

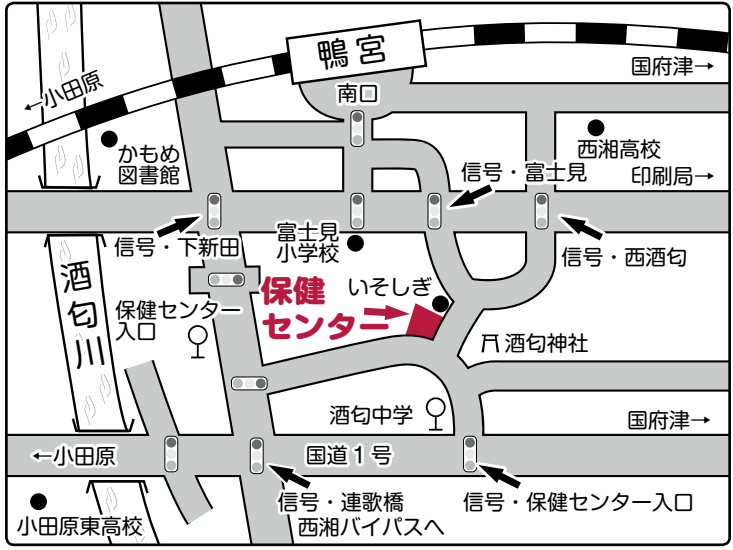
2019年度

健康カレンダー

保存版

2019年4月 ▶ 2020年3月

小田原市保健センターのご案内 〒256-0816 小田原市酒匂2-32-16



(市外局番0465) ☎ 47-0820

保健医療係 ☎ 47-0828
成人保健係 ☎ 47-4723
母子保健係 ☎ 47-4724
☎ 47-4722

小田原市健康づくり課 (FAX 47-0830)
 (月曜日～金曜日 8:30～17:15)
 電話番号のお間違えがないようにお願いいたします。

- 交通案内**
- ・JR「鴨宮駅」南口下車徒歩15分
 - ・箱根登山バス(小田原駅～国府津駅)「酒匂中学」下車徒歩5分
 - ・箱根登山バス(小田原駅～鴨宮駅～国府津駅)「保健センター入口」下車徒歩3分

医療機関の案内(平日・昼間)

小田原医師会地域医療連携室
☎ 47-0833
 時間：月～土 9:00～12:00 13:00～17:00
 (日曜日、祝・休日、年末年始、休館日休み)
<http://www.odawara.kanagawa.med.or.jp/>

- ・病院、診療所の診療時間、休診日の案内
- ・かかりつけ医、在宅医療、介護保険の主治医の相談
- ・各種健康診断、検査、予防接種実施医療機関の案内
- ・医師による電話医療相談(事前にお電話ください)

急病のとき(休日・夜間)

◎まず、かかりつけの医師に相談しましょう

休日・夜間急患診療所
 (保健センター1階)

| | 診療科目 | 診療日 | 受付時間 |
|------|--------------------------|---|-------------------------|
| 夜間診療 | 内科 小児科 | 平日 | 19:00～22:00 |
| | | 土・日曜日、祝・休日 年末年始(12/29～1/3) | 18:00～22:00 |
| 休日診療 | 内科 小児科 耳鼻咽喉科 歯科 | 日曜日、祝・休日 年末年始(12/29～1/3) ※歯科は 8/14～8/16も 診療を行います。 | 8:30～11:30 (歯科9:00～) |
| | | 眼科 | 13:00～15:30 |

※最新の広報小田原をご覧ください。

※外科系の診療は行っておりません。

休日・夜間急患診療所
 運営/小田原医師会 **☎ 47-0823**

休日急患歯科診療所
 運営/小田原歯科医師会 **☎ 47-0825**

休日・夜間急患薬局
 運営/小田原薬剤師会 **☎ 47-0826**

小田原市立病院での夜間診療
☎ 34-3175 毎夜間、当直医の診療科・小児科の診療を行いますので事前にお問い合わせください。
 ※他院からの紹介状がない場合、初診時選定療養費(5,000円(税別))がかかる場合があります。

