

# 筑西市健康カレンダー

令和8年度 保存版  
令和8年4月～令和9年3月

## 妊産婦と子どもの健康 1～4ページ

- 安心して子育てをするために…………… 1  
母子健康手帳の交付（妊娠届出）  
医療福祉費支給制度・はぐくみ医療費支給制度  
妊婦さんへのプレゼント（母乳育児グッズなど）  
未熟児養育医療給付事業  
誕生祝金  
赤ちゃん訪問  
筑西市子育て支援アプリ by 母子モ  
妊娠・出産・育児の相談、教室
- 乳幼児健康診査・教室・相談 …………… 3

## 健診・ドック 5～10ページ

- 医療機関健診・人間ドック …………… 5
- 成人集団健診…………… 6
- 集団健診（検診）予約方法…………… 8
- 女性検診・その他の検診…………… 9  
乳がん・子宮頸がん検診  
骨粗しょう症検診・口腔がん検診・歯周病検診

## 予防・相談 11ページ

- 保健指導・こころの相談…………… 11

## 予防接種 12～16ページ

- 生後2か月をすぎたらワクチン接種を…………… 12  
ワクチンの種類と接種間隔  
予防接種を受けるまでの流れ、注意点
- 定期予防接種…………… 13
- 任意予防接種…………… 14
- 予防接種協力医療機関一覧表…………… 15

## 献血・救急 17～18ページ

- 献血のお知らせ…………… 17  
献血日程・実施会場
- 急な病気で困ったら  
夜間休日一次救急診療所・救急相談先
- 市内公共施設のAED設置場所 …………… 18

筑西市LINE  
公式アカウント



ちくせい健康づくり宣言都市  
「めざせ!ずーっと健康」

健康増進

母子保健

自殺対策

食育推進

歯科保健

※健康カレンダーの掲載内容に変更が生じたときには、  
広報紙などでお知らせします。

## ご利用ください

- ちくせい健康ダイヤル24

24時間電話健康相談  
☎ 0120-08-2941  
※筑西市にお住まいの人が  
サービスをご利用になれます

健康相談、医療相談、育児相談、介護相談、医療機関情報、  
メンタルヘルス等の相談が利用できます。

- こころといのちの相談  
窓口一覧

ひとりで悩まず  
相談してください



- こころの体温計

こころの健康  
チェックしてみませんか？



筑西市役所 ☎0296-24-2111 (代表)

〒308-8616 筑西市丙360番地 本庁舎

医療保険課 ☎24-2103

母子保健課 ☎24-2115  
こども家庭センター

健康増進課 ☎22-0506

地域医療推進課 ☎22-0535

妊産婦と子どもの健康

健診・ドック

予防・相談

予防接種

献血・救急

# 妊産婦と 子どもの健康

## 安心して子育てをするために



ひとりで悩まないで  
まずはご相談ください

母子  
保健課

こども家庭センターでは、妊娠期から子育て期にわたって切れ目なく、みなさんの子育てを応援します。

### 妊産婦



産前産後のからだやこころ、子育てのことなど気軽にご相談ください。母子保健コーディネーター（専門相談員）・保健師等が相談内容にあった情報提供を行い、妊娠・子育て支援プランを一緒に考えます。

母子健康手帳  
父子健康手帳を  
交付します

妊婦の  
ための支援給付金  
5万円(1回目)を  
給付します



妊婦さん  
へのプレゼント  
(母乳育児グッズ  
など)が  
あります

誕生祝金20万円、  
妊婦のための  
支援給付金5万円  
(2回目)を  
給付します

健診や  
育児相談、  
教室、家庭訪問で  
サポート  
します。



母子保健課 ☎ 24-2115

### 乳幼児期

### 児童（～18歳）

#### 家庭児童相談

子どもの困った行動、親子関係、児童虐待等のあらゆる相談に専門員が対応します。

☎ 24-2612

例えば……

しつけがうまく  
いかなくて、子どもに  
イライラしてしまう

子どもの困った  
行動への対応に  
悩んでいる

ちゃんと育てなければ  
と必死で、子どもに  
きつくなってしまう



子育ての悩みや  
不安を相談する人が  
いない

#### 女性相談

DVや離婚、夫婦関係等の相談に応じています。

※要予約

☎ 24-2613

月曜日：午前9時30分～正午  
木曜日：午後1時30分～4時

※上記以外でのご相談は、お問い合わせください。

### 不妊治療費（先進医療分）助成金〔上限5万円〕

問い合わせ・申請窓口【母子保健課】☎ 24-2115

保険診療で実施した生殖補助医療と併用して行われた、「先進医療」に係る費用の一部を助成します。  
詳細はこちらへアクセス→



### 不育症検査治療費助成金〔年度1回のみ上限5万円〕

問い合わせ・申請窓口【母子保健課】☎ 24-2115

保険適用外の不育症検査及び治療費の一部を助成します。

詳細はこちらへアクセス→



### 母子健康手帳の交付(妊娠届出)

※妊娠が分かったら  
早めに申請しましょう。

問い合わせ・申請窓口【母子保健課】☎ 24-2115

妊婦健診の助成が受けられる母と子の健康診査受診票綴り（妊婦・新生児・産婦・乳児一般健康診査受診票）も一緒にお渡しします。転入された人も手続きが必要です。

\*マイナポータルからの電子申請（ぴったりサービス）が可能です。後日窓口にお越しいただき、母子健康手帳を交付します。

\*併せて「妊婦のための支援給付金(1回目:5万円)」の申請も可能です **電子申請可**

【受給資格者】医療機関で妊娠の判定を受けた妊婦

【申請に必要なもの】受給資格者の顔写真付き公的身分証明書、  
受給資格者名義の通帳のコピー、印鑑（シャチハタ不可）等

※流産等された方も対象となります。

お手続きの際は、母子保健サービスの説明を含め、30分から1時間程度を要しますので、時間に余裕をもってお越しください。



※妊娠・出産について、妊娠前の健康管理（プレコンセプションケア）の相談に応じます。

### マタニティクラス

※要予約

問い合わせ【母子保健課】☎ 24-2115

※1週間前までにLINEでご予約ください(定員制・先着) [子育て]→ [教室・講座申込]から

教室	ママクラス（妊娠初期～妊娠23週頃）	パパママクラス（おおむね妊娠30週以降）
会場	明野保健センター（あけの元気館内）	
時間	受付:午後1時～1時10分	受付:午後1時～1時10分
	終了予定:午後3時頃	終了予定:午後4時頃
持ち物	母子健康手帳・飲み物	
内容	<ul style="list-style-type: none"> <li>☆妊娠の経過と過ごし方</li> <li>☆妊娠中の食事のポイント（試食）</li> <li>☆赤ちゃん人形抱っこ体験</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>☆赤ちゃんのお風呂の入れ方体験</li> <li>☆パパが主役の妊婦体験</li> <li>☆お産の経過と準備について</li> </ul>
	日程	5月11日（月） 8月6日（木） 11月5日（木） 2月1日（月）

## 医療福祉費支給制度・はぐくみ医療費支給制度

問い合わせ・申請窓口【医療保険課】☎24-2103【関城支所】☎37-6111  
【明野支所】☎52-1111【協和支所】☎57-2511

母子健康手帳の交付を受けた人は医療費の一部が助成されます。  
【申請に必要なもの】母子健康手帳、保険資格を連携済みのマイナンバーカードまたは資格確認書、預金口座の確認できるもの、所得証明書（転入された人）

## 妊婦さんへのプレゼント(母乳育児グッズなど)

問い合わせ・申請窓口【母子保健課】☎24-2115

「授乳服・授乳用インナー」「マザーズバッグ」「アフガン(おくるみ)・はらまき(大人用)」のいずれかをプレゼントします。  
【申請者】妊娠24週以降から出産前までの妊婦  
【申請に必要なもの】母子健康手帳

## 未熟児養育医療給付事業

問い合わせ・申請窓口【医療保険課】☎24-2103

身体の発育が未熟なまま生まれた赤ちゃんが、指定医療機関で入院治療を必要とする場合に、その治療費に関する医療費を公費により負担する制度です。

## 誕生祝金

問い合わせ・申請窓口【母子保健課】☎24-2115

お子さまが誕生されたお祝いとして、日本国内で誕生したお子さま1人あたり20万円を支給します。  
【受給資格者】申請日において、日本国内で誕生した対象のお子さまと同居しており、筑西市に1年以上住所を有して同一世帯全員に市税等の滞納がない人  
【申請に必要なもの】筑西市誕生祝金支給申請書、受給資格者の本人確認書類のコピー、受給資格者名義の通帳のコピー、印鑑(シャチハタ不可)等 **電子申請可**

