の資金がありません！」

しっかり貯金して老後の備えは万全だったはずが、突然金難がふりかかる!老後の生活への不安を、主人公とその家族の金難を通じて描く痛快&最高のお金のコメディ

2021年/日本/カラー/1時間55分

日時=4月16日(木)午後2時から
会場=中央図書館2階・視聴覚室
定員=160人



高齢者向け予防接種を実施しています!



肺炎球菌感染症予防接種

対象=市内に住所を有する方で、自らの意思で接種を希望し、接種日時で①または②に当てはまる方

① 65歳の方
② 60歳から64歳の方で、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能に障がいがあり日常生活がほとんど不可能な方(身体障害者手帳1級相当)

費用=7,600円
注意事項=4月から20価肺炎球菌ワクチンに変わります。過去に同じワクチンを接種したことがある場合は対象外です。
接種方法=電話または窓口で予約票の交付申請を行ってください。



带状疱疹予防接種

対象者へ予約票を郵送します。

対象=市内に住所を有する方で、自らの意思で接種を希望し、①または②に該当する方

① 令和9年3月31日時点で65・70・75・80・85・90・95・100歳の方
② 接種日時で60歳から64歳の方で、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能の障がいがあり日常生活がほとんど不可能な方(身体障害者手帳1級相当)

接種期限=令和9年3月31日
ワクチンの種類・回数・費用=①生ワクチン:1回・5,900円
②組換えワクチン:2回・15,600円(1回あたり)※接種期限までに2回接種してください。期限以降は全額自己負担となります
☎ 健康スポーツ課(57)2230



● 日曜・休日の救急当番医

☎ 平日:健康スポーツ課(57)2230、休日:消防本部(53)0119
緊急時などやむを得ない場合以外は、平日の診療時間内の受診にご協力ください。

| 期日 | 診療科目 | 診療時間 | 医療機関名 | 所在地 | 電話番号 |
|---------|--------|--------------|---------------|-----|----------|
| 5(日) | 内科・小児科 | 9:00 ~ 17:00 | 茂田医院 | 久保 | (52)0023 |
| 12(日) | | | 森広小児科クリニック | 西坂田 | (54)4662 |
| 19(日) | | | 青柳医院 | 奎師 | (54)8000 |
| 26(日) | | | あすなろクリニック | 久保 | (50)0100 |
| 29(水・祝) | 内科・小児科 | | かわなファミリークリニック | 奎師 | (32)1123 |

- ▼耳鼻咽喉科の休日当番医は、令和8年3月末で終了しました
- ▼当番医は変更になる場合があります。当日の朝刊も確認してください
- ▼当番医が専門外の場合、他の医療機関の受診をお願いすることがあります
- ▼当番医は諸事情により、急きょ休診になる場合があります

木更津市夜間急病診療所(木更津市中央1-5-18) ☎ 0438(25)6284
●診療科目:内科・小児科 ●診療時間:午後8時から11時

● 健康相談・健康教室 ☎ こども家庭センター(32)1352

| 区分 | 期日 | 時間 | 会場 | 対象 | 内容ほか |
|-------------|---------------------|-------------------------------|----------|--------------------------------|--|
| のびのび育児相談 | 28(火) | 9:30 ~ 11:00 13:30 ~ 15:00 | 保健福祉センター | 1か月健診受診後からおむね就園前のお子さんと保護者 | 身体測定、育児・栄養・歯科相談 持ち物=母子健康手帳、バスタオル |
| 歯とお食事の1歳児教室 | 28(火) ※前日までに要予約 | 9:45 ~ 10:15 (受付9:30 ~) | | 離乳食完了期の13カ月から18カ月ごろのお子さんがいる保護者 | のびのび育児相談の中での集団教室(30分程度の講話) |
| ハローベビー教室 | 19(日) ※7日前までに要予約 | 9:30 ~ 12:00 (受付9:15 ~) | | おすすめ:妊娠中期~後期の妊婦とご家族 | 育児実習を通して出産・産後の準備をします。 持ち物=母子健康手帳、筆記用具、バスタオル |
| ピカピカはみがき教室 | 21(火) ※前日までに要予約 | 10:00 ~ 12:00 (受付9:50 ~) | | 1歳6か月健診受診後から3歳未満のお子さんと保護者 | 歯科衛生士・管理栄養士の講話とはみがき実習 ※歯垢の染出しもできます |

自分のペースではじめる健康増進!気軽に身体を動かそう! ☎ 高齢者支援課(56)1458


☀ うんどう教室

| 期日 | 時間 | 会場 | 持ち物 | 備考 |
|-------------------------|---------------|----------|------------------------------------|---------------|
| 14(火) 21(火) 28(火) | 10:30 ~ 11:30 | 内みのわ運動公園 | ▼飲み物 ▼タオル ▼マスク ▼体温を記入したメモ | 雨天時は、室内で実施します |
| | 14:00 ~ 15:00 | 保健福祉センター | | |

対象=おおむね60歳以上の市民の方 ※予約不要

☀ きみつ健康体操

自治会館などの身近な集いで皆さんと交流しながら体操を行います。体操教室に関心のある方、参加を希望する方はお問い合わせください。



[中島中部Eサークル]