休日、夜間の病院案内
 毎夜間と日曜日、祝・休日、年末年始の昼間に10病院のうち2病院が順番で担当し、内科系・外科系の診療を行っています。
 (広域二次病院群輪番制)

| 病院名 | 所在地 | 電話 | 病院名 | 所在地 | 電話 |
|------|-----|---------|----------|------|---------|
| 小林病院 | 栄町 | 22-3161 | 山近記念総合病院 | 小八幡 | 47-7151 |
| 小澤病院 | 本町 | 24-3121 | 小田原市立病院 | 久野 | 34-3175 |
| 間中病院 | 本町 | 23-3111 | 大内病院 | 南足柄市 | 74-1515 |
| 西湘病院 | 扇町 | 35-5773 | 県立足柄上病院 | 松田町 | 83-0351 |
| 丹羽病院 | 荻窪 | 34-3444 | 湯河原胃腸病院 | 湯河原町 | 62-7181 |

☎ 49-0119 休日、夜間の病院案内
 小田原市消防本部病院案内で当番病院などをご案内します。

救急車の要請 ☎ 119

妊娠したら…

母子健康手帳

妊娠されましたら、早めに妊娠の届出をしてください。
母子健康手帳の交付時に、必要な出産・育児・健診の情報を説明します。

妊婦健康診査費用補助券

小田原市に住居登録のある妊婦さんへ妊娠・出産の経過とお子さんの成長や予防接種の記録をする母子健康手帳と妊婦健康診査費用補助券をお渡しします。
※里帰り出産などで妊婦健康診査費用補助券が使用できない場合は、償還払い(払戻)となります。



妊婦歯科健康診査

小田原市に住居登録のある妊婦さんは、妊娠中に1回、指定医療機関(6ページ)で歯科健康診査が自己負担500円で受けられます。
※自己負担金の免除制度があります。

取扱窓口 子育て世代包括支援センターはっぴい(保健センター1階) 平日9:00~17:00 TEL:0465-47-0844
※火曜日のみ窓口延長あり17:00~19:00(要予約)

その他 妊娠の届出にはマイナンバー(個人番号)が必要です。
外国で出産して母子健康手帳を受け取っていないかたや紛失等がありましたら、ご連絡ください。

不妊症・不育症治療費助成事業

不妊症・不育症の治療を受けられたご夫婦の経済的負担の軽減を図るため、治療費の一部を助成します。

それぞれに助成対象要件があります。不妊症治療費助成事業は、神奈川県が実施しています、「神奈川県不妊に悩む方への特定治療支援事業」の助成決定を受けてからの申請になります。

妊娠・育児等相談

妊娠中の相談や出産後の育児の相談を随時受けつけています。

子育て世代包括支援センターはっぴい 平日9:00~17:00 TEL:0465-47-0844
小田原市健康づくり課 母子保健係 平日8:30~17:15 TEL:0465-47-4722

ママパパ学級

妊婦さんとパートナーのかたが、講義やグループワーク、実習を通して、妊娠・出産・育児について学ぶ講座を3クラス開催しています。

- クラス** ①妊娠中の過ごし方: 栄養士の話、お産の話など
②赤ちゃんとの生活 その1: 小児科医の話、赤ちゃんの1日と成長など
③赤ちゃんとの生活 その2: 沐浴・お着替え体験、乳幼児揺さぶられ症候群の話など
- 対象** 市内に住居登録のある妊娠20週以降の妊婦さんとパートナー(妊婦さんのみ等の参加可も)
※妊娠19週以前で、受講を希望される場合は、ご相談ください。
- 時間** 【午前クラス】 9:20~11:30 【午後クラス】 13:20~15:30
※受付は、開始20分前より行っています。
- 会場** 保健センター ①②大会議室(3階) ③集団検診室(2階)
- 申込** 開催日前日までに電話予約(日曜日開催の場合、金曜日まで)
- 持物** 母子健康手帳、筆記用具 ※③のみエプロン、手拭きタオル