## 赤ちゃん訪問

問い合わせ【母子保健課】☎24-2115

生後4か月までの間に助産師・保健師などがお宅にお伺いして、赤ちゃんの体重測定、お母さんの健康相談、育児相談を行っています。☆お誕生カード(母と子の健康診査受診票綴りの中にあります)を出生届の際に、市民課または各支所の窓口にお出ください。母子保健課でもお受けします。  
\*「妊婦のための支援給付金(2回目:胎児1人あたり5万円)」の申請を受け付けます。 **電子申請可**

## 産後ケア

※要予約

問い合わせ【母子保健課】☎24-2115

出産後、育児不安等がある産婦さんに宿泊・通所・訪問にて心身のケアや育児支援を行います。  
※利用回数や日数、内容に応じた利用料金の自己負担があります。

## ひだまりサロン

※要予約

問い合わせ【母子保健課】☎24-2115

育児に対する不安がある、相談・協力者が近くにいないなどの妊産婦さんとその子たちが月1回集まる、「子育ての相談」や「仲間づくり」の場です。

## 子どものための健康教室

問い合わせ【母子保健課】☎24-2115

**健康教室**: 子どもの成長に合わせたテーマの教室  
**食育教室**: 子どもの心身の健康を育むための食生活を学ぶ教室  
**むし歯予防教室**: 歯みがきの仕方とおやつを選び方を学ぶ教室  
**性教育(いのちの教育)**: 自分の体や性、いのちの大切さを知るための教室(親子性教育・心とからだの講演会など)

教育・保育施設、小中学校で計画される教室の他に、グループでの申込みも可能です。  
※出前講座でも利用可能です。

## 筑西市子育て支援アプリ by母子モ

筑西市の子育てに必要な情報を一目でチェックできます。日々の記録や、大切な思い出の保存、予防接種のスケジュール管理など、これからの子育てに役立つ機能がたくさんあります!

ぜひ、母子健康手帳と併せてお使いください。



児童虐待かも...と思ったら、迷わず連絡!



児童相談所  
虐待対応ダイヤル

いち はや く  
**1 8 9**

24時間対応  
秘密厳守・無料

## 妊産婦と乳幼児の健康

# 乳幼児健康診査・教室・相談

問い合わせ【母子保健課】  
☎24-2115

乳幼児健康診査・教室を上手に受けましょう。

受け方の  
目安

- ◆の健康診査等は医療機関で受けましょう。
- の健康診査等は市で受けましょう。

### ◆新生児聴覚検査(公費負担あり)

生後すぐに医療機関で受けましょう。

### ◆1か月児健康診査(公費負担あり)

出産した医療機関で受けましょう。

### ◆3～8か月の間に健康診査(公費負担あり)

※3～4か月を目安に受けましょう。

※9か月になる前日までに受診ください。

### ●離乳食教室

明野保健センターで受けることができます。

### ◆9～11か月の間に健康診査(公費負担あり)

※1歳のお誕生日前日までに受診ください。

### ●1歳6か月児健康診査

下館または明野保健センターで受けましょう。

### ◆2歳児歯科健康診査(公費負担あり)

受診票を使い、市内歯科医療機関で受けましょう。

### ●3歳児健康診査

下館または明野保健センターで受けましょう。

\*「新生児聴覚検査受診票」と「乳児一般健康診査受診票」は母子健康手帳交付時に一緒にお渡しした、「母と子の健康診査受診票綴り」の中にあります。

\*紛失や転入した際は、筑西市の受診票を交付しますので、母子保健課までお問い合わせください。

## 新生児聴覚検査

生後すぐに「新生児聴覚検査受診票」を使って医療機関で受けましょう。

聴覚障害の早期発見・早期療育につながります。

## 乳児一般健康診査

- ◆生後1か月の時に「乳児一般健康診査受診票(生後1か月)」を使って医療機関で受けましょう。
- ◆3～8か月の間に「乳児一般健康診査受診票(生後3～8か月)」を使って医療機関で受けましょう。  
※なるべく3～4か月を目安に受けましょう。
- ◆9～11か月の間に「乳児一般健康診査受診票(生後9～11か月)」を使って医療機関で受けましょう。

## 離乳食教室

※要予約

対象/4～6か月になるお子さん

受付時間/午前9時45分～10時

会場/明野保健センター

内容/離乳食のはじめ方・進め方  
ふれあい遊び

※LINEでご予約ください 「子育て」→「教室・講座申込」から



### 日程

5月28日(木) 7月16日(木) 9月16日(水)  
11月24日(火) 1月21日(木) 3月18日(木)

## もぐもぐ相談

※要予約

対象/乳幼児とその保護者、妊婦さん

会場/こども家庭センター

相談コーナー(市役所2階)

内容/離乳食や幼児食、  
妊娠期の食事に関する相談

※LINEでご予約ください 「子育て」→「相談予約」から



### 日程

4月21日(火) 5月18日(月) 6月12日(金) 7月9日(木)  
8月19日(水) 9月8日(火) 10月15日(木) 11月17日(火)  
12月16日(水) 1月14日(木) 2月16日(火) 3月11日(木)

## 育児相談

※要予約

対象/乳幼児とその保護者

会場/こども家庭センター 相談コーナー  
(市役所2階)

時間/午前9時30分～11時、午後1時30分～3時  
(相談時間の目安は約30分間)

内容/身体測定、離乳食の進め方、子育て、発達の相談など  
持ち物/母子健康手帳、バスタオル

※下記日程で都合が合わない時は、別日も相談に応じますのでご相談ください。

電話での相談もお受けしています。

※LINEでご予約ください

「子育て」→「相談予約」から



### 日程

4月	14日(火)	27日(月)
5月	12日(火)	21日(木)
6月	4日(木)	16日(火)
7月	2日(木)	24日(金)
8月	4日(火)	24日(月)
9月	1日(火)	25日(金)
10月	2日(金)	22日(木)
11月	10日(火)	26日(木)
12月	7日(月)	22日(火)
1月	7日(木)	25日(月)
2月	4日(木)	24日(水)
3月	2日(火)	19日(金)

## 子育て支援センター

同年齢のお子さんと遊んだり、親同士でお話をしながら子育ての情報交換をしたりすることができる憩いの場です。

詳細はこちらへアクセス



## 1歳6か月児健康診査

対象 / 1歳7か月になるお子さん  
 受付時間 / 午後1時～1時45分  
**※時間を区切ったの受付になります。**  
**※詳細は個別通知をご覧ください。**

内容 / 身体測定  
 医師・歯科医師の診察  
 個別相談

※混雑をさけるため、対象月を変更してご案内することがあります。日程が合わない方はご相談ください。  
 ※未受診の場合は、家庭訪問等でお子様の状況を確認させていただきます。

	保健センター		対象
	下館	明野	
4月		23日(木)	令和6年9月生
5月	13日(水)		令和6年9.10月生
6月	17日(水)	3日(水)	令和6年10.11月生
7月		14日(火)	令和6年11.12月生
8月	5日(水)		令和6年12月生 令和7年1月生
9月		10日(木)	令和7年1.2月生
10月	28日(水)	6日(火)	令和7年2.3月生
11月	4日(水)		令和7年3.4月生
12月		3日(木)	令和7年4.5月生
1月	13日(水)		令和7年5.6月生
2月		2日(火)	令和7年6.7月生
3月	3日(水)	4日(木)	令和7年7.8月生

## 2歳児歯科健康診査

対象 / 2歳6か月になるお子さん  
 場所 / 市内歯科医療機関  
 内容 / 歯科診察、フッ素塗布、歯科保健指導  
 ※対象のお子さんには2歳6か月になる前月に受診票をお送りします。  
 ※市内歯科医療機関に必ず予約をしてから受けましょう。  
 ※受診票に記載のある受診期間内のみ受けられます。(1回限り)

## 子育て講座

※要予約

ほめ方・かわり方などの子育てのコツを一緒に学んでみませんか？  
 対象 / 1歳6か月～概ね3歳のお子さんとお保護者(保護者のみの参加も可)  
 受付時間 / 午前9時45分～10時  
 会場 / 明野保健センター  
 内容 / 効果的な指示の出し方、お子さんとの時間を大切にするヒント など  
 持ち物 / 母子健康手帳  
 ※お子さんは保護者と同じ部屋で保育士と遊びます。  
 ※LINEでご予約ください

