

健診は健康づくりの 第一歩!!



神栖市では、令和4年度に筑波大学と協働で市民の1日あたりの推定食塩摂取量を測定しました。

■1日あたりの推定食塩摂取量

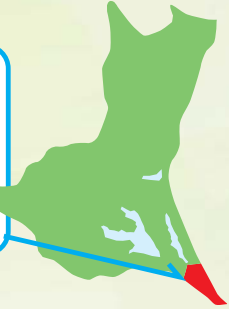
実施方法: 令和4年度の住民健診で尿中塩分濃度を測定
対象者: 住民健診の際に尿検査を実施した方(実施者数) 7,468人

性別	生活習慣病予防のための目標値 ※1	神栖市の推定食塩摂取量
成人男性	7.5g未満	平均10.7g
成人女性	6.5g未満	平均10.4g

※1 日本人の食事摂取基準2025年版

食塩の過剰摂取は、脳血管疾患や心疾患につながります。より一層の減塩・適正体重の維持・禁煙が重要です。病気のはじまりは、自覚症状がありません。**自らの健康状態を知るために、まずは年に1回、健康診断を受診しましょう。**

神栖市の平均寿命
男性(79.9歳)
県内ワースト4位
女性(86.5歳)
県内ワースト4位
出典: 令和2年国勢調査



神栖市民は
塩分過多

平成27年度住民健診を受診した神栖市民の推定食塩摂取量
男性11.2g
女性10.8g
令和4年度は少し減ってきていますが目標値まで食塩摂取量を減らしましょう!

健診の種類

問診、身体測定、診察、血圧、尿検査、血液検査

基本健診(生活習慣病予防健診・特定健診・高齢者健診)を集団健診で受診希望の方は住民健診または総合健診をご予約ください。(P5、P6参照) 年齢や加入している健康保険によって受けられる健診の種類が異なります。

16~39歳 会社等で受診機会のない方					
40~74歳 加入している健康保険によって異なります					
75歳以上 ※3					
健診種類	生活習慣病 予防健診	特定健診	特定健診	人間ドック等	高齢者健診
費用	無料		無料	各医療機関ごとに異なります	無料
持ち物	・保険証等 ※4 受付票は当日 発行します ※5	勤務先または 加入している 健康保険へ お問合せくだ さい。 ※2	・保険証等 ※4 ・特定健康診査 受付券	(事前申請時の持ち物) 保険証等 ※4	・保険証等 ※4 ・高齢者健診 受付票
受診方法	集団健診 のみ	集団健診 または 医療機関健診	集団健診 または 医療機関健診	指定医療機関にて受診 ※詳しい申請方法は13ページをご覧ください	集団健診のみ

※2 社会保険本人の方は、勤務先の基本健診を受けてください。社会保険被扶養者の方は、医療保険者から届く「特定健康診査受付券」が必要になります。受付券の「契約とりまとめ機関」の欄に「集合B」の記載があれば、市で行なう集団健診を受診できます。

※3 受診日当日の年齢。65~74歳までの一定の障害がある方で、後期高齢者医療制度に加入している方を含みます。

※4 保険証廃止以降は、資格確認書も可能です。

※5 令和7年度より、生活習慣病予防健診(16歳~39歳)、胸部レントゲン検査(65歳~74歳)の受付票は郵送しません。

がん検診・その他検診

対象年齢は、令和7年4月2日~令和8年4月1日の間に誕生日を迎えた年齢になります。

神栖市では、がん検診・その他検診は、加入する健康保険に関係なく対象年齢であれば受診することができます。

健診種類	対象	検査内容	受診方法	費用
肺がん・結核検診	16歳以上	胸部X線検査	住民健診 総合健診	無 料
喀痰検査 ※6	50歳以上で胸部X線検査を受けた方	喀痰細胞診検査		1,000円 (70歳以上は無料)
前立腺がん検診	50歳以上の男性	血液検査(PSA検査)		無 料
肝炎ウイルス検査	40歳以上 ※ただし過去に市で受診したことがない方 ※今まで検査・治療を受けたことがない方	血液検査(B型肝炎・C型肝炎)		
大腸がん検診	30歳以上	便潜血反応検査	住民健診 総合健診 集団検診	
胃がん検診	30歳以上	バリウムによる胃部X線撮影	総合健診 集団検診	
胃がんリスク検診 (ピロリ菌)	今年度中、41歳・46歳・51歳になる方 ※ただし胃がん検診(バリウム検査)を同日に 受診される方のみ ※すでに同様の検査を受けた方、除菌した方を 除く	血液検査	総合健診	500円 (70歳以上は無料)
骨粗しょう症検診	19歳以上の女性	骨密度検査	集団検診	
子宮がん検診	20歳以上の女性	子宮頸部の細胞診 ※医療機関検診において医師が認め た場合、子宮体がん検診を同時実施 する場合があります	集団検診 医療機関検診	
乳がん検診 ※詳細は乳がん検診 P9~10をご確認 ください	30歳~39歳の女性	超音波検査	集団検診	
	40歳~69歳の女性	超音波検査(40~56歳) マンモグラフィ検査(2年に1回)	集団検診 医療機関検診	無 料
	70歳以上の女性	マンモグラフィ検査(2年に1回)	集団検診	
歯周病検診	今年度中、20歳・30歳・40歳・50歳 60歳・70歳になる方	歯周病検診	歯科医療機関	500円 (70歳は無料)

※6 検診当日、会場にて確認します。該当の方には喀痰用容器を配布しますので、後日指定日に提出してください。

- 各検診ごとの受診の際の注意事項をご確認いただきお申し込みください。
- 自覚症状がある場合には、早めに医療機関を受診してください。
- 市の検(健)診は1人につき年度内1回となります。同じ検(健)診を重複して受診した場合、費用を返還していただく場合があります。
- 受診日現在、神栖市の住民(住民登録がある)に限り受診できます。転出後は受診できませんのでご注意ください。

各種検(健)診等 年間日程

4月	乳がん検診 子宮がん医療機関検診	(ウェブ)申込受付開始	1日(火)10:00～3日(木) 1日(火)10:00～令和8年1月30日(金)
		(ウェブ)総合健診申込受付開始	1日(火)10:00～3日(木)
	乳がん検診 子宮がん医療機関検診	(電話)申込受付開始	5日(土)9:00～(0299-92-0112) ※12日(土)、13日(日)除く
		(電話)総合健診申込受付開始	6日(日)9:00～(0299-92-0112) ※12日(土)、13日(日)除く
5月	乳がん検診	神栖市保健センター	8日(木)、10日(土)、13日(火)、20日(火)、26日(月)、28日(水)
		かみす防災アリーナ	15日(木)、16日(金)、21日(水)、22日(木)、23日(金)
		はさき保健・交流センター	9日(金)、19日(月)、27日(火)
		はさき生涯学習センター	14日(水)
		(ウェブ)住民健診申込受付期間	26日(月)10:00～6月9日(月)
6月		(電話)住民健診申込受付期間	2日(月)9:00～9日(月)(0570-077-150) ※8日(日)除く 11日(水)以降は健康増進課(0299-90-1331)
	住民健診	神栖市保健センター	18日(水)
		かみす防災アリーナ	19日(木)、20日(金)、25日(水)
		はさき保健・交流センター	30日(月)
	総合健診	神栖市保健センター	24日(火)
7月	住民健診	神栖市保健センター	8日(火)
		かみす防災アリーナ	9日(水)、10日(木)、11日(金)
		はさき保健・交流センター	1日(火)、14日(月)
	総合健診	神栖市保健センター	26日(土)
8月	住民健診	はさき保健・交流センター	3日(木)
		はさき生涯学習センター	30日(水)
		神栖市保健センター	4日(月)、5日(火)、7日(木)、18日(月)、19日(火)、 20日(水)、21日(木)、24日(日)、27日(水)
	総合健診	はさき保健・交流センター	1日(金)、25日(月)、26日(火)
9月	住民健診	はさき生涯学習センター	6日(水)
		神栖市保健センター	2日(土)、8日(金)
		神栖市保健センター	9日(火)、10日(水)、11日(木)
	総合健診	かみす防災アリーナ	18日(木)、19日(金)、26日(金)
10月	住民健診	はさき保健・交流センター	4日(木)、5日(金)、12日(金)
		はさき生涯学習センター	3日(水)
		神栖市保健センター	2日(火)
	総合健診	はさき保健・交流センター	8日(月)
11月	胃がん・大腸がん検診	(ウェブ)申込受付開始	9月26日(金)9:00～10月7日(火)
	子宮がん検診	(ウェブ)申込受付開始	9月26日(金)9:00～10月7日(火)
	骨粗しょう症検診	(ウェブ)申込受付開始	9月26日(金)9:00～10月7日(火)
	胃がん・大腸がん検診	(電話)申込受付開始	9月30日(火)9:00～10月7日(火)(0570-077-150) ※10月3日(金)～5日(日)は除く 9日(木)以降は健康増進課(0299-90-1331)
12月	子宮がん検診	神栖市保健センター	19日(水)、20日(木)、26日(水)
		かみす防災アリーナ	27日(木)、28日(金)
		神栖市保健センター	8日(月)、9日(火)、11日(木)、21日(日)、22日(月)
	骨粗しょう症検診	はさき保健・交流センター	5日(金)、23日(火)
令和8年1月	胃がん・大腸がん検診	はさき生涯学習センター	10日(水)
		神栖市保健センター	8日(月)、9日(火)、21日(日)、22日(月)
		はさき保健・交流センター	4日(木)、5日(金)、23日(火)
	大腸がん検診	はさき生涯学習センター	10日(水)
令和8年2月	大腸がん検診	神栖市保健センター	21日(水)
		はさき保健・交流センター	