| クラス名 | 時間 | 4月 | 5月 | 6月 | 7月 | 8月 | 9月 | 10月 | 11月 | 12月 | 1月 | 2月 | 3月 |
|---------------|----|-------|-------|-------|-------|-------|------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| ①妊娠中の過ごし方 | 午後 | 12(金) | | 13(木) | 23(火) | | | 29(火) | | 13(金) | | 25(火) | |
| ②赤ちゃんとの生活 その1 | 午後 | | 20(月) | | | 20(火) | | | 14(木) | | 29(水) | | |
| ③赤ちゃんとの生活 その2 | 午前 | | 12(日) | | | | 8(日) | | | | 19(日) | | |
| | 午後 | | 12(日) | | 11(木) | | 8(日) | | 21(木) | | 19(日) | | 13(金) |

出産したら…

出生連絡票および低体重児届出票 ～産婦さんと赤ちゃんへの訪問～

赤ちゃんが生まれたら、「出生連絡票および低体重児届出票」にご記入のうえ、早めにご投函ください。これをもとにご連絡のうえ、保健師・助産師・訪問員がご自宅にうかがい健康管理や育児相談・育児情報をお届けします。

※「出生連絡票および低体重児届出票」は母子健康手帳にとじ込まれています。赤ちゃんが2,500g未満で生まれたとき、その保護者は母子保健法第18条に基づき速やかにその旨を届け出なければなりません。

育児相談・乳幼児健康診査

◎受付時間外の受付はできません

| 健診 | 対象 | 内容 | 会場 | 受付 | 持ち物 |
|------------|---------------------|--|--------------|----------------------------------|--|
| いきいき親子育児相談 | 妊婦さんと生後2か月から就学前までの児 | 計測・相談(栄養・育児・遊び方) 歯科相談(1歳6か月未満まで) ～助産師のみ電話予約制～ 助産師相談(第1子1歳未満まで・1回のみ) | 保健センター | 9:00～10:30 | 母子健康手帳 歯ブラシ(歯科相談を希望のかた) |
| 4か月児健康診査 | 4か月児 | 計測・診察・腎工コー検査・育児相談・栄養相談・子育て応援講座(第1子の父母全員、第2子以降の希望者) | 保健センター | 12:30～13:00 (応援講座受講者は12:50まで) | 母子健康手帳 4か月児健康診査問診票 アンケート |
| 8～9か月児健康診査 | 8～9か月児(10か月になる前日まで) | 計測・診察 | 取扱医療機関(郵送案内) | | 母子健康手帳 8～9か月児健康診査票 アンケート |
| 1歳6か月児健康診査 | 1歳6か月児 | 計測・診察(内科・歯科)・歯科相談・育児相談・栄養相談・心理相談 | 保健センター | 12:30～13:45 | 母子健康手帳 1歳6か月児健康診査問診票 歯ブラシ |
| 2歳児歯科健康診査 | 2歳1か月児 | 歯と栄養についての話・歯科診察・歯科相談・育児相談・栄養相談 | 保健センター | 12:30～13:15 | 母子健康手帳 2歳児歯科健康診査問診票 歯ブラシ |
| 3歳児健康診査 | 3歳6か月児 | 計測・診察(内科・歯科)・歯科相談・育児相談・栄養相談・心理相談・尿検査・保護者の血圧測定 | 保健センター | 12:30～13:45 | 母子健康手帳 3歳児健康診査問診票 歯ブラシ 視力と聴力の調査票 早朝尿 |

