

集団検診 9月 女性のがん検診の予約

1. 予約期間 定員になり次第締め切ります

ネット予約 7月25日(火)～27日(木)

電話予約 7月26日(水)～27日(木)

※予約期間終了後は、下記の問い合わせ先へお問い合わせください。



ネットで予約

健診 Web 予約サービス▶▶▶

<https://kenko-link.org/>



受付時間 24時間(初日 9:00～/最終日 17:00まで)

予約手順 次の手順で簡単に予約ができます。

1. 利用登録(初めて利用する方のみ)
2. 希望する日時を選択
3. 受診項目を選択



電話で予約

健診予約センター(茨城県総合健診協会)

電話番号 0570-077-150

受付時間 9:00～17:00 ※予約期間内のみ受付

※予約以外のお問い合わせは、各保健センターへご連絡ください。

▼予約の際は以下をお伝えください

保険証の種類、氏名、生年月日、住所、電話番号、希望日時、受診項目

2. 検診日程 骨:骨粗しょう症検診実施日

9月		
骨	3日 日	小川保健相談センター
	13日 水	
	20日 水	四季健康館
	26日 火	

■当日の受付時間

【乳がん検診のみ】10:00～10:10、10:20～10:30

【子宮頸・乳がん検診】12:30～12:40、12:50～13:00、13:10～13:20

【骨粗しょう症検診のみ】13:40～13:50

※同日に女性のがん検診も希望する方は、がん検診の受付時間で一緒に受診ができます。

3. 検診内容・個人負担金等

対象者年齢 令和6年3月31日基準	子宮頸がん検診	乳がん検診		骨粗しょう症検診	受診間隔	個人負担金
		超音波	マンモ			
20～29歳	○	—	—	○	1年に1度	1項目
30～39歳	○	○	—	○		
40～56歳	○	○	○	○	マンモは 2年に1度	500円
57歳以上	○	—	○	○		

※個人負担金が無料の方

- ・クーポン対象の方
- ・75歳以上の方
- ・身障手帳1・2級の方
- ・精神手帳1・2級の方
- ・療育手帳^①・Aの方
- ・生活保護受給者

●自覚症状のある方(不正出血、異常なおりもの、乳房のしこり・痛みなど)、医療機関で経過観察中の方、毎回精密検査になる方は、医療機関で直接受診しましょう。●妊娠中の方や令和5年4月以降に人間ドックや職場等で受診済・受診予定の方は対象外です。●産後3か月までの方は子宮頸がん検診が受けられません。

4. 今後の検診の予定

	10月	11月	12月
女性のがん検診	○	○	○
骨粗しょう症検診	○	○	

広報紙掲載予定

お知らせ版 8月号

(7月27日発行)

お知らせ版 9月号

(8月24日発行)

検診日程・予約期間は、市ホームページでもご覧いただけます▼

ID 007525



医療機関でも女性のがん検診を受けられます▼

ID 006203



問 四季健康館 ☎ 0299-48-0221
小川保健相談センター ☎ 0299-58-1411

あなたの健康づくりを応援する教室を開催します！

血糖値が気になる方へ

血糖スリム教室

参加
無料

7月31日(月)

13:30 ~ 15:00 (受付 13:15 ~)

高血糖を放っておくと、自覚症状がなくても糖尿病・合併症を引き起こします。「ちょっと高い」と思った今がチャンス！血糖コントロールは早期ほど上手いききます。生活の中で実践できるコツを学んでみませんか？

内容	保健師・管理栄養士による健康講座 「高血糖がカラダに及ぼす影響」 「高血糖・肥満になりにくい食事、食生活改善のポイント」
場所	小川保健相談センター
対象	次のいずれかに該当する方 ・HbA1c 5.6%以上 ・BMI 25以上 ・腹囲 男/85 cm以上、女/90 cm以上
定員	15名(先着順)
申込方法	窓口・電話・申込フォーム
申込期間	7月11日(火) ~ 14日(金)

問 小川保健相談センター
☎ 0299-58-1411

申込はこちら▶



コレステロールが気になる方へ

血液サラサラ教室

参加
無料

9月11日(月)

13:30 ~ 15:00 (受付 13:15 ~)

脂質異常は、中性脂肪が高いタイプと、コレステロールに異常があるタイプで改善策が異なります。自身の特徴を知り、生活の中でできることを一緒に考えましょう！

内容	保健師・管理栄養士による健康講座 「血圧と脂質異常がカラダに及ぼす影響」 「高血圧・脂質異常になりにくい食事・食習慣改善のポイント」
場所	四季健康館
対象	次のいずれかに該当する方 ・最高血圧 130mmHg 以上または最低血圧 85mmHg 以上 ・HDL 39mg/dl 以下 ・LDL 120mg/dl 以上 ・中性脂肪 150mg/dl 以上
定員	15名(先着順)
申込方法	窓口・電話・申込フォーム
申込期間	8月25日(金) ~ 30日(水)

問 健康増進課 健康支援係
☎ 0299-48-0221

申込はこちら▶



保健師・栄養士と相談できます

生活習慣病予防相談会

参加
無料

健診結果の見方や体調の悩みについて、保健師・栄養士とゆっくり相談ができます。あなたに合った生活習慣改善の方法を一緒に考えましょう。ご希望の方は無料で筋肉量・内臓脂肪量・基礎代謝量などのからだ分析やストレスチェックも受けられます。



問 健康増進課 健康支援係
☎ 0299-48-0221

内容	個別の健康相談 健康チェック(体組成計でのからだ分析、ストレスチェック)
日時 場所	8月8日(火) 小川保健相談センター 9月12日(火) 四季健康館 ① 9:30 ~ ② 10:30 ~ ③ 13:30 ~ ④ 14:30 ~ ※1人30 ~ 45分程度
対象	健診を受けた方 健康について相談がある方
定員	各日10名程度
持ち物	健診結果表(健診を受けた方のみ)
申込方法	電話
申込期間	相談日前日まで