※ 検(健)診の日程を変更又は中止する場合は市ホームページ等でお知らせします
※ 令和7年度はうずもコミュニティセンター、若松公民館での各種検(健)診は、実施しません
※ 神栖市保健センターの赤字日程は、保健・福祉会館本館側(2階)で実施します

申込から受診までの流れ

検(健)診を受診希望の方は、必ずご予約をお願いします。詳しい予約方法は、各検(健)診のページをご覧ください。

がん検診など

ウェブまたは電話で申込

◆乳がん検診(P9～10)、子宮がん医療機関検診(P12)
ウェブ申込 4月1日(火)10:00～4月3日(木)
電話申込 4月5日(土)9:00～

◆総合健診(P5)
ウェブ申込 4月1日(火)10:00～4月3日(木)
電話申込 4月6日(日)9:00～

検診申込受付センター
TEL 0299-92-0112 受付時間 午前9:00～午後4:30

◆子宮がん集団検診(P11)、骨粗しょう症検診(P11)
ウェブ申込 9月26日(金)9:00～10月7日(火)
電話申込 9月30日(火)9:00～

◆胃(P8)、大腸がん検診(P8)
ウェブ申込 9月26日(金)9:00～10月7日(火)
電話申込 9月30日(火)9:00～

◆乳・子宮がん 集団検診、
胃・大腸がん、骨粗しょう症検診、
総合健診 ウェブ申込2次元コード



◆乳・子宮がん 医療機関検診
ウェブ申込2次元コード



茨城県総合健診協会健診予約センター
TEL 0570-077-150 受付時間 午前9:00～午後5:00

申込み開始日は電話が集中し、つながりにくくなります。予めご了承ください。
上記申込期間後は健康増進課(0299-90-1331)・はさき保健・交流センター
(0479-21-5132)で受付を行います。各検(健)診の詳細は、各ページをご確認ください。

申込終了後、検診票等を自宅に郵送します。

集団検(健)診

- 検診票 (乳がん・子宮がん・胃がん・大腸がん・骨粗しょう症)
- 検診票(乳がん・子宮がん)
- 受付票(総合健診)
- 受診できる医療機関の詳細情報
- 検査キット(大腸がん・総合健診)
- ※ お手元に検診票が届かない場合は、受診前に健康増進課までお問合せください

医療機関検診

受診 ★どの検(健)診も受診できるのは年度内に1回です

検(健)診結果は受診後およそ40日で郵送します。

※ 精密検査が必要になった場合は必ず病院で詳しい検査を受けてください

※ 検(健)診の日程を変更又は中止する場合は市ホームページ等でお知らせします
※ 受診日現在、神栖市の住民(住民登録がある)に限り受診できます。転出後は受診できませんのでご注意ください

ウェブ予約について

対象の検(健)診:住民健診・総合健診・胃がん検診・大腸がん検診・乳がん(集団検診)
子宮がん(集団検診)・骨粗しょう症検診

予約期間中は24時間いつでも予約が可能です。検診の予約には利用者登録が必要になりますので、事前に登録を済ませておくスムーズに予約ができます。ぜひご利用ください。

ウェブ予約に関する詳しい操作方法是、右の2次元コードからご確認ください。



住民健診

5月下旬頃に対象者へ
受診券を郵送します。

ウェブまたは電話で申込

健診日程▶3ページ参照
健診内容▶6～7ページ参照

ウェブ受付期間

5月26日(月)10:00～
～6月9日(月)



電話受付期間

6月2日(月)
～6月9日(月) ※8日(日)を除く

茨城県総合健診協会
健診予約センター

TEL 0570-077-150

受付時間
午前9:00～午後5:00

6月11日(水)以降は
健康増進課
(0299-90-1331)
はさき保健・交流センター
(0479-21-5132)で受付を行います。

◎40歳から74歳までの神栖市国民健康保険加入の方は、医療機関健診も選択できます。詳細は5月下旬に郵送される受診券をご確認ください。
◎集団健診受付は市からの健診受付票や受診券が届く前でも申込み可能です。
◎令和7年度より、生活習慣病予防健診(16歳～39歳)、胸部レントゲン検査(65歳～74歳)の受付票は郵送しません。

市の健診には、**総合健診**と**住民健診**の2種類があります。
胃がん検診を希望しない方は**住民健診**を受診してください。

※ 社会保険本人の方は、市の基本健診は受診できません

総合健診は、**基本健診と胃がん検診と大腸がん検診の3つ全てを必ず受診**していただく健診になります。胃がん検診の受診については、8ページの受診の際の注意点を必ずご確認ください。

基本健診とは…問診・血圧測定・身体測定(身長・体重・BMI・腹囲)、尿検査(尿蛋白・尿糖・尿潜血)、血液検査(脂質・肝機能・腎機能・血糖)

※ 基本健診を受診される方は、心電図、貧血検査、眼底検査が受診できます。神栖市国民健康保険に加入している特定健診の方は、心電図、眼底検査が無料です
生活習慣病予防健診、高齢者健診、社会保険被扶養者の方は別途費用がかかります
心電図：1,650円、貧血検査：330円、眼底検査：1,650円、3項目をすべて受診する場合：2,500円

対象者

以下の2つ全てが該当する方

- ① 30歳以上(平成8年4月1日以前に生まれた方)
- ② 基本健診と胃がん検診と大腸がん検診の**3つ全て**を必ず受ける方

健診日程

6ページの健診日程カレンダーをご覧ください

受付時間

- ① 午前8:00～8:20
- ② 午前8:30～8:50
- ③ 午前9:00～9:20
- ④ 午前9:30～9:50
- ⑤ 午前10:00～10:20
- ⑥ 午前10:30～10:50
- ⑦ 午前11:00～11:20

予約方法

- ウェブによる予約……………

令和7年4月1日(火) 午前10時～4月3日(木)

※ 右記のURLまたは2次元コードよりお申し込みください <http://www.kenko-link.org/>
※ 詳しいウェブによる予約方法は4ページをご覧ください

- 電話による予約……………

令和7年4月6日(日)～4月16日(水) ※ 12日(土)、13日(日)を除く

検診申込受付センター TEL 0299-92-0112 【受付時間】午前9:00～午後4:30

※ 申込み開始日は電話が集中し、つながりにくなります。予めご了承ください

令和7年4月17日(木)～定員に達するまで ※ 土日・祝日を除く

健康増進課 TEL 0299-90-1331 はさき保健・交流センター TEL 0479-21-5132

※ ご予約いただいた方には、健診日の約2週間前に総合健診受付票と大腸がん検査キットが郵送されます

胃がんリスク検診(ピロリ菌)

対象者

今年度中、41歳・46歳・51歳になる方 (保険種類は問いません)

41歳…… (昭和59年4月2日～昭和60年4月1日生まれ)

46歳…… (昭和54年4月2日～昭和55年4月1日生まれ)

51歳…… (昭和49年4月2日～昭和50年4月1日生まれ)

※すでに同様の検査を受けた方や、除菌した方を除く

※ 社会保険本人の方は、基本健診は受診できません

注意!! 胃がん検診(バリウム検査)を同日に受けられない方はこの検査を受けられません。

胃がんリスク検診を希望する方は、
総合健診をお申込みください。



40～74歳
社会保険被扶養者の方
特定健康診査受診券が
受診当日にないと受けられ
ません。

※ P1「健診の種類」の※2を参照



住民健診

予約制

※ 住民健診の検査項目については、
P5「基本健診とは」をご参照ください



尿検査の方法が変わります

検査当日、自宅で指定容器(尿検査キット)に尿を採り、健診会場で提出してください。(尿検査キットは、事前に設置場所ですりてください。)当日採取した尿であれば、早朝尿でなくても検査可能です。※ 詳細は尿検査キット内「採取方法と注意」をご参照ください

設置場所

神栖市保健センター、はさき保健・交流センター、神栖市役所、波崎総合支所、若松公民館、うずもコミュニティセンター、かみす防災アリーナ、はさき生涯学習センター

設置期間

令和7年6月3日(火)～9月26日(金)

《尿検査キットの入手が困難な方》
健診会場で採尿が可能です。

健診日程カレンダー

※ 神栖市保健…神栖市保健センター、アリーナ…かみす防災アリーナ、はさき交流…はさき保健・交流センター、はさき生涯…はさき生涯学習センター

6月							7月						
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7			1 住民健診 (はさき交流)	2	3 総合健診 (はさき交流)	4	5
8	9	10	11	12	13	14	6	7	8 住民健診 (神栖市保健)	9 住民健診 (アリーナ)	10 住民健診 (アリーナ)	11 住民健診 (アリーナ)	12
15	16	17	18 住民健診 (神栖市保健)	19 住民健診 (アリーナ)	20 住民健診 (アリーナ)	21	13	14 住民健診 (はさき交流)	15	16	17	18	19
22	23	24 総合健診 (神栖市保健)	25 住民健診 (アリーナ)	26	27	28	20	21	22	23	24	25	26 総合健診 (神栖市保健)
29	30 住民健診 (はさき交流)						27	28	29	30 総合健診 (はさき生涯)	31		