※いきいき親子育児相談の助産師相談について、第2子以降の場合は、ご相談ください。

※4か月児健康診査の問診票とアンケート、8～9か月児健康診査の診査票とアンケートは、お子さんが2か月の頃に郵送します。

※1歳6か月児健康診査・2歳児歯科健康診査は、受診月の前月に問診票を郵送します。

※3歳児健康診査は、受診月の前月に、問診票、視力と聴力の調査票、尿容器を郵送します。

育児相談・健康診査の日程

| 実施月 | 4月 | 5月 | 6月 | 7月 | 8月 | 9月 | 10月 | 11月 | 12月 | 1月 | 2月 | 3月 |
|------------|---------|-----------|-----------|-----------|-----------|----------|----------|----------|-----------|-----------|-----------|-----------|
| いきいき親子育児相談 | 8(月) | 9(木) | 6(木) | 1(月) | 1(木) | 4(水) | 3(木) | 1(金) | 2(月) | 8(水) | 3(月) | 2(月) |
| 4か月児健康診査 | 対象児 | 2018年12月生 | 2019年1月生 | 2019年2月生 | 2019年3月生 | 2019年4月生 | 2019年5月生 | 2019年6月生 | 2019年7月生 | 2019年8月生 | 2019年9月生 | 2019年10月生 |
| | 1～15日生 | 4(木) | 15(水) | 14(金) | 9(火) | 2(金) | 12(木) | 8(火) | 12(火) | 4(水) | 15(水) | 10(月) |
| | 16～31日生 | 16(火) | 28(火) | 24(月) | 24(水) | 21(水) | 24(火) | 24(木) | 27(水) | 12(木) | 20(月) | 19(水) |
| 1歳6か月児健康診査 | 対象児 | 2017年9月生 | 2017年10月生 | 2017年11月生 | 2017年12月生 | 2018年1月生 | 2018年2月生 | 2018年3月生 | 2018年4月生 | 2018年5月生 | 2018年6月生 | 2018年7月生 |
| | 1～10日生 | 15(月) | 8(水) | 12(水) | 4(木) | 8(木) | 10(火) | 2(水) | 7(木) | 5(木) | 14(火) | 14(金) |
| | 11～20日生 | 19(金) | 16(木) | 19(水) | 12(金) | 22(木) | 19(木) | 10(木) | 15(金) | 11(水) | 23(木) | 20(木) |
| | 21～31日生 | 24(水) | 23(木) | 25(火) | 22(月) | 28(水) | 27(金) | 25(金) | 25(月) | 19(木) | 30(木) | 27(木) |
| 2歳児歯科健康診査 | 対象児 | 2017年3月生 | 2017年4月生 | 2017年5月生 | 2017年6月生 | 2017年7月生 | 2017年8月生 | 2017年9月生 | 2017年10月生 | 2017年11月生 | 2017年12月生 | 2018年1月生 |
| | 1～15日生 | 2(火) | 13(月) | 5(水) | 8(月) | 9(金) | 2(月) | 7(月) | 11(月) | 9(月) | 17(金) | 13(木) |
| | 16～31日生 | 17(水) | 27(月) | 17(月) | 17(水) | 26(月) | 13(金) | 16(水) | 26(火) | 20(金) | 27(月) | 26(水) |
| 3歳児健康診査 | 対象児 | 2015年9月生 | 2015年10月生 | 2015年11月生 | 2015年12月生 | 2016年1月生 | 2016年2月生 | 2016年3月生 | 2016年4月生 | 2016年5月生 | 2016年6月生 | 2016年7月生 |
| | 1～10日生 | 3(水) | 14(火) | 11(火) | 10(水) | 7(水) | 5(木) | 9(水) | 13(水) | 10(火) | 16(木) | 6(木) |
| | 11～20日生 | 10(水) | 17(金) | 20(木) | 18(木) | 19(月) | 11(水) | 17(木) | 20(水) | 16(月) | 22(水) | 12(水) |
| | 21～31日生 | 18(木) | 30(木) | 26(水) | 26(金) | 27(火) | 25(水) | 23(水) | 28(木) | 24(火) | 28(火) | 17(月) |