「子育て」→「教室・講座申込」から



### 日程

令和8年7月21日(火) 11月19日(木) 令和9年3月9日(火)

## 発達相談

※要予約

問い合わせ【母子保健課】 ☎24-2115

お子さんのことばや発達を心配している保護者の相談に、発達相談員が応じます。  
**発達相談**：1組1時間で行う個別相談です。月4回程度行っています。  
**コアラ教室**：発達を促す遊びや声かけを、お子さんや保護者が学ぶための月1回の教室です。

## 5歳児相談

市内教育・保育施設に通う年中児を対象に行います。  
 ※未実施、未就園の場合は個別でご案内します。

## 3歳児健康診査

対象 / 3歳6か月になるお子さん  
 受付時間 / 午後0時50分～1時45分  
**※時間を区切ったの受付になります。**  
**※詳細は個別通知をご覧ください。**

内容 / 身体測定 医師・歯科医師の診察  
 機器(スポットビジョンスクリーナー)での目の検査  
 尿検査、個別相談

※混雑をさけるため、対象月を変更してご案内することがあります。日程が合わない方はご相談ください。  
 ※未受診の場合は、家庭訪問等でお子様の状況を確認させていただきます。

	保健センター		対象
	下館	明野	
4月	10日(金)		令和4年10月生
5月	20日(水)	27日(水)	令和4年10.11月生
6月		5日(金)	令和4年11.12月生
7月	1日(水)	15日(水)	令和4年12月生 令和5年1月生
8月	7日(金)		令和5年1.2月生
9月	2日(水)	11日(金)	令和5年2.3月生
10月		7日(水)	令和5年3.4月生
11月	6日(金)	18日(水)	令和5年4.5月生
12月	2日(水)		令和5年5.6月生
1月	8日(金)	20日(水)	令和5年6.7月生
2月		5日(金)	令和5年7.8月生
3月	10日(水)	17日(水)	令和5年8.9月生

## 医療機関健診

## 特定健康診査が受けられる医療機関(国保40~74歳)

 問い合わせ【医療保険課】  
 ☎24-2103

医療機関名	電話番号	医療機関名	電話番号
下館地区		明野地区	
茨城県西部メディカルセンター	24-9135	あけの元気館前クリニック	52-6333
大圃クリニック	21-0123	明野中央医院	52-0026
いのうえクリニック	23-3215	かくらいクリニック	52-6711
三岳荘 小松崎病院	24-2331	横瀬医院	52-0027
さとうクリニック	20-0310	協和地区	
下館胃腸科医院	24-8864	落合医院	57-3011
とみざわハートクリニック	28-1700	かわごえクリニック	48-7771
長倉内科・外科クリニック	54-5551	協和中央病院	57-9959
野中医院	25-0155	関城地区	
宮田医院	22-2440	大圃病院	37-3101
かわしま内科クリニック	26-7300		

- **健診内容** 問診、身体計測（身長、体重、腹囲、BMI）、血圧測定、血液検査（脂質、肝機能、血糖）、尿検査
- **自己負担金** 1,500円（40歳～74歳まで）
- **持ちもの** 市が発行した受診券、保険資格を連携済みのマイナンバーカードまたは資格確認書、自己負担金 ※受診券は**集団健診と共通です**。
- **健診が受けられる期間** 令和9年3月31日まで
- **受診の流れ**
  1. 特定健診が受けられる医療機関へ予約をする。
  2. 受診券がない場合は、医療保険課に発行を依頼する。
  3. 持ちものを持参して、医療機関で健診を受診する。
 ※がん検診は、別途費用がかかります。  
 ※医療機関で受診される場合、心電図・眼底・貧血検査は医療機関での判断になります。検査費用は無料です。

※市外でも県内であれば医療機関健診が受けられる病院があります。また、定期的に通院し同様の検査を受けている方は、通院時の検査データをかかりつけの病院から市へ提供いただくことにより、健診を受診したものとすることができます（検査データ提供に関する費用は無料）。詳しくはお問い合わせください。

## 人間ドック

## 短期・脳・併診ドック健診費の助成(国保40~74歳・後期高齢者)

- **受診前に申請が必要です**。助成の詳細については、「広報筑西Peopleお知らせ版」（4月15日号予定）でお知らせします。
- **対象者**：40歳から74歳の市国保加入者（国保税完納の人）及び筑西市にお住まいの後期高齢者医療制度加入者（保険料完納の人）
- **脳ドック・併診ドック健診費の助成は2年おきです**。令和6年度・7年度に脳ドック・併診ドック健診費の助成を受けた人は、今年度は短期人間ドックのみが対象です。
- **集団健診、医療機関健診と重複しての助成はできません**。重複受診した場合は、人間ドック健診費の助成額を返還していただきますのでご注意ください。

## 契約医療機関

医療機関名	電話番号	医療機関名	電話番号	医療機関名	電話番号
茨城県西部メディカルセンター (ちくせい総合健診センター)	050-1725-8551	協和中央病院 (健康医学管理センター)	57-9959	筑波記念病院 つくばトータルヘルスプラザ	050-1808-0568
城西病院 (城西総合健診センター)	0296-33-0115	筑波学園病院(健診センター)	029-836-1983	平間病院(健診センター)	0296-49-8010
筑波大学附属病院 つくば予防医学研究センター	029-853-4205	筑波メディカルセンター (つくば総合健診センター)	029-856-3500	とちぎ健診プラザ	0285-31-5555
結城病院(人間ドック室)	0296-33-4172	さくらがわ地域医療センター (健診センター)	0296-54-5100		

## 成人集団健診

日本人の2人に1人が『がん』と診断される時代です。  
早期発見のため、年に一度は健康診査を受けましょう。

問い合わせ【健康増進課】  
☎22-0506

◎集団健診の日程に合わせ、地区ごとに健診の案内と受診券を郵送します。

受診券郵送の 対象者	①筑西市国民健康保険に加入している40～74歳の人 ②過去3年以内に成人集団健診を受診した人 ③健診の予約をした人(予約日によっては健診会場で受診券をお渡しします。)
---------------	---

### 【大腸がんの検査容器 設置場所】

- 健康増進課
- 医療保険課
- 川島出張所
- 関城支所
- 明野支所
- 協和支所

※過去3年以内に健診を受診した人には、受診券に検査容器を同封しています。

受診を希望する人は、**健診日時の予約**をしてください。  
どこの地区の健診でも受診することができます。

### ★ 健診項目・料金 (年齢は令和9年3月31日現在の満年齢)

健診項目	健康診査				がん検診				
	特定健康診査	長寿健康診査	生活習慣病 予防健診	追加検査	胃がん検診	大腸がん検診	結核・肺がん 検診	前立腺がん検診 (男性のみ)	B型・C型 肝炎検査
	問診・身体測定・腹囲測定(長寿健康診査は除く)・血圧測定・尿検査(尿蛋白、尿糖)・血液検査(脂質、肝機能、HbA1c、クレアチニン検査) ※筑西市では、腎臓病の予防・早期発見のため、クレアチニン検査を無料で実施しています。			心電図 眼底検査(両眼) 貧血検査	胃バリウム 造影検査	便潜血検査	胸部レントゲン	血液検査	血液検査
対象者	自己負担額								
16歳～39歳	—	—	1,500円	3項目セット 2,500円	6,270円	1,760円	2,090円	2,420円	—
40歳～74歳 筑西市国民健康保険	1,000円	—	—	無料	1,300円	500円	無料	700円	1,000円 ※過去に市の健診で受けたことがない人のみ
40歳～74歳 筑西市国民健康保険以外	自費の人：7,150円 ※加入先の健康保険組合にご確認ください。	—	—	3項目セット 2,500円 ※加入先の健康保険組合にご確認ください。					
後期高齢者医療保険	—	無料	—	無料					

健診結果は、受診日の約1か月半後に送付します。  
自覚症状がある場合は、早めに医療機関を受診してください。

65歳以上の人は、感染症法で年に1回の結核検診の受診が義務づけられています。

今年度41、46、51、56、61歳になる人の検査料は無料です。

## ■成人集団健診の流れ ■日程表

### ①健診日時を選ぶ

### ②予約期間内に予約する

※予約方法はP8をご覧ください

### ③健診を受ける

#### 大腸がん検診のみ受ける人

予約は必要ありません。

健診受付時間内(右下に記載)に直接会場へお越しください。

手元に受診券がない人は、健康増進課までご連絡ください。

採便可能期間

6日前	5日前	4日前	3日前	2日前	1日前	提出日 (検診当日)
-----	-----	-----	-----	-----	-----	---------------