8月							9月						
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
					1 住民健診 (はさき交流)	2 総合健診 (神栖市保健)		1	2 総合健診 (神栖市保健)	3 住民健診 (はさき生涯)	4 住民健診 (はさき交流)	5 住民健診 (はさき交流)	6
3	4 住民健診 (神栖市保健)	5 住民健診 (神栖市保健)	6 住民健診 (はさき生涯)	7 住民健診 (神栖市保健)	8 総合健診 (神栖市保健)	9	7	8 総合健診 (はさき交流)	9 住民健診 (神栖市保健)	10 住民健診 (神栖市保健)	11 住民健診 (神栖市保健)	12 住民健診 (はさき交流)	13
10	11	12	13	14	15	16	14	15	16	17	18 住民健診 (アリーナ)	19 住民健診 (アリーナ)	20
17	18 住民健診 (神栖市保健)	19 住民健診 (神栖市保健)	20 住民健診 (神栖市保健)	21 住民健診 (神栖市保健)	22	23	21	22	23	24	25	26 住民健診 (アリーナ)	27
24 住民健診 (神栖市保健)	25 住民健診 (はさき交流)	26 住民健診 (はさき交流)	27 住民健診 (神栖市保健)	28	29	30	28	29	30				

※ 神栖市保健センターの赤字日程は、保健・福祉会館本館側(2階)で実施します

受付時間

- ① 午前 9:30～ 9:50
- ② 午前10:00～10:20
- ③ 午前10:30～10:50
- ④ 午前11:00～11:20
- ⑤ 午後 1:15～ 1:35
- ⑥ 午後 1:45～ 2:05
- ⑦ 午後2:15～2:35

予約方法

- ウェブによる予約……………

令和7年5月26日(月) 午前10時～6月9日(月)

※ 右記のURLまたは2次元コードよりお申し込みください <http://www.kenko-link.org/>
※ 詳しいウェブによる予約方法は4ページをご覧ください

- 電話による予約……………

令和7年6月2日(月)～6月9日(月) ※ 8日(日)を除く

茨城県総合健診協会 健診予約センター TEL 0570-077-150 【受付時間】午前9:00～午後5:00

※ 申込み開始日は電話が集中し、つながりにくなります。予めご了承ください

令和7年6月11日(水)～定員に達するまで ※ 6月10日(火)は申込受付できません。ご了承ください

健康増進課 TEL 0299-90-1331 はさき保健・交流センター TEL 0479-21-5132

● 健診会場では他にも受けられる検診があります。詳しくは7ページをご覧ください。

住民健診・総合健診で同日に受けられるもの 予約制

受診を希望される方は、まずは住民健診または総合健診をご予約ください。

肺がん検診・結核検診

検査費用 **0** 円

対象者

16歳以上(平成22年4月1日以前に生まれた方)

40歳以上の方は肺がん検診として、それ以外の年齢の方は結核検診として胸部レントゲン検査を実施しています。なお、この検査では肺の病気以外にも循環器疾患などの病気が発見される可能性もあります。

※ 50歳以上で胸部レントゲン検査を受けた方は「喀痰検査」も受診できます 検査費用1,000円(70歳以上は無料)



受診時の注意事項 ●ボタン・ホック・プリントのない無地のTシャツを着用してください。

大腸がん検診 注意!! 住民健診・総合健診日程では大腸がん検診だけの受診はできません

検査費用 **0** 円

対象者

30歳以上(平成8年4月1日以前に生まれた方)

指定容器(検査キット)に便を採り、検診会場で提出します。

検査キットの入手方法

設置場所で入手してください。

○設置場所: 神栖市保健センター、はさき保健・交流センター、神栖市役所、波崎総合支所、若松公民館、うずもコミュニティセンター、かみす防災アリーナ、はさき生涯学習センター

○設置期間: 令和7年6月3日(火)～9月26日(金)

前立腺がん検診

検査費用 **0** 円

対象者

50歳以上の男性(昭和51年4月1日以前に生まれた方)

前立腺がんは発症初期では自覚症状がほとんどなく自己発見が難しいものです。なお、検査では「前立腺肥大症」「前立腺炎」など、前立腺がん以外の病気が発見される可能性もあります。(※医療機関で治療中や経過観察中の方は受診できません。)

肝炎ウイルス検査

検査費用 **0** 円

対象者

40歳以上(昭和61年4月1日以前に生まれた方)

※過去に市や医療機関で肝炎ウイルス検査を受けたことがない方

肝炎ウイルスのうちB型肝炎・C型肝炎の検査ができます。肝炎ウイルスは本人の自覚のないまま感染していることがあります。感染を早期発見し、肝硬変や肝臓がんなどの発生を予防することを目的としています。



胃がん



大腸がん検診

予約制

市の施設で行なう集団検診です。

胃がん検診は、検診受付の10時間前までに食事を済ませ(水は受付2時間前なら可)、当日はバリウムを飲み、X線撮影で写真を8枚とります。

大腸がん検診は、指定容器(検査キット)に便を採り、検診会場で提出します。

検査費用 **0** 円

対象者

30歳以上(平成8年4月1日以前に生まれた方)

検査部位の病気で治療中または経過観察中の方、自覚症状のある方は検診ではなく直接医療機関を受診してください。

胃がん検診



予約前に確認(主なもの)

①～⑧に該当の方は
集団検診を受診できません

- ① 1年以内に手術歴のある方(腕・足・帝王切開を含む全身)
- ② 胃をすべて切除した方、胃や腸の病気で治療中・経過観察中の方
- ③ 腸を切除した方(一部分も含む)
- ④ 腸閉塞、腸捻転、大腸憩室炎等の既往がある方
- ⑤ 開腹手術あるいは腹腔鏡手術を合計3回以上している方(帝王切開も含む)
- ⑥ 透析中、心不全、慢性腎疾患で水分制限がある方
- ⑦ 当日の血圧が上180mmHg以上または下110mmHg以上の方
- ⑧ 2か月以内に大腸ポリープを内視鏡で切除している方



検診日程

日	月	火	水	木	金	土
	12/1	2	3	4	5 胃・大腸がん検診 (はさき保健・交流センター)	6
7	8 胃・大腸がん検診 (神栖市保健センター)	9 胃・大腸がん検診 (神栖市保健センター)	10 胃・大腸がん検診 (はさき生涯学習センター)	11 胃・大腸がん検診 (神栖市保健センター)	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21 胃・大腸がん検診 (神栖市保健センター)	22 胃・大腸がん検診 (神栖市保健センター)	23 胃・大腸がん検診 (はさき保健・交流センター)	24	25	26	27

大腸がん検診は令和8年1月21日(水)も神栖市保健センターとはさき保健・交流センターで実施します。

受付時間

胃がん・大腸がん検診

- ① 午前 8:00～ 8:20
- ② 午前 8:30～ 8:50
- ③ 午前 9:00～ 9:20
- ④ 午前 9:30～ 9:50
- ⑤ 午前10:00～10:20
- ⑥ 午前10:30～10:50

※ 受付後、検査終了まで2時間程度かかる場合があります

※ 受付時間内にお越しください

大腸がん検診のみ

午前 9:30～10:30

※ 受付時間内にお越しください

予約方法

胃がん・大腸がん検診

- ウェブによる予約.....

令和7年9月26日(金) 午前9時～10月7日(火)

※ 右記のURLまたは2次元コードよりお申し込みください <http://www.kenko-link.org/>

※ 詳しいウェブによる予約方法は4ページをご覧ください



- 電話による予約.....

令和7年9月30日(火)～10月7日(火)

茨城県総合健診協会健診予約センター

TEL 0570-077-150 [受付時間]午前9:00～午後5:00

※ 申込み開始日は電話が集中し、つながりにくくなります。予めご了承ください

※ 10月3日(金)～10月5日(日)、8日(水)は申込受付できません。ご了承ください

令和7年10月9日(木)～ 定員に達するまで ※ 土日・祝日・年末年始は除く

健康増進課 TEL 0299-90-1331 はさき保健・交流センター TEL 0479-21-5132

※ ご予約をいただいた方には、令和7年11月中旬に検診票と大腸がん検査キットが郵送されます

大腸がん検診のみ

大腸がん検診は令和8年1月21日(水)も神栖市保健センターとはさき保健・交流センターで実施します。

令和7年10月9日(木)～12月19日(金) ※ 土日・祝日・年末年始は除く

健康増進課 TEL 0299-90-1331 はさき保健・交流センター TEL 0479-21-5132

※ ご予約をいただいた方には、大腸がん検診票と大腸がん検査キットが郵送されます



乳がん検診

予約制

受診は市の施設で行なう **集団検診** か、病院で行なう **医療機関検診** のいずれか1回のみです。

対象者

30歳以上の女性(平成8年4月1日以前に生まれた方)

◆対象年齢と検査区分 ※ ○印が受診可能な項目です

30歳代、70歳以上、令和6年度にマンモグラフィ検査を受診した40～56歳の方は集団検診をお申込ください。

	集団検診					医療機関検診		
	超音波	マンモ1方向	マンモ2方向	超音波とマンモ1方向	超音波とマンモ2方向	視触診と超音波とマンモ2方向	超音波とマンモ2方向	マンモ2方向
30～39歳	○	—	—	—	—	—	—	—
40～49歳	○	—	○	—	○	○	○	○
50～56歳	○	○	—	○	—	○	○	○
57～69歳	—	○	—	—	—	—	—	○
70歳以上	—	○	—	—	—	—	—	—

毎年受診可
超音波検査
(30歳～56歳)

ベッドに仰向けの状態に温かいゼリー状液をぬり超音波を当てます。痛みも無く、約15分で終了します。また放射線を使用しないため被曝の心配がありません。

2年に1度
マンモグラフィ検査
(40歳～)

アクリル板で乳房を片方ずつ挟み、できるだけ平らに押した状態でX線撮影をします。個人差もありますが、多少痛みを伴う場合があります。若年齢では乳腺の発達により正しい画像判断ができないため**40歳以上を対象**としています。