個別心理相談

お子さんの心身の発達について悩んでいるかたを対象に、臨床心理士がご相談をお受けします。

対 象 就学前までの親子

申 込 保健センターに電話で予約。日程調整をいたします。

予防接種

予防接種は、感染症などの病気に対し免疫を作って予防するためのものです。予防接種の効果と副作用を十分理解し、体調の良いときに受けましょう。予防票は8ページ記載の取扱医療機関にあります。また、以下の内容が今後変更となった場合は、広報小田原、市ホームページ等でお知らせします。

子どもの予防接種

- お子さんの出生後にお渡しする冊子「予防接種と子どもの健康」を必ず読んで、お子さんの体調が良いときに受けましょう。
- 予防接種は、以下の対象年齢内であれば、8ページ記載の取扱医療機関で、市の費用負担(無料)で接種できます。取扱医療機関にあらかじめお問い合わせのうえ、母子健康手帳を忘れずにお持ちください。

～予防接種の計画を立てましょう～

■：標準的な接種年齢
 □：法律で定められている対象年齢
 (期間中はいつでも接種できますが、それぞれの予防接種の目的)から標準的な接種の年齢を■を目安として示してあります。

| ワクチン名 | 年齢 | 接種回数等 |
|--------------------------------------|---|--|
| B型肝炎 | 生後から 1歳未満 | 3回接種 (1回目から27日以上あけて2回目、更に1回目から139日以上あけて3回目を接種) |
| BCG(結核予防) | 生後から 1歳未満 | 1回接種 |
| Hib(ヒブ) | 生後2か月から 5歳未満 | 標準的接種(生後2か月～7か月未満に接種開始)の場合、次のとおり4回接種 (初回接種(①②③):27日～56日の間隔で生後12か月未満の間に3回接種 追加接種(④):初回の3回目終了後、7～13か月までの間隔をあけて1回接種) |
| 小児の肺炎球菌 | 生後2か月から 5歳未満 | 標準的接種(生後2か月～7か月未満に接種開始)の場合、次のとおり4回接種 (初回接種(①②③):生後12か月までに27日以上の間隔を置いて3回接種 追加接種(④):初回の3回目終了後、60日以上あけて、生後12～15か月未満で1回接種) |
| 四種混合(ジフテリア・百日咳・破傷風・不活化ポリオ) | 生後3か月から 7歳6か月未満 | 4回接種 (初回接種(①②③):20日～56日間隔で3回接種 追加接種(④):初回の3回目終了後12～18か月までの間隔をあけて1回接種) |
| 麻しん・風しん(はしか) | 1歳から2歳未満 [1期] ① [2期] ② 平成25年4月2日～平成26年4月1日生 | 各期1回接種 (第1期:1歳になったら早めに1回接種 第2期:小学校就学前の1年間(4月1日から3月31日まで)に1回接種) |
| 水痘(みずぼうそう) | 1歳から 3歳未満 | 2回接種 (生後12か月～15か月未満で1回接種し、6～12か月までの間隔をあけて1回接種) |
| 日本脳炎 | 平成19年4月2日以降の生まれの方 平成11年4月2日～平成19年4月1日生まれの方 | 4回接種 (標準的な間隔 1期初回(①②):6日～28日間隔で2回接種 1期追加(③):1期初回の2回目接種後、おおむね1年おいて1回接種 2期(④):9歳以上13歳未満で1回接種) |
| 二種混合(ジフテリア・破傷風) | 11歳以上 13歳未満 | 1回接種 |
| HPV(子宮頸がん)(ヒトパピローウイルス感染症) ※女性のみ対象 | 小学6年生から 高校1年生相当まで 平成15年4月2日～平成20年4月1日生 | 3回接種 (2回目:ワクチンの種類により、1回目の接種から1か月後または2か月後 3回目:1回目の接種から6か月後) |