※2本採便できない場合は、1本でも検査できます。

#### ★健診当日の持ちもの

- ・筑西市受診券(健診受診日などをご記入ください。)
- ・健診票
- ・特定健診等質問票または高齢者健診質問票
- ・保険資格を連携済みのマイナンバーカードまたは資格確認書
- ・自己負担金
- ・特定健診受診券…健康保険組合発行の受診券については、加入先の健康保険組合にご確認ください。

#### 【胃がん検診を受ける人】

- ・胃がん検診受診希望の方へ(質問票)

※胃がん検診を安全に実施するため、質問項目のチェック欄に✓が付いた場合は、受診できません。



#### 【明野地区】

予約期間	Web	4/19(日)～
	電話	4/20(月)～4/23(木)
会場	明野保健センター	
日程		
5月	13日(水)	なし
	14日(木)	なし
	15日(金)	なし
	18日(月)	なし
	19日(火)	あり
	20日(水)	あり
	21日(木)	あり
	22日(金)	あり
	23日(土)	あり

#### 【関城地区】

予約期間	Web	6/30(火)～
	電話	7/1(水)～7/2(木)
会場	健診協会県西センター	
日程		
7月	16日(木)	あり
	17日(金)	あり
	21日(火)	なし
	22日(水)	なし
	23日(木)	なし
	24日(金)	なし
	26日(日)	あり

#### 【下館地区①】

予約期間	Web	7/28(火)～
	電話	7/29(水)～7/31(金)
会場	下館保健センター	
日程		
9月	15日(火)	あり
	16日(水)	あり
	17日(木)	あり
	18日(金)	あり
	24日(木)	なし
	25日(金)	あり
	26日(土)	あり
	28日(月)	なし
	29日(火)	なし

予約期間	Web	9/2(水)～
	電話	9/3(木)～9/4(金) 9/7(月)～9/8(火)
会場	下館保健センター	
日程		
10月	2日(金)	なし
	5日(月)	なし
	8日(木)	なし
	9日(金)	なし
	10日(土)	なし
	13日(火)	あり
	14日(水)	あり
15日(木)	あり	
会場		
川島出張所		
日程		
10月	16日(金)	あり
	19日(月)	なし

#### 【協和地区】

予約期間	Web	9/28(月)～
	電話	9/29(火)～9/30(水) 10/1(木)～10/2(金)
会場	協和保健センター	
日程		
11月	18日(水)	なし
	19日(木)	なし
	20日(金)	あり
	21日(土)	なし
	24日(火)	あり
	25日(水)	あり
	26日(木)	あり
	27日(金)	あり
	28日(土)	あり
12月	1日(火)	なし
	2日(水)	あり
会場		
小栗コミュニティセンター		
日程		
12月	3日(木)	なし

#### 【下館地区②】

予約期間	Web	10/20(火)～
	電話	10/21(水)～10/23(金)
会場	下館保健センター	
日程		
12月	7日(月)	あり
	8日(火)	あり
	9日(水)	あり
	10日(木)	あり
	11日(金)	あり
	12日(土)	なし
	14日(月)	なし
	15日(火)	なし
	16日(水)	なし

#### 【下館地区③】

予約期間	Web	1/5(火)～
	電話	1/6(水)～1/8(金)
会場	下館保健センター	
日程		
2月	3日(水)	あり
	4日(木)	あり
	5日(金)	あり

#### ■健診受付時間

##### 胃がん検診あり

- 8:00～8:30
- 8:30～9:00
- 9:00～9:30
- 9:30～10:00
- 10:00～10:30
- 10:30～11:00
- 11:00～11:30

##### 胃がん検診なし

- 9:00～9:30
- 9:30～10:00
- 10:00～10:30
- 10:30～11:00
- 13:00～13:30
- 13:30～14:00
- 14:00～14:30
- 14:30～15:00

# ■ 集団健診(検診) 予約方法

成人集団健診

女性検診

骨粗しょう症  
検診

予約期間内に、**健診Web**または**電話**で予約してください。  
※健診日によって予約期間が異なります。  
予約期間については、P7・P10をご確認ください。

■ 電話予約(平日 午前9時～午後5時)

☎ 0570-077-150

・必ず、予約期間内に電話してください。  
・予約期間の初日は、電話が集中し、つながりにくい場合があります。  
ご了承ください。

★キャンセルのお願い 予約日に受診できない場合は、必ずキャンセル・変更をお願いします。

■ 健診Web予約の利用者登録について ※初めて利用する人は、登録が必要です。



- ① 仮登録  
まずはメールアドレスを入力して「仮登録」をします。  
→ 仮登録完了のメールが届きます。
- ② 本登録  
①で届いたメールにある「本登録用URL」をタップ  
→ ご自分の情報を入力し、確認画面で内容に間違いがないかチェックし、  
登録ボタンを押す。  
→ 本登録完了のメールが届きます。

ログインID

パスワード

■ 健診Web予約(24時間受付)

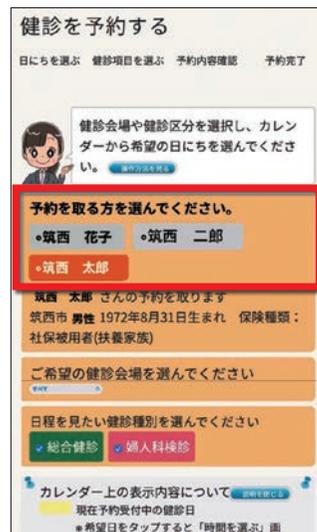
パソコン: <https://kenko-link.org/>  
スマホ: QRコードを読み取ってください。



・健診Web予約での予約・変更・キャンセルは、健診を受ける日の2日前(休日を除く)の正午までとなります。  
・予約期間内は自由に予約の変更が可能です。予約期間外は健康増進課までご連絡ください。  
・ネットが苦手な人も家族が代理で予約することができます。本人含め最大3名分の予約ができます。



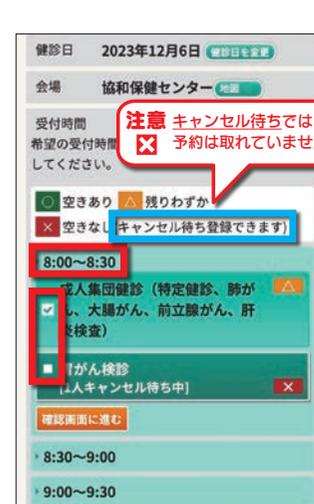
1 予約サイトにログインした後  
【健診を予約する】を押す。



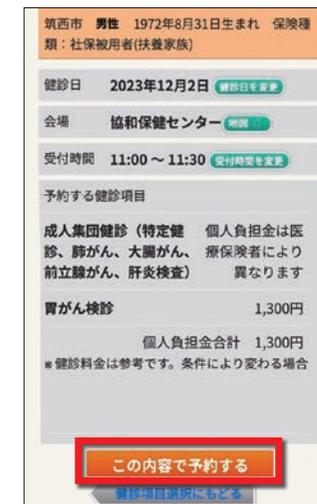
2 健診の予約を取る人を選択する。



3 希望受診日を押す。



4 時間を選択し  
受診希望項目に☑を入れ  
【確認画面に進む】を押す。



5 健診日時、項目に  
間違いがなければ  
【この内容で予約する】を押す。

予約受付の  
お知らせが  
メールで  
届きます。

## 女性検診

## 乳がん・子宮頸がん検診

「医療機関検診」または「集団検診」の  
いずれか一方を選んでください。

問い合わせ【健康増進課】

☎22-0506

## ～医療機関検診～

## ★実施医療機関一覧

★実施期間 令和8年6月1日(月)～令和9年2月28日(日)