視触診検査
(40歳～69歳)

乳腺専門医や外科医が、乳房の大きさや形、乳頭の位置、しこりの有無などを確認します。

以下の方は集団検診・医療機関検診ともに受診できません。

- ① 妊娠中・授乳中・母乳をあげなくなってから6か月以内の方
 - ② 豊胸手術(シリコンやヒアルロン酸の注入等)を受けたことがある方
 - ③ ペースメーカーまたはICD(植込み型除細動器)を使用している方
 - ④ カテーテルやV-Pシャント(脳室・腹腔連絡術)、CVポートを挿入されている方
 - ⑤ 現在治療中の方(乳腺など)
 - ⑥ しこり等自覚症状のある方
- 市の検診を受けずに、医療機関で診察を受けてください。診察は通常の保険診療となります。

乳房の手術歴がある方は、申込期間前に健康増進課へお問合せください。



乳がんは、「見る」「さわる」などといったことで、**自分でも見つけることが可能です**。月経終了後1週間以内(閉経後の方は毎月一定の日)に行ないましょう。月1回の自己触診で気になることがあったら医療機関を受診してください。

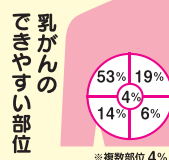
見る

乳房に、くぼみ・ひきつれはありませんか？
また、乳首に湿疹やへこみはありませんか？



さわる

胸を張りさわる側の腕を軽く曲げ、反対側の手で小さな「の」の字を重ねるように。乳房や脇の下に、しこりはありませんか？



集団検診

を希望する方

検査費用 **0円**

●定員になり次第締め切りとなります。予約日の変更はご遠慮ください。

予約方法

●ウェブによる予約.....

令和7年4月1日(火) 午前10時～4月3日(木)

※ 右記のURLまたは2次元コードよりお申し込みください <http://www.kenko-link.org/>
※ 詳しいウェブによる予約方法は4ページをご覧ください



●電話による予約.....

令和7年4月5日(土)～4月16日(水)

※ 4月6日(日)は受付しますが、12日(土)、13日(日)の受付はありません

検診申込受付センター TEL 0299-92-0112 【受付時間】午前9:00～午後4:30

※ 申込み開始日は電話が集中し、つながりにくくなります。予めご了承ください



集団検診の検査技師は
全員女性です!

検診日程

【受付時間】※ 受付時間内におこしください

各会場共通で ①午前9:45～10:00 ②午前10:45～11:00 ③午後1:15～1:30 ④午後2:15～2:30

日	月	火	水	木	金	土
				5/1	2	3
4	5	6	7	8 乳がん検診 (神栖市保健センター)	9 乳がん検診 (はさき保健・交流センター)	10 乳がん検診 (神栖市保健センター)
11	12	13 乳がん検診 (神栖市保健センター)	14 乳がん検診 (はさき生涯学習センター)	15 AM 乳がん検診 (かみす防災アリーナ)	16 乳がん検診 (かみす防災アリーナ)	17
18	19 乳がん検診 (はさき保健・交流センター)	20 AM 乳がん検診 (神栖市保健センター)	21 乳がん検診 (かみす防災アリーナ)	22 乳がん検診 (かみす防災アリーナ)	23 乳がん検診 (かみす防災アリーナ)	24
25	26 乳がん検診 (神栖市保健センター)	27 乳がん検診 (はさき保健・交流センター)	28 乳がん検診 (神栖市保健センター)	29	30	31

無料託児



5月15日(木)AM、5月20日(火)AMは無料託児があります。
ご希望の方は申込時にお問合せください。
ウェブで申込の方で託児利用をご希望の方は健康増進課までご連絡ください。

医療機関検診

を希望する方

検査費用 **0円**

- 検査内容はマンモグラフィです。年齢や医療機関によっては超音波、視触診が一緒に受けられる場合があります。
- 超音波のみ、視触診検査のみを受けることはできません。

申込期間

●ウェブによる予約.....

令和7年4月1日(火) 午前10時
～令和8年1月30日(金)



●電話による予約.....

令和7年4月5日(土)～4月16日(水)

※ 4月6日(日)は受付しますが、12日(土)、13日(日)の受付はありません

検診申込受付センター TEL 0299-92-0112 【受付時間】午前9:00～午後4:30

※ 申込み開始日は電話が集中し、つながりにくくなります。予めご了承ください

令和7年4月17日(木)～令和8年1月30日(金) ※ 土日・祝日・年末年始は除く
健康増進課 TEL 0299-90-1331 はさき保健・交流センター TEL 0479-21-5132

検診期間

令和7年5月1日(木)～令和8年2月28日(土)

◆受診できる医療機関

	医療機関名	検査項目		医療機関名	検査項目
神栖市内	神栖済生会病院	マンモグラフィ・超音波	銚子市内	小山記念病院	マンモグラフィ・超音波
	東部地区健康管理クリニック	マンモグラフィ・超音波		島田総合病院	マンモグラフィ・超音波
	白十字総合病院	マンモグラフィ・超音波		銚子市立病院	マンモグラフィ・超音波・視触診

※ 受診できる曜日・時間帯については、検診票と一緒に送付される医療機関一覧をご確認ください

※ 上記以外の県内医療機関を希望される方は健康増進課までご連絡ください



子宮がん検診

予約制

子宮頸部の細胞を採取する検査です。受診は市の施設で行なう **集団検診** か、
病院で行なう **医療機関検診** のいずれか1回のみです。子宮体がん検診は、**医療機関検診** のみです。

集団検診を希望する方

対象者 20歳以上の女性(平成18年4月1日以前に生まれた方)

予約方法

- **ウェブによる予約**.....
令和7年9月26日(金) 午前9時 ~ 10月7日(火)
※ 右記のURLまたは2次元コードよりお申し込みください <http://www.kenko-link.org/>
※ 詳しいウェブによる予約方法は4ページをご覧ください
- **電話による予約**.....
令和7年9月30日(火) ~ 10月7日(火)
茨城県総合健診協会健診予約センター TEL 0570-077-150 【受付時間】午前9:00~午後5:00
※ 申込み開始日は電話が集中し、つながりにくなります。予めご了承ください ※ 10月3日(金)~5日(日)、8日(水)は申込受付できません。ご了承ください



検診日程

【受付時間】 ※受付時間内におこしください
各会場共通で午後0:45~午後1:20 検査は午後1:40~2:30を予定しています。
11月19日(水)、11月26日(水)は、受付時間 午前9:30~10:00(検査は午前10:30~11:20)もあります。

日	月	火	水	木	金	土
11/16	17	18	19 子宮がん検診 骨粗しょう症検診 (神栖市保健センター)	20 PM 子宮がん検診 骨粗しょう症検診 (神栖市保健センター)	21	22
23	24	25	26 子宮がん検診 骨粗しょう症検診 (神栖市保健センター)	27 子宮がん検診 骨粗しょう症検診 (かみず防災アリーナ)	28 子宮がん検診 骨粗しょう症検診 (かみず防災アリーナ)	29
30	12/1	2	3	4 子宮がん検診 骨粗しょう症検診 (はさき保健・交流センター)	5 子宮がん検診 骨粗しょう症検診 (はさき保健・交流センター)	6
7	8 子宮がん検診 骨粗しょう症検診 (神栖市保健センター)	9 PM 子宮がん検診 骨粗しょう症検診 (神栖市保健センター)	10 子宮がん検診 骨粗しょう症検診 (はさき生涯学習センター)	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21 子宮がん検診 骨粗しょう症検診 (神栖市保健センター)	22 子宮がん検診 骨粗しょう症検診 (神栖市保健センター)	23 子宮がん検診 骨粗しょう症検診 (はさき保健・交流センター)	24	25	26	27

無料託児

11月20日(木)PM、12月9日(火)PMは無料託児があります。
ご希望の方は申込時にお問合せください。
ウェブで申込の方で託児利用をご希望の方は健康増進課までご連絡ください。

以下の方は子宮がん医療機関検診を受診してください。

- ① 1人での検診車・内診台への昇降が不安な方
- ② 性交渉の経験がない方
- ③ 出産経験がなく子宮がん検診を初めて受ける方
- ④ 過去6か月以内に不正性器出血があり、以下に該当する方(子宮体がんのリスクがある方)
 - ・年齢50歳以上の方
 - ・年齢35歳以上の妊娠経験がない方で月経不規則の方
 - ・閉経後の方

骨粗しょう症検診 予約制

子宮がん検診(集団検診)と同日に受診することができます。

- **対象者**: 19歳以上の女性 ● **検査費用**: 500円(70歳以上の方は無料) ● **検査内容**: 右足かかとの超音波検査
- **予約方法・検診日程**: 上記の子宮がん検診と同様
- **受付時間**: 午後2:00~2:30
※ 11月19日(水)・11月26日(水)は
午前10:40~11:10もあります



医療機関検診を希望する方

- 令和5・6年度に神栖市の子宮がん医療機関検診を受診し**精密検査が不要だった方**には、
申込がなくても4月下旬頃に郵送します。
- 検診内容は、子宮頸がん検査(子宮頸部の細胞を採取する検査)です。初診料や追加の
検査(膣洗浄・エコー検査等)については有料となります。
- 集団検診の検診票を使用して医療機関検診を受診することは出来ません。

**申込
期間**

● **ウェブによる予約**.....
令和7年4月1日(火) 午前10時
~ 令和8年1月30日(金)



● **電話による予約**.....
令和7年4月5日(土) ~ 4月16日(水)
※ 4月6日(日)は受付しますが、12日(土)、13日(日)の受付はありません
検診申込受付センター TEL 0299-92-0112 【受付時間】午前9:00~午後4:30
※ 申込み開始日は電話が集中し、つながりにくなります。予めご了承ください

令和7年4月17日(木) ~ 令和8年1月30日(金) ※ 土日・祝日・年末年始は除く
健康増進課 TEL 0299-90-1331 はさき保健・交流センター TEL 0479-21-5132

**検診
期間**

令和7年5月1日(木) ~ 令和8年2月28日(土)
※1月と2月は医療機関が大変混み合いますので、早めの受診(12月まで)をお勧めします 特に8月・9月が空いています!