注:対象年齢の解釈 「～未満」は、「～の前日まで」 例:「5歳未満」は「5歳の誕生日の前日まで」

高齢者の予防接種

次の予防接種については、8ページ記載の取扱医療機関で、市の助成を受けて接種できます。

| ワクチン名 | 対象者 | 接種期間 | 自己負担金 | 接種回数 |
|-------------|--|------------------------|--------|------|
| 高齢者の肺炎球菌 | 今までに高齢者肺炎球菌ワクチンの接種を受けたことがないかたで、かつ、次の1～2のいずれかに該当するかた 1. 2020年3月31日時点で、65・70・75・80・85・90・95・100・101歳以上になるかた ※対象者に、4月上旬に接種券を送付します。接種券を紛失した場合や他市町村から転入し未接種の場合は、保健センターまでご連絡ください。 2. 接種日現在60歳から65歳未満で、心臓やじん臓、呼吸器等に重い障がいのあるかた(身体障害者手帳1級程度) | 4月1日から 2020年3月31日まで | 3,000円 | 1回 |
| 高齢者のインフルエンザ | 1. 接種日現在65歳以上のかた 2. 接種日現在60歳から65歳未満で、心臓やじん臓、呼吸器等に重い障がいのあるかた(身体障害者手帳1級程度) | 10月から 2020年2月末まで | あり | 1回 |

大人の風しん予防接種

- 妊婦が妊娠初期に風しんウイルスに感染すると出生児に先天性風しん症候群を引き起こす恐れがあります。妊娠を予定または希望している女性やそのパートナー、妊娠している女性のパートナーに対し風しん予防接種の費用の一部を助成します。
- 昭和37年4月2日～昭和54年4月1日生まれの男性に対し抗体検査と予防接種の費用助成制度を新たに開始しました。※助成の対象者や助成金額等、詳しくは市ホームページまたは保健センターへご確認ください。

ほかの予防接種との間隔のあけ方

- 十分な効果を得るために、ほかの予防接種を受けるときは下のとおり必要な間隔をあけてください。

| | | |
|---------|---|--------------|
| 生ワクチン | BCG、水痘(みずぼうそう)、麻しん、風しん、おたふくかぜ、麻しん風しん混合(MR)、ロタウイルス | 27日(4週間)以上おく |
| 不活化ワクチン | B型肝炎、ヒブ、肺炎球菌、四種混合、不活化ポリオ、日本脳炎、二種混合、子宮頸がん予防、インフルエンザ、三種混合 | 6日(1週間)以上おく |

次の
予防接種

成人のための保健サービス

※日時、場所が変更となる場合があります。
 広報小田原、市ホームページ等でご確認ください。

健幸ポイント（実証実験）

生活習慣病を予防するためには、バランスの良い食事と適度な運動が欠かせません。運動習慣を継続するために、スマホアプリを活用した健幸ポイント事業に参加しませんか。

実施期間 2019年4月から2022年3月まで

参加資格 20歳以上の市民



すこやか健康コーナーおだわら （未病センターおだわら）

（市役所2階 福祉政策課前）

市役所2階の当コーナーにおいて、血圧・血管年齢・脳年齢・骨健康度が無料で自分で自由に測定ができます。

時間 月～金（9:00～17:00まで、祝・休日、年末年始除く）

健康相談

高血圧、脂質異常症、糖尿病などの生活習慣病、その他の健康に関する相談に保健師・看護師・栄養士がお答えします。

時間 第2木曜日 9:00～12:00（栄養士）

第4水曜日 13:00～16:00（保健師・看護師）

※○印が栄養相談日です。栄養相談のみ要申込 1人30分程度

| 実施月 | 4月 | 5月 | 6月 | 7月 | 8月 | 9月 | 10月 | 11月 | 12月 | 1月 | 2月 | 3月 |
|-----|-------|----|----|----|----|----|-----|-----|-----|----|----|----|
| 実施日 | 午前 ⑪ | ⑨ | ⑬ | ⑪ | ⑧ | ⑫ | ⑩ | ⑭ | ⑫ | ⑨ | ⑬ | ⑫ |
| | 午後 24 | 22 | 26 | 24 | 28 | 25 | 23 | 27 | 25 | 22 | 26 | 25 |