期間終了間近は混雑が予想されますので、  
早めの予約・受診をお勧めします。

医療機関名		電話番号	乳がん検診		子宮頸がん 検診
			超音波検査	マンモグラフィ 検査	子宮頸部 細胞診検査
市内 医療 機関	茨城県西部メディカルセンター（ちくせい総合健診センター）	24-9135 (午前11時～午後4時) ※上記時間外は24-9111	○	○	○
	遠藤産婦人科医院	20-1000	○	○	○
	おおもりクリニック	28-1120	○	-	-
	三岳荘小松崎病院	24-2331	○	-	-
	長倉内科・外科クリニック	54-5551	○	-	-
	平間産婦人科医院	22-3741	○	-	○
	宮田医院	22-2440	○	-	-
市外 医療 機関	平間病院	下妻市 0296-43-5100	○	○	-
	池羽レディースクリニック	結城市 0296-33-3465	-	-	○
	城西病院（城西総合健診センター）	結城市 0296-33-0115	○	○	○
	庄司クリニック	つくば市 029-836-0405	○	-	○
	筑波記念病院（筑波総合クリニック）	つくば市 050-1722-6518	-	-	○
	筑波記念病院（つくばトータルヘルスプラザ）	つくば市 029-864-3588	○	○	○
	つくば国際プレスト&レディースクリニック	つくば市 029-856-0819	○	○	○
筑波メディカルセンター（つくば総合健診センター）	つくば市 029-856-3500	○	○	○	

※子宮頸がん検診を上記医療機関以外で希望の人は、健康増進課までご連絡ください。

## 注意事項（医療機関検診・集団検診共通）

- ①検診当日に、筑西市に住所のない人は、検診を受けることができません。
- ②乳がん検診・子宮頸がん検診を受診できるのは、年度内に1回のみです。  
2回目以降の受診は、全額自己負担となります。
- ③しこりや不正出血等の自覚症状がある人は、検診を待たずに専門医の診察を受けてください。
- ④授乳中や生理中の人は、乳房の状態や経血量により正確に検査できないことがあります。
- ⑤以下の人には医療機関での検診をお勧めしています。
  - ・婦人科疾患で治療中、経過観察中の人
  - ・豊胸手術を受けている人
  - ・ペースメーカー等を入れている人
  - ・授乳中の人
  - ・初めて子宮頸がん検診を受ける人
  - ・性交渉の経験が無い人

- ・子宮頸がん検診の結果は、受診日の約1か月半後に個人宛に送付します。
- ・乳がん検診の結果送付の時期や通知方法などは受診した医療機関や受診項目によって異なります。

## 予約・申込み方法

**A：個人宛に「医療機関検診受診券」が届いた人**  
(過去3年以内に検診を受診した人および今年度20歳、25歳、30歳、41歳、50歳になる人)  
⇒ 受診券の記載内容を確認し、上記の実施医療機関一覧から該当する検査項目のある医療機関を選び、直接予約をしてください。

**B：上記に該当しない人**  
⇒ 「いばらき電子申請・届出サービス」(QRコード)、からお申込みください。  
⇒ 市が発行する「医療機関検診受診券」が届いた後、医療機関へ直接予約をしてください。

## ■いばらき電子申請・届出サービス

必要事項を入力し、  
お申込みください

## ★医療機関検診当日の持ちもの

- ・医療機関検診受診券
- ・保険資格を連携済みのマイナンバーカード  
または資格確認書
- ・自己負担金 乳がん検診 2,000円  
子宮頸がん検診 2,000円

## ～集団検診～

予約制

※予約方法は、P8をご覧ください。

### ■日程表 ※乳がん検診は午前・午後、子宮頸がん検診は午後のみ実施

予約期間	Web	4/19 (日) ~	
	電話	4/20 (月) ~4/23 (木)	
会場	下館保健センター		
日程			
5月	28日	(木)	
	29日	(金)	
	30日	(土)	
6月	1日	(月)	
	2日	(火)	
	3日	(水)	
	4日	(木)	
会場	協和コミュニティセンター		
日程			
6月	5日	(金)	
	6日	(土)	

予約期間	Web	7/14 (火) ~	
	電話	7/15 (水) ~7/16 (木)	
会場	協和保健センター		
日程			
8月	19日	(水)	
	20日	(木)	
会場	下館保健センター		
日程			
8月	21日	(金)	
	24日	(月)	
会場	健診協会県西センター		
日程			
9月	9日	(水)	
	10日	(木)	
	11日	(金)	

予約期間	Web	5/24 (日) ~	
	電話	5/25 (月) ~5/26 (火)	
会場	明野保健センター		
日程			
7月	2日	(木)	
	3日	(金)	
	5日	(日)	
	6日	(月)	
	7日	(火)	

予約期間	Web	9/2 (水) ~	
	電話	9/3 (木) ~9/4 (金) 9/7 (月) ~9/8 (火)	
会場	下館保健センター		
日程			
10月	20日	(火)	
	21日	(水)	
	22日	(木)	
	23日	(金)	
	24日	(土)	

### ■検診受付時間

受付時間	実施項目	
	乳がん検診	子宮頸がん検診
① 10:00~10:10	○	—
② 10:20~10:30	○	—
③ 12:20~12:30	○	○
④ 12:50~13:00	○	○
⑤ 13:10~13:20	○	○

予約期間	Web	12/9 (水) ~	
	電話	12/10 (木)	
会場	下館保健センター		
日程			
1月	26日	(火)	
	27日	(水)	

### ■検診内容 (年齢は令和9年4月1日を基準日としています。)

項目	年齢	20~29歳	30~40歳	41歳以上	
		乳がん検診	超音波検査	—	○
		マンモグラフィ検査	—	—	奇数 年齢
子宮頸がん検診	子宮頸部細胞診検査	○	○	○	

※1月の検診は混雑する可能性があるため、早めの受診をご検討ください。  
お住まいの地区以外でも受診できます。

#### ★検診当日の持ちもの

- ・婦人科検診票 (予約した人へ送付または会場でお渡しします。)
- ・自己負担金 乳がん検診 1,000円 子宮頸がん検診 1,000円
- ・バスタオル (乳がん検診を受ける人)

※子宮頸がん検診を受ける人は、スカート着用が便利です。

### その他の検診

対象者には個別案内を送付します。  
詳細は案内をご確認ください。

予約制

#### 骨粗しょう症 検診

内 容：超音波検査による骨密度測定  
対 象：令和9年3月31日までに40、45、50、55、60、65、70歳になる女性

#### 口腔がん 検診

内 容：口腔外科医師によるがん検診と個別相談  
対 象：今年度特定健康診査を受診した40~74歳の人で喫煙指数900以上の人  
<喫煙指数=1日の喫煙本数×喫煙年数>  
喫煙または飲酒習慣があり、令和9年3月31日までに40~74歳になる人

#### 歯周病 検診

対 象：令和9年3月31日までに20、30、40、50、60、70歳になる人  
実施期間：令和8年6月1日(月)~令和9年2月28日(日)

## 予防・相談

# 保健指導・こころの相談

問い合わせ【健康増進課】  
☎22-0506

## 健康診断の結果を『健康づくり』に活かしましょう

### ①健診を受ける

生活習慣病は気づかないうちに進行します。  
1年に1回は健診を受け、自分の身体の状態を知りましょう。

### ②気づく

健診結果は約1か月半後に届きます。  
「要精密」「要治療」となった項目がある人は、早めに医療機関を受診しましょう。  
**早期発見・早期治療が重要です。**  
この機会に自分の生活を振り返ってみましょう。

体重が  
増えてしまった



血糖値や  
コレステロールが  
気になる

※特定保健指導の対象となった場合は、個別に面接を行い、健診結果をお返します。

### ③行動する

食事や運動、生活リズムなどを見直し、できることから取り組むことで  
**生活習慣病を予防することができます。**  
下記の相談や教室では、生活習慣改善のヒントが分かります。  
お気軽にご利用ください。

#### ■生活習慣病予防の相談 要予約

- ・健康相談：保健師による健診結果などについての相談
- ・栄養相談：栄養士による食事のとり方などについての相談

#### ■生活習慣病予防教室 要予約

高血圧や糖尿病、脂質異常などの病気やその予防について、テーマ別に医師が  
分かりやすくお話しします。また、食事や運動など生活上のポイントについても、  
体験しながら学ぶことができます。