◆受診できる医療機関

神栖市内	神栖済生会病院、東部地区健康管理クリニック、白十字総合病院
鹿嶋市内	鹿島病院、小山記念病院、葉山産婦人科
銚子市内	新生産婦人科、島田総合病院

受診できる曜日・時間帯については、検診票と一緒に送付される医療機関一覧をご覧ください。
※ 上記以外の県内医療機関を希望される方は健康増進課までご連絡ください

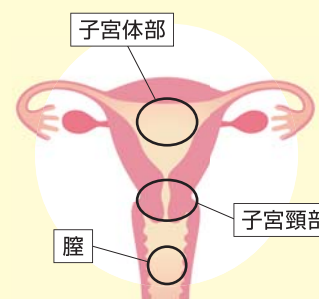
●子宮体がん検診について

問診の結果や医師が子宮体がんのリスクがあると判断した場合は、市の検診として子宮体がん検診を受診できる場合があります。リスクが無い場合は、市の検診としては子宮体がん検診を受診することはできませんので個人(自費扱い)で医療機関にご相談ください。

ワン
ポイント



子宮頸がんの原因は、性交渉によるヒトパピローマウイルス感染が最も多く、このウイルスはだれの皮膚にもいるものです。そのため他の性感染症と違って、避妊具を付けていても完全には防ぐことができません。
このがんは初期症状がほとんどなく、自覚症状がでる頃には、病状が進行していて子宮をすべて摘出することもあります。20歳になったら定期的に検診を受けましょう。





人間ドック 総合ドックの助成

問合せ先

健康増進課(国民健康保険の加入者)
TEL 0299-90-1331
国保年金課(後期高齢者医療制度の加入者)
TEL 0299-90-1143

神栖市では、神栖市国民健康保険に加入している方、茨城県後期高齢者医療制度に加入している方には市が委託する医療機関で人間ドック等にかかった健診費用の一部を助成しています。

事前に申請が必要ですので、希望される方は必ず保険証または資格確認書を持参し窓口にて申請してください。

対象者

- ◆国民健康保険の加入者(申請時に40～74歳)
- ◆後期高齢者医療制度の加入者

- ◎ 引き続き市内に1年以上住民票がある方
- ◎ 令和7年度内に市の住民健診や総合健診を受けていない方(申込を含む)
- ◎ 世帯全員が市税・神栖市国民健康保険税・後期高齢者医療保険料を完納している方

助成額

人間ドック **20,000円** 総合ドック **40,000円**

※ 人間ドックは毎年申請できますが、総合ドックは3年に1度の申請になります

申請方法

申請期間内に、以下の申請窓口事前に申請してください。

申請窓口

- ・健康増進課… 国民健康保険の加入者
- ・国保年金課… 後期高齢者医療制度の加入者
- ・市民生活課、はさき保健・交流センター… どちらも申請できます

※ 年度内に75歳になる方
74歳時点で申請し、ドック受診日に75歳に達する場合、保険証が変わるため決定通知書の差し替えが必要となります。



申請期間

令和7年4月15日(火)～
9月30日(火)

受診可能期間

交付決定後～
令和8年2月28日(土)

※ 自己負担額は委託医療機関によって異なります。健診料金から助成額を控除した額が委託医療機関より自己負担額として請求されます

国民健康保険の加入者

後期高齢者医療制度の加入者



歯周病検診

対象者

今年度中に
20・30・40・50・60・70歳になる方

検診期間

令和7年5月1日(木)～
令和8年2月28日(土)
※ 誕生日前でも受診していただけます

検診内容

- (1)問診 (2)口腔内検診
- (3)検診結果の判定 (4)歯科保健指導

検査費用

500円 ※ 70歳の方は無料
※ 検診結果に基づく治療を行う場合は、自己負担(保険診療)です

対象者には、4月下旬に受診券を発送予定です。受診券が届いたら、記載のある協力歯科医療機関へ電話予約をしてから受診しましょう。その際、受診券は忘れずにお持ちください。歯周病検診では治療やクリーニングは行ないません。検診の結果、治療が必要となった場合は、再度ご予約の上、後日別途保険診療となります。

健康増進事業

各事業との詳細は広報紙などでお知らせします

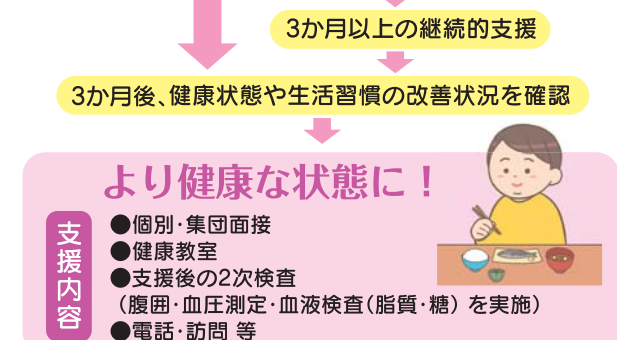
特定保健指導

特定保健指導とは

神栖市国保特定健康診査等を受診した結果、腹囲や血圧などからメタボリックシンドロームのリスクがあると判断された方に、保健師・管理栄養士が個別の改善計画を作成し、サポートします。

特定保健指導の内容

保健師・管理栄養士と面接(個別・集団)し、目標や支援計画を立てる



健康相談

保健師や管理栄養士による個別相談!

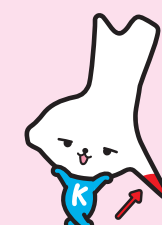
対象者 神栖市民の方

場所 健康増進課 または
はさき保健・交流センター
※随時実施・要事前連絡

地域での食育活動支援

地域食育サポーター

PTAやシニアクラブなどで、適塩や減塩についての講話や調理実習などを行います。気の合う仲間同士の集まりにもうかがえます。※随時開催・要事前申込み



運動習慣はありますか?
日々の生活の中にも意識的に運動を取り入れてみましょう。

重症化予防事業

健康診断の結果、生命に危険をおよぼす病気(脳・心臓・腎)になる危険性が高い方を対象に、重症化予防のために、保健師・管理栄養士が生活のサポート(電話・訪問等)をいたします。



健診結果説明会 予約制

医師が健診結果について解説したり、改善方法などをお話しします。保健師や管理栄養士による個別相談も可能です。

対象者 神栖市国保特定健康診査を受診した方
◎詳細は、健診の結果通知に案内を同封します。

フレイル予防教室 予約制

フレイルとは、健康な状態から要介護へ移行する中間の段階をいいます。若いうちから予防するための教室です。

対象者 おおむね64歳以下の方
◎詳細は、広報紙・チラシ・ホームページ等をご覧ください。

かみす健康マイレージ

5つの目標のうち、3つ以上達成して申し込むと抽選で景品をプレゼントします。

- 目標1 健康診断を受診する
- 目標2 がん検診を1つ以上受診する
- 目標3 歯の検診を受診する
- 目標4 健康づくりに関する事業などに1回以上参加する
- 目標5 個人の健康目標を立てて3か月以上取り組む

対象者 神栖市に住所を有する20歳以上の方(令和8年3月31日までに到達する年齢)
◎詳細は、広報紙・チラシ・ホームページ等をご覧ください。



母子保健事業

問合先

健康増進課 TEL 0299-90-1331

はさき保健・交流センター TEL 0479-21-5132

こども家庭センター TEL 0299-77-9288

神栖市では、これからお父さん、お母さんになる方が安心して赤ちゃんを迎えられるように妊娠・出産・育児に関するセミナーを行なっております。ぜひお気軽にご参加ください。

※ 定員になり次第受付終了となります。お早めにお申込みください

母子健康手帳の交付

※交付には1時間程度かかりますので
できるだけ電話予約をお願いします

予約優先

妊娠が分かったときに母子健康手帳の交付申請が必要となります。

妊産婦一般健康診査受診票及び新生児聴覚検査・1か月児一般健康診査受診票も合わせて交付します。

交付受付日時 月～金(年末年始、祝日を除く) 午前8:30～午後4:30

場 所 こども家庭センター、はさき保健・交流センター

持ち物 マイナンバーがわかるもの、本人確認ができる書類、
妊婦の金融機関の口座番号がわかるもの

※ 詳しくは、右の二次元コードから神栖市ホームページをご確認ください



マタニティセミナー

※前週の金曜日までにご予約ください

予約制

①妊娠・出産編 妊娠・出産についてグループワーク、助産師の話、妊婦体操

②産後・育児編 産後・育児についてグループワーク、保健師の話、だっこ、おむつ交換の練習

対象者 初妊婦(妊娠週数31週6日まで)
状況に応じて対応いたします。ご相談ください。

実施日 ① 妊娠・出産編 5月 8日(木)、8月21日(木)、11月13日(木)、2月19日(木)
② 産後・育児編 5月14日(水)、8月27日(水)、11月19日(水)、2月25日(水)

