

9/30
まで

国保特定健康診査・ 後期高齢者健康診査を 受けましょう！



終了間際は大変混み合います。早めの受診を心がけましょう。

対象＝ 40 歳以上の国民健康保険、または後期高齢者医療制度に加入している方

受診期限＝ 9 月 30 日 (水)

注意事項＝

▼ 8 年度の集団健診 (国保特定健康診査) や短期人間ドックを受ける方は、受診できません

▼ 昭和 25 年 6 月から昭和 26 年 9 月生まれの方は 10 月に、昭和 26 年 10 月から昭和 27 年 1 月生まれの方は令和 9 年 2 月に健康診査を実施します。実施月の前月末頃に対象者へ受診券を送付します

☎ 国保年金課 ▼ 国保特定健康診査 ☎ (56) 1739

▼ 後期高齢者健康診査 ☎ (56) 1179

大腸がん検診を 受診しましょう！

検査内容＝便潜血反応検査

対象＝今年度中に 40 歳以上 (令和 9 年 3 月 31 日時点の年齢) になる市内在住の方

費用＝ 500 円 ※容器回収時に徴収します。お釣りの無いようにご用意ください

申込方法＝申込不要です。事前に検査容器



配布場所で容器を受け取り、都合の良い検診日に提出してください。

検査容器配布場所＝保健福祉センター、各市民センター、市内郵便局、乳がん検診や胃がん検診の会場

☎ 健康スポーツ課 ☎ (57) 2230

体組成測定会

注意事項：ペースメーカーなどを使用中的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

体重、体脂肪率、体の水分量、体脂肪率と筋肉量のバランスによる体型判定など、自身の体組成を測定します。

対象＝市内に住所を有する 6 歳以上の方

日時＝ 9 月 30 日 (水) 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・集団指導室
※事前申し込みが必要です
申込期限＝ 9 月 29 日 (火)
☎ 健康スポーツ課 ☎ (57) 2233

9 月は世界アルツハイマー月間です

認知症は、誰もがなり得る病気です。認知症への関心と理解を深めましょう。 ☎ 高齢者支援課 ☎ (56) 1732

認知症サポーター養成講座

認知症の方への対応方法や認知症がどういう病気などを学ぶ出前講座です。受講者には、認知症サポーターカードをお渡しします。おおむね 10 人以上のグループでお申し込みください。



認知症チェックサイト

認知症が心配になった時に状態をチェックすることができます。チェック後に相談先などが表示されます。



● 献血にご協力をお願いします！

☎ 健康スポーツ課 ☎ (57) 2230

期日	時間	会場	主催
9/3 (木)	10:00 ～ 11:45 13:00 ～ 16:00	保健福祉センター	君津商工会議所 女性会

期日	受付時間	会場
11/9 (月)	9:30 ～ 11:00	農村環境改善センター
11/13 (金)	10:30 ～ 11:30 13:30 ～ 14:30	保健福祉センター
11/14 (土)		
11/15 (日)		
11/16 (月)		
12/1 (火)	10:30 ～ 11:30	清和地域拠点複合施設
12/4 (金)		
12/5 (土)	10:00 ～ 10:45	松丘コミュニティセンター
12/8 (火)		
12/10 (木)		
12/14 (月)		

期日	受付時間	会場
12/15 (火)	10:30 ～ 11:30	保健福祉センター
1/5 (火)		
1/6 (水)		
1/7 (木)	10:00 ～ 10:45	周西公民館
1/9 (土)	10:30 ～ 11:30	保健福祉センター
1/19 (火)	10:00 ～ 10:45	小櫃公民館
1/20 (水)		周南公民館
1/21 (木)		市民体育館
2/1 (月)	10:30 ～ 11:30	小糸公民館
2/3 (水)		保健福祉センター
2/4 (木)		

● 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
6(日)	内科・小児科	9:00～17:00	吉田メディカルクリニック	久保	(29)7820
13(日)	内科		あすなろクリニック	久保	(50)0100
20(日)	内科・小児科		かなファミリークリニック	杵師	(32)1123
21(月・祝)	内科		小ぐれ医院	南子安	(55)6611
22(火・祝)			鈴木病院	上	(32)2013
23(水・祝)	内科・小児科		酒井医院	南子安	(52)2166
27(日)			青柳医院	杵師	(54)8000

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。また、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。

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 ※清和会場は、前日までに要予約	4 (金)	10:00 ～ 11:00	清和地域拠点複合施設	1 か月健診受診後からおおむね就学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 (2 歳未満)
	24 (木)	9:30 ～ 11:00 13:30 ～ 15:00	保健福祉センター	1 歳 6 か月児健診受診後から 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練習 ★歯垢の染出しやフッ素ジェルのお試しもできます！
ピカピカはみがき教室 ※前日までに要予約	30 (水)	10:00 ～ 12:00 (受付 9:50 ～)		おすすめ：妊娠中期から後期の妊婦とその家族	育児実習を通して出産・産後の準備 持ち物 ＝母子健康手帳、筆記用具、バスタオル
ハローベビー教室 ※ 7 日前までに要予約	8 (火)	9:30 ～ 12:00 (受付 9:15 ～)		妊婦とその家族	妊娠中の食事や歯の手入れ等についての講話 持ち物 ＝母子健康手帳、筆記用具、食事調査票 (希望者のみ)
	9 (水)	10:00 ～ 12:00 (受付 9:45 ～)			

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
1 (火) 8 (火) 29 (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	熱中症警戒アラート時・雨天時は、室内で実施します
	14:00～15:00	保健福祉センター		

地域指導員が、あなたの健康づくりをサポートします。(見学だけでも可) ※申し込み不要

対象＝おおむね 60 歳以上の市民の方



☀ 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。



【藤林自治会館】