#### ■こころの健康相談 要予約

気分が落ち込んでやる気がでない、眠れない、イライラするなど、こころの  
問題で悩んでいる人や、その家族の相談を専門医師がお受けします。

#### ■こころの生活支援相談 要予約

こころの病気を持った人の就労や生活についての相談を、精神保健福祉士や  
保健師などがお受けします。

※相談等についての秘密は厳守いたします。  
日程や場所の詳細は、予約時にお知らせします。

#### ■今日からあなたもゲートキーパー

ゲートキーパーとは、悩んでいる人に気づき、声をかける人のことです。

<ゲートキーパーの4つの役割>

#### ①気づく

「最近どう？無理してない？」  
いつもと違うと感じたら  
声をかける

#### ②傾聴する

「話してくれてありがとう」  
本人の気持ちを尊重して  
話をじっくり聞く

#### ③つなげる

「ここで相談できるよ」  
専門窓口相談するよう促す

#### ④見守る

「いつでも相談してね」  
本人のペースに合わせて寄り添う



誰でもゲートキーパーになることができます。  
あなたの優しい“ひとこと”が、大切ないのちを守ります。

こころといのちの相談窓口  
ひとりで悩まず、  
相談してください。



こころの体温計  
簡単にストレスチェックが  
できます。



予防接種の内容に変更や追加があったときは、市のホームページや広報紙および公式SNSなどでお知らせします。

## ■ ワクチンの種類と接種間隔 ※令和2年10月から、注射生ワクチン間のみ接種してから27日以上あけることとしその他のワクチンについては制限がなくなりました

ワクチン種類	特徴	接種可否	接種間隔
注射生ワクチン	生きた細菌やウイルスの毒性を弱めたもの 十分な抵抗力（免疫）ができるのに約1か月必要 麻しん風しん混合ワクチン・水痘ワクチン・BCGワクチン・おたふくかぜワクチンなど	27日 注射生ワクチンは接種不可 注射生ワクチンを接種	27日以上の間隔をおかなければ、次の注射生ワクチンの接種を受けることはできません
経口生ワクチン	生きた細菌やウイルスの毒性を弱めたもの 十分な抵抗力（免疫）ができるのに約1か月必要 ロタウイルスワクチン	経口生・不活化ワクチンを接種可能	接種間隔に制限はありません 【経口生・不活化ワクチンを接種する場合】
不活化ワクチン	細菌やウイルスの毒性を完全になくしたもの 数回接種することで免疫ができるため、基礎免疫ができたあとに追加接種が必要 小児用肺炎球菌ワクチン・B型肝炎ワクチン・5種混合ワクチン・日本脳炎ワクチン・2種混合ワクチン・HPVワクチン・季節性インフルエンザワクチン など	次のワクチンを接種可能	接種間隔に制限はありません

※同じ種類のワクチンの接種を複数回受ける場合は、接種間隔の制限は従来どおりワクチンごとに決められた間隔を守る必要があります

例) 5種混合ワクチン



### ■ 予防接種を受けるまでの流れ

- ①生後2か月になる前に、定期予防接種の予診票綴りと冊子「予防接種と子どもの健康」が届きます。
- ②医療機関に予防接種の予約をします。接種は全て医療機関での個別接種です。
- ③「予防接種と子どもの健康」の冊子を読み、予診票を記入しましょう。
  - ・予診票の表紙のシールにある「整理番号」を予診票の記載欄に記入してください。
  - ・紛失や転入の際は、母子健康手帳を持参のうえ、窓口にお越しください。
- ④接種当日は、保険資格が確認できるもの・予診票・母子健康手帳を必ず持参しましょう。

### ■ 接種場所・予防接種料金について

- 接種場所：以下の医師会に加入の医療機関（大学病院を除く）  
・茨城県医師会 ・小山地区医師会 ・芳賀郡市医師会
- 料金は原則無料です。  
茨城県外の医療機関で受ける場合、差額の自己負担が生じることもあります。
- 接種対象年齢を過ぎると全額自己負担（任意接種）になりますのでご注意ください。  
筑西市以外の市町村（県内に限る）で接種する場合は、茨城県医師会ホームページ（<https://www.ibaraki.med.or.jp>）、筑西市ホームページの協力医療機関一覧をご参照ください。

### ■ 予防接種時の注意点

大切なお子さんをワクチンで防げる病気から守るためには、接種時期になったら忘れずに予防接種を受けることが重要です。  
かかりつけ医と相談のうえ、接種スケジュールを立てましょう。

- お子さんの体調の良い時に受けましょう。
- 予診票には保護者の自署が必要です。  
祖父母など保護者以外の方がお子さんを連れて接種を受ける時は、保護者の「**予防接種委任状**」が必要となります。
- 接種後30分程度は、接種を受けた場所で様子を見るか、医師とすぐ連絡がとれるようにしておいてください。  
（急な副反応が起こることもあります。）
- 接種後、生ワクチンで4週間、不活化ワクチンで1週間程度は副反応の出現に注意しましょう。
- 接種部位は清潔に保ちましょう。  
入浴は差し支えありませんが、接種部位はこすらないようにしましょう。

## 定期予防接種一覧

予防接種法の改正により、ワクチンの種類や接種方法などが変更になることがあります。

ワクチンの種類		定期接種対象年齢	標準的な接種期間	回数	接種方法
ロタ	ロタリックス(1価)	生後6週0日後から24週0日後まで	初回接種を生後2か月から14週6日後までに開始 ※同一ワクチンで接種を完了してください ※ワクチンを吐き戻しても再接種の必要はありません	2回	1回目→2回目:27日以上あける
	ロタテック(5価)	生後6週0日後から32週0日後まで		3回	1回目→2回目:27日以上あける 2回目→3回目:27日以上あける
B型肝炎		1歳未満	生後2か月から9か月未満	3回	1回目→2回目:27日以上あける 追加:1回目の接種から139日以上あけて1回(1回目の接種日から20週後の同じ曜日から接種可) ※母子感染予防のために健康保険で予防接種を受ける場合は、定期予防接種の対象になりません
小児用肺炎球菌 ※接種回数・接種期間は、接種を開始する年齢によって異なります		生後2か月から5歳未満	標準 初回1回目を生後2か月から7か月未満に開始	4回	初回:27日以上あけて3回 追加:3回目接種後60日以上あけて、1歳以上に1回 ※2回目および3回目の接種は2歳の前日までにを行い、2歳を超えた場合は行わないこと(追加接種は可)1歳を超えて2回目の接種を行った場合、3回目の接種は行わないこと(追加接種は可)
			初回1回目を生後7か月から1歳未満に開始	3回	初回:27日以上あけて2回 追加:2回目接種後60日以上あけて、1歳以上に1回 ※2回目の接種は2歳の前日までにを行い、2歳を超えた場合は行わないこと(追加接種は可)
			初回1回目を1歳から2歳未満に開始	2回	60日以上あけて2回
			2歳以上5歳未満	1回	
5種混合 (ジフテリア・百日せき・破傷風・不活化ポリオ・Hib)		生後2か月から7歳6か月未満	【第1期初回】生後2か月から7か月未満 【第1期追加】初回接種(3回)終了後1年から1年6か月あける	4回	第1期初回:20日以上(標準的には20日から56日まで)あけて3回 第1期追加:3回目接種後6か月以上あけて1回
BCG		1歳未満	生後5か月から生後8か月未満	1回	
MR (麻疹・風しん)		第1期:1歳から2歳未満 第2期:年長相当児(令和2年4月2日から令和3年4月1日生まれ)		2回	第1期:1回 第2期:令和8年4月1日から令和9年3月31日までに1回
水痘		1歳から3歳未満	【1回目】1歳から1歳3か月未満 【2回目】1回目接種後6か月から1年あける	2回	1回目→2回目:3か月以上(標準的には6か月から1年)あける
日本脳炎		第1期 生後6か月から7歳6か月未満	【第1期初回】3歳から4歳 【第1期追加】4歳から5歳	3回	第1期初回:6日以上(標準的には6日から28日まで)あけて2回 第1期追加:2回目接種後6か月以上、標準的にはおおむね1年経過後に1回
		第2期 9歳から13歳未満	9歳から10歳	1回	
		特例 平成7年4月2日から平成19年4月1日生		上限4回	4回の接種を終了していない人は、20歳未満であれば残りの回数分を受けることができる
2種混合		11歳から13歳未満	11歳から12歳	1回	
HPV (子宮頸がん予防) ※令和8年度より、接種するワクチンはシルガード9のみとなります		小学6年生から 高校1年生相当の女子	中学1年生	2回 または 3回	1) 1回目接種日の年齢が15歳未満⇒2回接種【標準】1回目の6か月後に2回目 ※1回目と2回目の接種は少なくとも5か月以上あける (5か月未満である場合、2回目から3か月以上あけて3回目の接種が必要) 2) 1回目の接種日の年齢が15歳以上⇒3回接種 【標準】1回目→2回目:2か月以上あける 3回目:1回目から6か月以上あける ※2回目と3回目の接種がそれぞれ1回目の2か月後と6か月後にできない場合、2回目は1回目から1か月以上、3回目は2回目から3か月以上あける