実施時間 ① 妊娠・出産編 午前 9:30～12:00
② 産後・育児編 午前10:00～11:30

会 場 神栖市保健センター

持ち物 母子健康手帳・筆記用具

※ ①妊娠・出産編に参加される方は、ヨガマット等の敷物を持参



ニューファミリーセミナー

※前週の金曜日までにご予約ください

予約制

育児に関するセミナー、沐浴の実習・妊婦体験

対象者 初めて赤ちゃんを迎えるご夫婦(妊娠週数35週6日まで)
状況に応じて対応いたします。ご相談ください。

実施日 5月17日(土)、8月30日(土)、11月22日(土)、2月28日(土)

実施時間 ① 午前9:15～10:15 ② 午前11:00～12:00

会 場 神栖市保健センター

持ち物 母子健康手帳・筆記用具



発育栄養相談

※前週の金曜日までにご予約ください

予約制

保健師・管理栄養士等による乳幼児の身体測定、発育発達、授乳・離乳食等 についての相談を行っています。

対象者 就学前の乳幼児と保護者

実施日 4月10日(木)、5月12日(月)、6月10日(火)、7月10日(木)、8月12日(火)、9月17日(水)、
10月14日(火)、11月11日(火)、12月 3日(水)、1月 6日(火)、2月10日(火)、3月10日(火)

実施時間 ① 午前9:30～ ② 午前10:00～ ③ 午前10:30～

会 場 神栖市保健センター 及び はさき保健・交流センター

持ち物 母子健康手帳・バスタオル



離乳食教室

※前週の金曜日までにご予約ください

予約制

離乳食初期の内容を中心に、作り方、進め方、与え方等について調理の実演を交えてお話しします。

対象者 4か月～6か月児の保護者 ※ 4か月児健診後から受付

実施日 5月14日(水)、7月 2日(水)、9月10日(水)、11月12日(水)、
1月14日(水)、3月11日(水)

実施時間 午前10:00～11:30

会 場 神栖市保健センター

持ち物 筆記用具・抱っこひも(お子さんも参加する場合)



発達相談

※相談日の2週間前までにご予約ください。また、事前に保健師との面接が必要です

予約制

公認心理師による子どもの発達・関わり方についての相談

対象者 1歳7か月児からの就学前の幼児と保護者

実施日 4月8日(火)、4月24日(木)、5月15日(木)、6月3日(火)、6月19日(木)、7月17日(木)、
8月5日(火)、8月21日(木)、9月18日(木)、10月7日(火)、10月23日(木)、11月20日(木)、
12月2日(火)、12月18日(木)、1月15日(木)、2月3日(火)、2月19日(木)、3月19日(木)

実施時間 ① 午前9:00～ ② 午前10:30～ ③ 午後1:00～ ④ 午後3:00～

会 場 神栖市保健センター



一般不妊治療費助成事業

保険適用外の不妊検査及び一般不妊治療費の一部を
助成します。

上限5万円

※ 対象要件があります



不育症治療費助成事業

2回以上の流産等により不育症と診断された方を対象に、経済的負担の軽減を目的に、不育症の検査及び治療費の一部を助成します。

1年度中1回で上限10万円

※ 対象要件があります



新生児聴覚検査・ 1か月児一般健康診査費用助成

出産後に医療機関で実施する
新生児聴覚検査(赤ちゃんの
耳の聞こえの検査)費用と
生後1か月頃に実施する1か
月児一般健康診査の費用の
一部を助成します。



未熟児養育医療給付制度

身体の発育が未熟なまま生まれ、指定医療機関において入院治療を受ける場合に、その治療に要する医療費を最長1歳まで公費により一部負担する制度です。



乳児家庭訪問事業

概ね生後2か月までの乳児がいる全ての家庭を保健師、助産師又は看護師が訪問することにより、赤ちゃんの体重測定や育児に関する様々な不安や悩みをお聞きし、予防接種など子育てに関する必要な情報提供を行います。



産後ケア事業

生後1年未満のお子さんとお母さんと、出産後、産後ケアを必要とする方を対象に医療機関や助産所などで母子の心身のケアや授乳指導・育児相談などが受けられる産後ケア事業を実施しています。





乳幼児健康診査

問合先
健康増進課
TEL 0299-90-1331
はさき保健・交流センター
TEL 0479-21-5132

乳幼児健康診査は、お子さんの成長発達を確認する大切な健診です。
神栖市では、4か月児健診・1歳6か月児健診・3歳児健診の集団健診を実施しています。

健診会場は、お住まいの**中学校区ごとに異なります。**

会 場	対象の中学校区
神栖市保健センター	神栖第一中学校～第四中学校・波崎第三中学校の中学校区の方
はさき保健・交流センター	波崎第一中学校・波崎第二中学校・波崎第四中学校の中学校区の方

◎ 対象者の方へは、**個別通知**にてお知らせします。
健診に来られる際には、案内をよくお読みになった上でお越しください。
※ 日程変更・会場変更のご希望等ありましたらお手数ですが、健康増進課までご連絡ください



4か月児健診（集団健診）

◎ 対象となるお子さんには、**3か月頃に個別で案内を郵送**します。

対象者	おおむね4か月～5か月まで	健診内容	計測・内科診察・保健指導
-----	---------------	------	--------------

会場	日 程	対 象
神栖市保健センター	令和7年 4月	3日(木)、22日(火) 令和6年12月生
	5月	1日(木)、27日(火) 令和7年 1月生
	6月	5日(木)、24日(火) 2月生
	7月	3日(木)、22日(火) 3月生
	8月	7日(木)、26日(火) 4月生
	9月	4日(木)、16日(火) 5月生
	10月	2日(木)、28日(火) 6月生
	11月	6日(木)、25日(火) 7月生
	12月	4日(木)、23日(火) 8月生
	令和8年 1月	8日(木)、27日(火) 9月生
	2月	5日(木)、24日(火) 10月生
	3月	5日(木)、24日(火) 11月生
会場	日 程	対 象
はさき保健・交流センター	令和7年 4月	23日(水) 令和6年12月生
	5月	21日(水) 令和7年 1月生
	6月	25日(水) 2月生
	7月	23日(水) 3月生
	8月	20日(水) 4月生
	9月	24日(水) 5月生
	10月	22日(水) 6月生
	11月	26日(水) 7月生
	12月	24日(水) 8月生
	令和8年 1月	21日(水) 9月生
	2月	25日(水) 10月生
	3月	25日(水) 11月生

4～7か月児と9～11か月児の個別健診を無料または一部自己負担で受診できる“乳児健康診査受診票綴り”については、4か月児健診(集団健診)の受付時に配布します。



4～7か月児健診（個別健診）

対象者 生後4か月～7か月まで
生後6か月から7か月までを目安に受診してください
※月齢を超えた場合は、受診票が利用できなくなります

健診内容 計測・内科診察

場 所 委託医療機関



9～11か月児健診（個別健診）

対象者 生後9か月～11か月まで
※月齢を超えた場合は、受診票が利用できなくなります

健診内容 計測・内科診察

場 所 委託医療機関



1歳6か月児健診（集団健診）

◎ 1歳7か月頃に受けていただきます。1か月前に個別で案内を郵送します。

対象者	1歳6か月～1歳11か月まで	健診内容	計測・歯科診察・内科診察・保健指導
-----	----------------	------	-------------------

会場	日 程	対 象
神栖市保健センター	令和7年 4月	4日(金)、18日(金) 令和5年 9月生
	5月	9日(金)、23日(金) 10月生
	6月	6日(金)、20日(金) 11月生
	7月	4日(金)、18日(金) 12月生
	8月	1日(金)、22日(金) 令和6年 1月生
	9月	5日(金)、19日(金) 2月生
	10月	3日(金)、17日(金)、31日(金) 3・4月生
	11月	14日(金)、28日(金) 4・5月生
	12月	12日(金)、26日(金) 5・6月生
	令和8年 1月	16日(金)、30日(金) 6・7月生
	2月	13日(金)、27日(金) 7・8月生
	3月	13日(金) 8月生
会場	日 程	対 象
はさき保健・交流センター	令和7年 4月	24日(木) 令和5年8・9月生
	6月	26日(木) 10・11月生
	8月	28日(木) 令和5年12月・令和6年1月生
	10月	23日(木) 2・3月生
	12月	25日(木) 4・5月生
	令和8年 2月	26日(木) 6・7月生

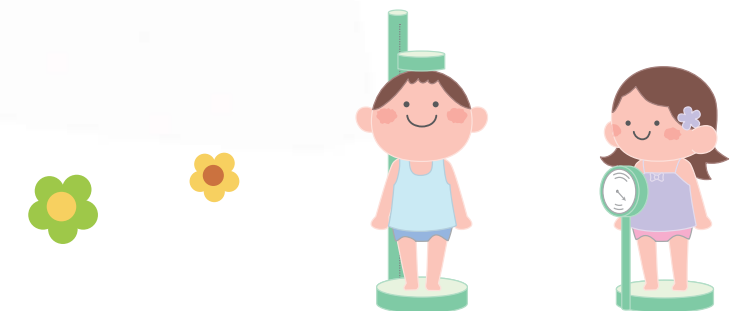


3歳児健診（集団健診）

◎ 3歳4か月頃に受けていただきます。1か月前に個別で案内を郵送します。

対象者	3歳0か月～3歳11か月まで	健診内容	計測・歯科診察・内科診察・保健指導・尿検査・視力検査
-----	----------------	------	----------------------------