◆4種混合ワクチンの販売中止に伴い、令和6年4月以降、5種混合ワクチンを主に用いることになっています。単味のHibワクチンを用いる場合は以下のとおりです。

- 1) 初回1回目を生後2か月から7か月未満に開始: 初回:27日(医師が必要と認めた場合は20日)から56日までの間隔をおいて3回、追加:3回目接種後7か月以上(標準的には7か月から13か月あけて)1回
- 2) 初回1回目を生後7か月から1歳未満に開始: 初回:27日(医師が必要と認めた場合は20日)から56日までの間隔をおいて2回、追加:2回目接種後7か月以上(標準的には7か月から13か月)あけて1回  
※2回目および3回目の接種は1歳の前日までにを行い1歳を超えた場合は行わない ただし、追加接種は可能: 初回の最後の接種後27日以上(医師が必要と認めた場合は20日)あけて1回行う
- 3) 1歳以上5歳未満: 1回

【同じワクチンによる接種完了が困難な場合】すでに接種されたHibワクチンの回数に関わらず、5種混合ワクチンにより接種を完了することとして差し支えないという方針が示され、5種混合ワクチンによる交互接種が可能になりました。

ワクチン	対象者	助成回数	助成期間	市の助成額	接種場所	持ちもの
RSウイルスワクチン	妊娠 28 週 0 日から 36 週 6 日までの妊婦	1 回	令和 8 年 4 月 1 日～	接種料金は原則無料		①保険資格が確認できるもの ②母子健康手帳 ③予診票
成人用肺炎球菌	①満 65 歳の人（対象者に通知が届きます） ② 60 歳以上 65 歳未満で障害者手帳（内部障害 1 級）をお持ちの人（健康増進課へお問い合わせください）	生涯 1 回 ※過去に、自費であっても接種を受けたことのある人は、助成の対象になりません	65 歳以上 66 歳未満	3,500 円	以下の医師会に加入の医療機関（大学病院を除く） ・茨城県医師会（筑西市を含む茨城県内の医療機関） ・小山地区医師会（小山市・下野市・上三川町・野木町） ・芳賀郡医師会（真岡市・益子町・芳賀町・市貝町・茂木町）	①保険資格が確認できるもの ②接種料金 ③障害者手帳（60 歳以上 65 歳未満で内部障害 1 級の人） ④生活保護受給証明書（生活保護を受給している人）
高齢者インフルエンザ	①満 65 歳以上の人（対象者に通知が届きます） ※助成期間中に 65 歳を迎える人は誕生日以降に接種してください ② 60 歳以上 65 歳未満で障害者手帳（内部障害 1 級）をお持ちの人（健康増進課へお問い合わせください） ※75歳以上の人は標準量ワクチンまたは高用量ワクチンが選択できます	1 回	令和 8 年 10 月 1 日～ 令和 9 年 1 月 31 日	・標準量ワクチン 2,000 円 ・高用量ワクチン 2,500 円		
新型コロナウイルス	①満 65 歳以上の人（対象者に通知が届きます） ※助成期間中に 65 歳を迎える人は誕生日以降に接種してください ② 60 歳以上 65 歳未満で障害者手帳（内部障害 1 級）をお持ちの人（健康増進課へお問い合わせください）	1 回	令和 8 年 10 月 1 日～ 令和 9 年 3 月 31 日	5,000 円	※予防接種協力医療機関一覧表を参照ください。 また、一覧表に記載のない市外医療機関で接種を希望する場合は、接種日までに余裕をもって、健康増進課までお問い合わせください。	
带状疱疹	① 65 歳以上の国で定められた対象者（対象者に通知が届きます） ②満 60 歳以上 65 歳未満の者であってヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障害を有する人	生涯 1 回 ※接種回数 ・不活化ワクチン 2 回 ・生ワクチン 1 回	令和 8 年 4 月 1 日～ 令和 9 年 3 月 31 日	・不活化ワクチン 1 回 6,000 円 ・生ワクチン 1 回 3,000 円		

## 任意予防接種

ワクチン	対象者	助成回数	事前申請	助成期間	市の助成額	接種場所	持ちもの
おたふくかぜ	1 歳から小学校就学前の年度末日	生涯 1 回		令和 8 年 4 月 1 日～ 令和 9 年 3 月 31 日	4,000 円	以下の医師会に加入の医療機関（大学病院を除く）	①保険資格が確認できるもの ②母子健康手帳 ③接種料金 ※予診票は医療機関のものを ご使用ください
小児インフルエンザ	6 か月から中学 3 年生 ※助成期間中に 6 か月を迎える人は、誕生日以降に接種してください	(助成期間内に) 6 か月から 13 歳未満は 2 回 13 歳以上は 1 回	不要	令和 8 年 10 月 1 日～ 令和 9 年 1 月 31 日	2,000 円	①真壁医師会（筑西市・桜川市・下妻市・八千代町） ②結城市医師会（結城市） ③つくば市医師会（つくば市・つくばみらい市） ④小山地区医師会（小山市・下野市・上三川町・野木町） ⑤芳賀郡医師会（真岡市・益子町・芳賀町・市貝町・茂木町）	①保険資格が確認できるもの ②接種料金 ※予診票は医療機関のものを ご使用ください
男性 HPV ワクチン (9 価)	小学 6 年生から高校 1 年生相当の男子	・ 2 回接種の場合 2 回まで ・ 3 回接種の場合 3 回まで (接種開始日の年齢により異なります)	不要	令和 8 年 4 月 1 日～ 令和 9 年 3 月 31 日	1 回 27,000 円		①保険資格が確認できるもの ②接種料金 ※予診票は医療機関のものを ご使用ください
带状疱疹	満 50 歳以上の定期接種対象以外の人	生涯 1 回 ※接種回数 ・不活化ワクチン 2 回 ・生ワクチン 1 回		令和 8 年 4 月 1 日～ 令和 9 年 3 月 31 日	・不活化ワクチン 1 回 6,000 円 ・生ワクチン 1 回 3,000 円	※予防接種協力医療機関一覧表を参照ください。 また、一覧表に記載のない市外医療機関で接種を希望する場合は、接種日までに余裕をもって、健康増進課までお問い合わせください。	①保険資格が確認できるもの ②接種助成券（再交付はできません） ③接種料金 ④予診票
成人風しん	平成 2 年 4 月 1 日以前に生まれた人で国が予防接種を推奨する抗体価の人	生涯 1 回	要		・風しん 3,000 円 ・MR 混合 5,000 円		①保険資格が確認できるもの ②接種助成券（再交付はできません） ③接種料金 ④予診票

◆骨髄移植患者等ワクチン再接種費用助成について（骨髄移植などを受けて移植前の定期予防接種ワクチンの免疫が低下、または消失した人を対象に再接種（任意接種）費用を助成します）  
※接種前に申請が必要です。詳細については、健康増進課までお問い合わせください。





## 献 血

## 献血のお知らせ

★下記日程により献血を実施しますので、みなさまのご協力をお願いします。

献 血 日 程					
月	日	曜日	会 場	午 前	午 後
4月	23日	木	筑西市役所	10:00～12:00	1:15～4:00
6月	18日	木	関城支所		1:30～4:00
8月	7日	金	筑西市役所	10:00～	～4:00
11月	5日	木	筑西市役所	10:00～	～4:00
	12日	木	関城支所		1:45～4:00
令和9年 2月	17日	水	関城支所		2:45～4:00
	18日	木	筑西市役所	10:00～	～4:00

内容に変更や追加があったときは、市広報紙やホームページおよび公式SNSなどでお知らせします。

✿ 400mL献血にご協力お願いいたします ✿

献血基準	年 齢	体 重	最高血圧	最低血圧
400mL献血	男性:17～69歳※ 女性:18～69歳※	男女とも50kg以上	90mmHg以上 180mmHg未満	50mmHg以上 110mmHg未満

血色素量	採血間隔
男性:13.0g/dL以上 女性:12.5g/dL以上	男性:12週間後の同じ曜日から 女性:16週間後の同じ曜日から

※65歳から69歳までの人は60歳から64歳までに献血の経験がある人に限られます。



【健康増進課】☎22-0506

## 救急相談先

## 急な病気で困ったら

## 筑西市夜間休日一次救急診療所

住 所	筑西市小林355番地1(下館保健センター内)	
診療科目	内科・小児科	
診療日 受付時間	診 療 日	日曜日・祝日・年末年始(12/31～1/3)
	受付時間	午前9時～午後0時30分
	※夜間診療は、当面の間、休診となります。 再開時には、市ホームページや広報紙などでお知らせいたします。	
持ちもの	・マイナ保険証または資格確認書・医療福祉費受給者証・母子健康手帳・お薬手帳 など	
問合せ先	☎0296-45-5526	▼市ホームページをご覧ください <a href="https://www.city.chikusei.lg.jp/page/page006963.html">https://www.city.chikusei.lg.jp/page/page006963.html</a>
	※診療受付時間内のみ対応となります。	

▼下記①②は24時間365日電話対応しています。

[相談無料] ※通話料は利用者負担

①茨城救急電話相談	子ども ☎#8000 おとな ☎#7119 又は ☎050-5445-2856	体調が悪くなった時や、ケガをしたときに医療の相談ができます。
②ちくせい健康ダイヤル24	☎0120-08-2941	医療機関情報、健康相談、医療相談、メンタルヘルス相談、育児相談、介護相談など 医師をはじめ各専門職が電話で相談に応じます。
茨城県救急医療情報ポータルサイト	県内の医療機関を探ることができます。 インターネット検索 <a href="https://www.qq.pref.ibaraki.jp/">https://www.qq.pref.ibaraki.jp/</a>	
こどもの救急	・茨城県小児救急医療啓発サイト「こどもの救急手引き」 <a href="https://www.pedqq.pref.ibaraki.jp/">https://www.pedqq.pref.ibaraki.jp/</a>	

【地域医療推進課】☎22-0535

# AED

## 市内公共施設のAED設置場所



筑西市内の公共施設では下記の施設にAEDが設置されています。AED（自動体外式除細動器）は、突然心停止状態に陥った時、心臓に電気ショックを与え、正常な状態に戻す医療機器です。AEDは自動的に傷病者の心電図を解析して除細動の必要性を判断し、音声で必要な処置を指示してくれます。

下記の施設に設置されているAEDは、茨城県AED設置施設登録制度により登録されており、どなたでも利用可能です。

地区	施設名称	電話番号	地区	施設名称	電話番号
下館	下館中学校	24-0314	大田	下館トレーニングセンター	25-1535
	下館小学校	22-3071		県西生涯学習センター	24-1151
	筑西市役所本庁舎	24-2111		筑西診療所	28-2261
	しもだて地域交流センター(アルテリオ)	23-1616		嘉田生崎小学校	22-3872
	下館武道館	28-5040		嘉田生崎コミュニティセンター	22-6131
伊讃	下館西中学校	28-0404	嘉田生崎	中央図書館	24-3530
	伊讃小学校	22-2042		関城西小学校	37-6934
川島	伊讃コミュニティセンター	25-1794	関本	関城コミュニティセンター	37-6626
	川島小学校	28-0202		筑西消防署 関城分署	37-2444
	筑西市役所 川島出張所	28-0217		関城中学校	37-6055
	筑西遊湯館	33-5151		関城東小学校	37-6924
	きぬ聖苑	33-6635		筑西市役所 関城支所	37-6111
	環境センター	33-3755		生涯学習センター(ペアーノ)	37-7803
	川島コミュニティセンター	28-5604		関城老人福祉センター	20-3310
	筑西消防署 川島分署	28-0119		関城体育館	37-6049
竹島	竹島小学校	22-3789	黒子	認定こども園せきじょう	37-3320
	竹島コミュニティセンター	25-1790		明野五葉学園	52-0202
	総合福祉センター	22-5191		筑西市役所 明野支所	52-1111
	心身障害者福祉センター	22-3760		明野コミュニティセンター	52-5333
	下館保健センター	24-2266		明野トレーニングセンター	52-0567
	筑西消防署	24-4504		明野図書館	52-2466
	道の駅グランテラス筑西	45-5055		あけの元気館	52-7111
	養蚕小学校	22-3509		筑西消防署 明野分署	52-1581
	養蚕コミュニティセンター	25-1452		宮山ふるさとふれあい公園	52-3610
	茨城県西部メディカルセンター	24-9111		小栗小学校	57-3411
養蚕	五所小学校	22-3884	新治	協和中学校	57-3155
	五所コミュニティセンター	22-6130		新治小学校	57-2061
	ザ・ヒロサワ・シティ体育館(下館総合体育館)	28-5040		協和コミュニティセンター	57-2515
五所	ザ・ヒロサワ・シティ体育館(下館総合体育館)	28-5040	協和	筑西消防署 協和分署	57-3479
	中	中小学校		22-3709	協和ふれあいセンター
中	中コミュニティセンター	25-1887	新治	協和の杜体育館	57-6600
	河間	河間小学校		22-2327	協和サッカー場
河間	河間コミュニティセンター	25-1434	古里	古里小学校	57-2184
	大田	下館南中学校		22-3736	ヒロサワ県西総合公園(県西総合公園)
大田	大田小学校	22-2651			
	大田コミュニティセンター	22-6132			

(令和8年1月1日時点)

以下の学校では、24時間誰でも利用できるAEDを敷地の屋外に設置しています。

- ・下館中学校
- ・下館西中学校
- ・下館南中学校
- ・関城中学校
- ・明野五葉学園
- ・協和中学校

### そのほかのAED設置箇所について

民間施設や医療機関等の市内AED設置箇所については、[いばらきデジタルまっぷ](https://www2.wagmap.jp/ibaraki/top/)で検索できます。

【インターネット】  
いばらきデジタルまっぷ  
<https://www2.wagmap.jp/ibaraki/top/>



最新の設置箇所を知りたいときは、ぜひデジタルまっぷを活用してください。

### 検索方法

- ①いばらきデジタルまっぷを開く
- ↓
- ②【健康福祉】を押す
- ↓
- ③【医療関係施設】を押す
- ↓
- ④地図を表示or住所を指定して地図を表示
- ↓
- ⑤調べたい場所の住所を入力
- ↓
- 地図にAEDの設置箇所が表示されます

【健康増進課】☎22-0506

# 保健センター案内図

## 下館保健センター

夜間休日一次救急診療所  
〒308-0806  
筑西市小林355番地1



## 協和保健センター

〒309-1103  
筑西市久地楽260番地  
(協和ふれあいセンター内)



## 関城保健センター

〒308-0111  
筑西市舟生1040番地  
(関城支所2階)



## 明野保健センター

〒300-4516  
筑西市新井新田48番地1  
(あけの元気館内)



## 筑西市役所本庁舎

母子保健課(子ども家庭センター)  
医療保険課  
健康増進課  
地域医療推進課

## 施設住所

### 川島出張所

〒308-0856 筑西市伊佐山155番地26

### 茨城県総合健診協会県西センター

〒308-0125 筑西市関本分中37番地1

### 小栗コミュニティセンター

〒309-1101 筑西市小栗5269番地1

### 協和コミュニティセンター

〒309-1192 筑西市門井1962番地2

# 転入された人へ

## 1. 妊婦・産婦の人

【母子保健課】 ☎ 24-2115

妊婦・新生児聴覚検査・産婦・乳児一般健康診査受診票をお渡しします。

★持ち物：母子健康手帳、妊婦・新生児聴覚検査・産婦・乳児一般健康診査受診票(転入前の住所地で交付)

## 2. お子さんがいる人

### ①就学前のお子さんがいる人

【母子保健課】 ☎ 24-2115

集団健診・医療機関健診・各種相談のご案内等をいたします。

1歳未満のお子さんで、医療機関での健診を受診していない人には、「乳児一般健康診査受診票」をお渡しします。

★持ち物：母子健康手帳

### ②定期の予防接種が終わっていない人

【健康増進課】 ☎ 22-0506

母子健康手帳で接種の有無を確認後、予防接種の予診票をお渡しします。

★持ち物：母子健康手帳

## 3. 妊婦の人、お子さんがいる人

【医療保険課】 ☎ 24-2103

医療福祉費支給制度・はぐくみ医療費支給制度 医療費の一部助成について(P2参照)

## 4. 成人健診、女性検診等を受診ご希望の人

【健康増進課】までお問い合わせください。

【健康増進課】 ☎ 22-0506

【発行】筑西市健康子ども部健康増進課

〒308-8616 筑西市丙360

☎ 22-0506

URL <https://www.city.chikusei.lg.jp>