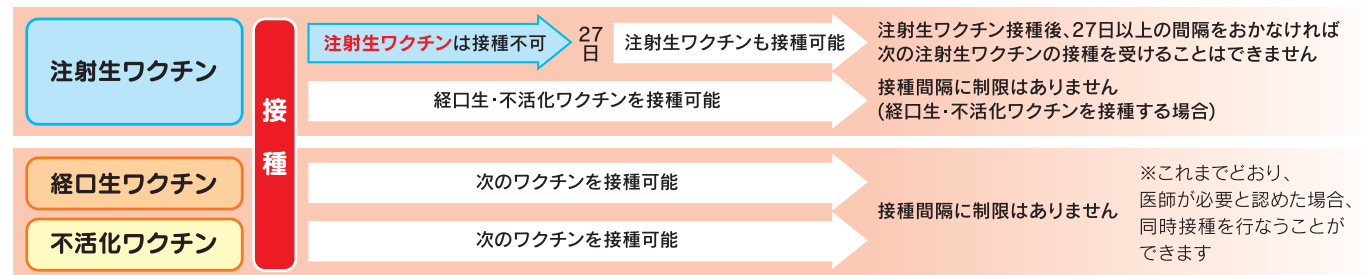
会場	日 程	対 象
神栖市保健センター	令和7年 4月	11日(金)、25日(金) 令和3年12月生
	5月	16日(金)、30日(金) 令和4年 1月生
	6月	13日(金)、27日(金) 2月生
	7月	11日(金)、25日(金) 3月生
	8月	8日(金)、29日(金) 4月生
	9月	12日(金)、26日(金) 5月生
	10月	10日(金)、24日(金) 6月生
	11月	7日(金)、21日(金) 7月生
	12月	5日(金)、19日(金) 8月生
	令和8年 1月	9日(金)、23日(金) 9月生
	2月	6日(金)、20日(金) 10月生
	3月	6日(金)、27日(金) 11月生
会場	日 程	対 象
はさき保健・交流センター	令和7年 5月	22日(木) 令和3年12月・令和4年1月生
	7月	24日(木) 2・3月生
	9月	25日(木) 4・5月生
	11月	27日(木) 6・7月生
	令和8年 1月	22日(木) 8・9月生
	3月	26日(木) 10・11月生



予防接種

問合先 保健予防課
TEL 0299-92-0141

小児予防接種の種類



予防接種名	対象者	標準的な接種年齢	接種回数	費用
ロタウイルス	1価 (ロタリックス)	生後6週～生後24週0日まで	8週～14週6日までに接種開始	2回
	5価 (ロタテック)	生後6週～生後32週0日まで		3回
B型肝炎	1歳未満	生後2か月～9か月未満	3回	
小児用肺炎球菌	生後2か月～5歳未満	生後2か月～7か月未満で開始	4回以内 ※1	
BCG	1歳未満	生後5か月～8か月未満	1回	
ジフテリア 百日咳 破傷風 ポリオ ヒブ	5種混合	生後2か月～7歳6か月未満	(初回) 生後2か月～7か月未満 (追加) 1歳	3回 1回
	2種混合	11歳～13歳未満	小学6年生	1回
麻しん風しん (MR)	(1期) 1歳～2歳未満	1歳～1歳3か月未満	1回	
	(2期) 就学前の1年間	小学校就学前の1年間(年長)	1回	
水痘	1歳～3歳未満	1歳～3歳未満	2回	
日本脳炎 ※2	(1期) 6か月～7歳6か月未満	3歳	2回	
	(2期) 9歳～13歳未満	4歳	1回	
子宮頸がん(HPV) ※3	小学6年生～高校1年生相当の年齢の女子	中学1年生	3回 ※4	
任意接種 おたふくかぜ	1歳～5歳未満	1歳～3歳未満	1回のみ助成	上限3,000円まで助成
任意接種 小児インフルエンザ	1歳～中学卒業時まで (ただし、今年度9月30日現在1歳に達している者)		対象期間内に2回まで助成 (助成は1歳～小学生は2回まで、 中学生は1回まで)	接種時期は 10月1日～翌年1月31日 上限2,000円まで助成

※1 接種を始めた月齢等により異なります
※2 平成17年4月2日～平成19年4月1日生まれの方は、20歳まで定期接種の対象になります(特例措置)
※3 平成9年4月2日～平成21年4月1日生まれの女子で、キャッチアップ期間中(令和7年3月31日まで)に1回以上接種している方は令和8年3月31日まで定期接種の対象になります
※4 ワクチンの種類、接種を始めた年齢等によって、接種回数が異なります

成人予防接種の種類

予防接種名	対象者	助成回数	費用
定期接種 高齢者肺炎球菌	● 本年度中に、65歳になる方(昭和35年4月2日～昭和36年4月1日生まれ)で一度も助成を受けたことのない方 ● 60～64歳の一部の方 ※5	生涯で1回のみ助成	上限3,000円まで助成
定期接種 高齢者インフルエンザ	● 接種時点で65歳以上の方 ● 60～64歳の一部の方 ※5	対象期間内に1回のみ助成	上限2,000円まで助成
定期接種 新型コロナ	● 接種時点で65歳以上の方 ● 60～64歳の一部の方 ※5	対象期間内に1回のみ助成	未定 (令和6年12月末時点)
任意接種 風しん	妊娠を希望する18歳以上の女性(妊娠中の方は対象外)	1回のみ助成	上限3,000円まで助成

※5 60～64歳で心臓・腎臓・呼吸器・免疫不全にかかる身体障害者手帳1級の認定を受けている方
※ 妊婦へのインフルエンザ接種費用の助成は、償還払いの申請により行なっています(上限2,000円)
※ 令和7年4月から、高齢者を対象に、帯状疱疹の予防接種が助成対象になる予定です。詳細は未定です(令和6年12月末時点)



緊急時の対応・連絡等

医療や健康のお悩みをお電話ください!

かみす健康ダイヤル24では、医師・保健師・看護師などが、医療機関の案内、病気やケガ、健康管理等に関するあらゆる相談にお答えします。

かみす健康ダイヤル24
☎0120-1331-69

24時間
年中無休

◎発信者番号は「通知設定」でおかけください。
◎つながらない場合は、はじめに「186」をつけて上記専用ダイヤル番号におかけください。
◎年齢や住所などをお聞きする場合がありますが、プライバシーは厳守されます。
◎ご利用者の状況または相談内容により、相談をお受けできない場合があります。

こんなとき
お気軽に
お電話
ください!

医療機関のご案内

- 夜間や休日の医療機関が知りたい
- 自宅から近い医療機関を教えてください

病気やケガ

- 急病時の対処方法が知りたい
- どの診療科に受診すべきかわからない

妊娠・出産・子育て

- 妊娠中の食事、生活、運動、病気、服薬、検査について知りたい
- 乳幼児の発育や育児疲れに悩んでいる

健康づくり・健康管理

- 健康の保持と増進のための食生活や運動が知りたい
- 健診の結果に気になるところがある

利用できる人

利用できるのは、**神栖市民に限り**ます。
※ 受付時にお住まいを伺いますのでご了承ください。プライバシーは厳守します

受付時間

24時間年中無休で受け付けています。

利用料

通話料・相談料ともに**無料**です。

その他の相談窓口						
	大人 (高校生以上)	子ども (中学生以下)	どんなとき	名 称	電話番号、QRコード	時 間
電話相談	—	○	いつでも 急病、ケガ、応急手当	茨城子ども救急電話相談	短縮ダイヤル #8000 または ☎050-5445-2856	24時間年中無休
	○	—	いつでも 急病、ケガ、応急手当	茨城おとな救急電話相談	短縮ダイヤル #7119 または ☎050-5445-2856	
	○	○	いつでも タバコ・洗剤等の誤飲、中毒	大阪中毒110番 つくば中毒110番 たばこ誤飲事故専用電話 (自動音声)	☎072-727-2499 ☎029-852-9999 ☎072-726-9922	
H P	—	○ (生後1か月～6歳)	受診が必要か、救急車を 呼ぶか迷ったとき	こどもの救急	日本小児科 学会 HP 	—
ア プ リ	○	○		Q助	 消防庁 HP	—
受 診 可 な 場 所	—	○	夜間 具合が悪く受診したいとき (急な発熱など軽症など)	夜間小児救急診療所 (鹿嶋市宮中1998-2)	☎0299-82-3817 ※受診前に電話連絡しましょう	毎日夜間 20:00～23:00 ※受付は22時45分まで

救急車を呼ぶべき主な症状

- 急に倒れた、意識がない
- 激しい頭痛、胸痛、腹痛など
- 交通事故による負傷
- 息苦しい、息をしていない
- けいれんが続く
- 広い範囲のやけど
- 脳卒中の疑い **F A S T**
- 心筋梗塞の疑い

Face か お …片顔が下がる、ゆがむ
Arm う で …片腕に力が入らない
Speech ことば …ろれつがまわらない、言葉が出ない
Time じかん …上の3つのうち1つでも症状が出たら
すぐ119番を！発症時刻も伝えましょう

・手で胸を押さえたくなるような胸の圧迫感がある
・胸のほか、首、のど、あごまでに圧迫感がある

市内医療機関一覧表

令和6年12月の情報による



医療機関名	地区名	診療取扱科目	電話番号	月	火	水	木	金	土	日	祝
あきら医院	大野原	内・小・胃腸内科・ 心内(18歳以下高校生まで)	0299-92-7081	●	●	AM	—	●	AM	—	—
いきすの森クリニック	息栖	整形外科・内(平日AM、PMは 15時まで、土曜休診)	0299-95-6880	●	●	●	—	●	AM	—	—
小田医院	波崎	内・消化器・小・放射線	0479-44-0450	●	●	●	●	●	●	—	—
かしまなだ診療所	知手中央	内・神内・消内・小児科	0299-96-5111	●	●	●	—	●	第2・3・4 PM	—	—
鹿嶋ハートクリニック	平泉	循環内・内・脳外・心外・ 心リハ	0299-77-8888	●	●	●	●	●	●	—	—
神栖済生会病院	知手中央	内・循環内・呼内・消内・肝内・ 消外・乳外・内分外・内視外・ 腎内(人工透析)・外・大/肛外・ 整形外科・小・皮・泌・婦・眼・ 耳鼻・リハ・放・麻	0299-97-2111	●	●	●	●	●	第1・2のみ AM 小児科は 休診	—	—
かみす消化器内視鏡クリニック	大野原	消内・外・内・肛	0299-92-8000	●	●	PM午前のみ ●	—	●	15:00まで ●	—	—
神栖メディカルクリニック	知手	循環内・内・人工透析内科・ 消内	0299-77-7277	●	●	●	●	●	●	—	—
小沢眼科神栖診療所	平泉	眼科	0299-77-8355	●	●	●	●	●	●	—	—
児玉医院	木崎	整形外科・外・内・小・ 心内・精(火曜休診・予約制)	0299-93-1177	●	●	—	●	第1・3・5 ●	●	●	—
五郎台ファミリークリニック	深芝南	内・外・小・皮・整形外科	0299-92-6661	●	—	●	●	●	●	●	—
済生会土合クリニック	土合本町	内・外・整形外科・眼科	0479-21-3321	●	●	●	●	●	—	—	—
坂本医院	平泉	内・小	0299-92-0700	●	●	—	●	●	AM	—	—
しょうのこどもクリニック	須田	小児科 (内分泌・皮膚・アレルギー)	0479-21-5377	●	●	●	AM	●	—	AM	—
城之内医院	筒井	外・内・胃腸・肛	0299-92-1261	●	●	●	●	▲	AM	—	—
すずきクリニック	土合南	内・小・循環内	0479-21-7971	●	●	—	●	●	AM	—	—
清仁会病院	矢田部	内科	0479-48-2000	AM	AM	AM	AM	AM	—	—	—
東部地区健康管理クリニック	東和田	内科	0299-96-3894	—	●	●	●	●	—	—	—
永木外科胃腸科医院	矢田部	内・外・皮	0479-48-0211	●	●	●	●	●	AM	—	—
西尾耳鼻咽喉科医院	大野原	耳鼻咽喉科	0299-90-0033	●	●	—	●	●	●	—	—
にへいなかよしクリニック	平泉	内・小(平日20時まで)・ 人工透析内	0299-77-8181	●	●	●	●	●	AM	—	—
野口医院	知手	内・小・整形外科・皮	0299-96-7373	●	●	●	●	—	●	●	—
白十字総合病院	賀	内・小・循環内・呼内・呼外・外・ 眼・産婦・整形外科・脳外・泌・耳鼻・ 皮・消内・消外・乳外・放・麻・ リウ・リハ・歯・小歯・肛外	0299-92-3311	●	●	●	●	●	AM	—	—
波崎クリニック	波崎	内・小・循環内	0479-44-3886	●	●	—	●	●	AM	—	—
ひかりクリニック	矢田部	内	0479-48-5681	—	—	—	—	—	—	—	—
人見医院	芝崎	内科・小児科	0299-96-0020	●	—	●	●	●	AM	PM	—
皮フ科内科クリヤマクリニック	神栖	皮・内・美容皮膚科 (完全予約制)	0299-91-1188	—	●	●	●	●	AM	—	—
ふかしばこどもクリニック	深芝南	小児科・小児アレルギー科	0299-95-7300	●	●	●	●	●	AM	—	—
宝山ハートクリニック	太田	内・循環内・心外・脳外・ 整形外科	0479-21-5511	—	●	●	—	●	●	●	—
牧医院	神栖	内・循環内・消・小	0299-92-7200	●	●	●	—	●	16:30まで ●	第5休診 AM	—
三井クリニック	平泉東	内・小・皮・耳鼻咽喉	0299-77-5247	●	●	●	●	●	●	AM	▲
武藤小児科医院	知手中央	小児科	0299-96-0611	●	●	●	—	●	●	—	—
わたなべ眼科クリニック	溝口	眼科	0299-77-8772	●	●	●	—	●	AM	—	—
渡辺病院	土合本町	内・循環内・胃腸内科・リハ	0479-48-2121	●	●	●	●	●	●	—	—

医療機関名	地区名	診療取扱科目	電話番号	月	火	水	木	金	土	日	祝
青柳歯科医院	太田	歯科	0479-46-3300	●	●	●	—	●	●	—	—
荒野歯科医院	波崎	歯科・小児歯科	0479-44-5128	●	●	●	—	●	●	—	—
安藤デンタルクリニック	土合南	歯科・小児歯科・ 矯正歯科・歯科口腔外科	0479-21-5303	●	●	●	—	●	17:30まで ●	—	—
池田歯科医院	神栖	歯科	0299-90-1375	●	●	AM	—	●	AM	—	—
岩上歯科医院	土合南	歯科・歯科口腔外科	0479-48-0035	●	AM	●	—	●	AM	—	—
うめはら歯科	大野原	歯科・小児歯科・ 矯正歯科・歯科口腔外科	0299-94-3414	—	●	●	●	●	●	—	—
大久保歯科	溝口	歯科	0299-96-7717	—	●	●	●	●	●	—	—
大槻歯科医院	神栖	歯科	0299-92-8711	●	●	●	●	●	●	—	—
小貫歯科クリニック	大野原	歯科・歯科口腔外科	0299-90-0430	●	●	●	—	●	●	—	—
和歯科医院	太田	歯科・小児歯科・ 矯正歯科・歯科口腔外科	0479-46-0418	●	●	●	—	●	●	—	—
神栖デンタルクリニック	知手	歯科	0299-96-6364	●	●	●	●	●	●	—	—
越川歯科クリニック	土合本町	歯科・小児歯科・ 歯科口腔外科	0479-21-6100	●	●	—	●	●	●	—	—
小林歯科クリニック	太田	歯科	0479-46-0333	●	●	●	●	●	—	—	—
小山記念病院附属ふかしば歯科	深芝南	歯科・小児歯科・ 歯科口腔外科	0299-90-0118	●	●	●	—	●	●	第2・4 ●	—
坂本医院（歯科）	平泉	歯科・小児歯科・ 矯正歯科・歯科口腔外科	0299-92-5835	●	●	●	●	●	第2・4 AM	—	—
さひめ歯科クリニック	土合中央	歯科	0479-48-0840	●	●	●	—	●	●	—	—
知手歯科医院	知手中央	歯科	0299-96-7741	—	AM	AM	—	AM	AM	—	—
新扇歯科医院	木崎	歯科・小児歯科・ 矯正歯科・歯科口腔外科	0299-92-5223	●	●	—	●	●	●	—	—
スズキ歯科医院	知手	歯科・小児歯科・ 矯正歯科・歯科口腔外科	0299-97-2828	●	●	●	—	●	●	—	—
セントラル歯科医院	大野原	歯科・小児歯科・ 矯正歯科	0299-92-5485	●	●	●	—	●	●	—	—
第二歯科医院	平泉	歯科・小児歯科・ 歯科口腔外科	0299-91-0648	●	●	●	—	●	—	●	—
竹内歯科矯正歯科	波崎	歯科・小児歯科・ 矯正歯科・歯科口腔外科	0479-21-9321	●	●	●	—	●	▲	▲	—
谷口歯科クリニック	大野原	歯科・小児歯科	0299-92-9731	●	●	●	—	●	●	—	—
東部歯科診療所	知手中央	歯科	0299-97-1188	18:30まで ●	●	▲	18:30まで ●	●	AM	—	—
波崎歯科医院	須田	歯科	0479-46-0811	●	●	—	●	●	—	—	—
林歯科医院	波崎	歯科	0479-44-5311	●	●	●	—	●	●	—	—
ひとみ歯科医院	堀割	歯科・小児歯科・ 矯正歯科	0299-93-0333	●	●	—	●	●	●	AM	—
ひまわり歯科医院	深芝	歯科・小児歯科・ 矯正歯科・歯科口腔外科	0299-77-5870	●	●	●	—	●	●	—	—
PCデンタルクリニック	土合中央	歯科・小児歯科・ 歯科口腔外科	0479-48-1151	●	●	—	●	●	●	—	—
ファミリー歯科クリニック	知手中央	歯科・小児歯科・ 歯科口腔外科	0299-94-8933	●	—	●	●	—	●	●	—
丸山歯科医院	息栖	歯科・小児歯科	0299-92-1422	●	●	●	—	●	●	—	—
明神歯科医院	波崎	歯科	0479-44-4411	●	●	●	—	●	AM	—	—
山本歯科クリニック	矢田部	歯科・小児歯科・ 歯科口腔外科	0479-48-6711	●	●	●	●	●	●	AM	●
ワイズデンタルクリニック	奥野谷	歯科・小児歯科・ 歯科口腔外科	0299-96-1137	●	●	●	●	●	●	—	—
茨城県潮来保健所	潮来市大洲	各種相談事業 (エイズ・薬物乱用・難病など)	0299-66-2114	●	●	●	●	●	—	—	—

診療日 ● … 午前・午後 AM … 午前 PM … 午後 — … 休

※ ▲印は医療機関へ直接お問い合わせください
●印でも診療科目・診療時間が曜日によって異なる場合があります。詳しくは医療機関へお問い合わせください