はつらつ健康相談

申込不要

血圧測定・栄養相談・健康相談などを市内各地で無料で実施します。日程・会場は、広報等でご確認ください。

時間 午前は9:30～11:30 午後は13:30～15:30

健康相談（月～金 8:30～17:15）

生活習慣病、禁煙、その他の健康に関する相談等を随時受けつけます。

各種相談窓口 一人で悩まないで相談ください

こころの電話相談（神奈川県精神保健福祉センター）

心の健康についてお悩みのかたの相談をお受けします。

電話：☎0120-821-606

日時：月～金（受付は9:00～20:45まで、祝・休日、年末年始除く）

その他の相談

つらい時、悩んだ時、不安な時…

身近に相談できる場所があります。

こちらの二次元バーコードから相談窓口をご案内できます。このコードを読み取り、URLにアクセスしてください。



健康づくりメールマガジン

市民の皆さんに合わせた健康に役立つ情報が満載です。小田原市で行っている健康教室や健診（検診）のご案内、感染症情報をお届けします。毎月のイベントなどもお知らせします。配信日：毎月1～2回（号外あり）



脳血管疾患予防プロジェクト

本市には、脳血管疾患（脳卒中）の死亡率が県内他市と比べ高いという健康課題があります。この課題解決のため、プロジェクトとして取り組んでいます。

脳卒中予防標語コンクール

テーマ 脳卒中予防を推進するもの

募集期間 4月22日（月）必着

表彰式 7月7日（日）13:30～13:45

詳しい募集要項は、市ホームページをご覧ください。

脳血管疾患予防講演会

神原記念病院の長山雅俊先生を講師に招いて講演会を行います。

会場 生涯学習センターけやき 大ホール

日時 7月7日（日）13:45～16:00

地域での取り組み

脳血管疾患の死亡率を減らすために、健康おだわら普及員やヘルスメイトなど、地域の方々にもご協力をいただいて、取り組みを進めています。

イベント行事の開催

●おくちのけんこうフェスティバル【6月16日（日）】

●ふれあいけんこうフェスティバル【10月】

●糖尿病週間行事【10月・11月】

健康教室

要申込

健康に過ごすための秘訣やきっかけ作りとして、実践的な教室を実施します。

※日程・内容の詳細は広報等でご確認ください。

市民体操おだわら百彩

要申込

小田原をイメージできる市民体操でからだを動かしましょう。

会場・時間

①小田原アリーナ 10:00～11:30

②いそしぎ 14:00～15:30

③おだわら市民交流センターUMECO

10:00～11:30



持物 室内履き、動きやすい服装、タオル、飲み物

| 実施月 | 4月 | 5月 | 6月 | 7月 | 8月 | 9月 | 10月 | 11月 | 12月 | 1月 | 2月 | 3月 |
|-----|----|----|----|----|----|----|-----|-----|-----|----|----|----|
| ① | 11 | 13 | 1 | 10 | 5 | 13 | | | | | | |
| ② | 24 | 29 | 26 | 24 | 28 | 25 | 23 | 27 | 18 | 29 | 26 | 25 |
| ③ | 16 | 9 | 未定 | 未定 | 未定 | 未定 | 未定 | 未定 | 未定 | 未定 | 未定 | 未定 |

※③の日程は広報等でご確認ください。

健康おだわら普及員

各地区にいる健康おだわら普及員をご存知ですか。地域の健康づくりのため、運動教室や栄養教室を地区担当の保健師と一緒に身近な公民館などで開催しています。

詳しくは回覧をご覧ください。



登録はこちらの登録用二次元バーコードからアクセスしてください。URLでもアクセスできます。
 （PC・携帯共通）<https://www.city.odawara.kanagawa.jp/mmz/>

健診・がん検診

市内在住のかたに健診（検診）を実施しています。健診（検診）は、受診した日までの健康状態を判定するものです。小田原市は脳血管疾患やがんの死亡率が全国に比べて高いのが現状です。年に一度の健康チェックに役立ててください。

受診期間 2019年6月1日から2020年3月31日まで

※成人歯科健診は、2020年2月29日まで

健診受診書類とがん検診等受診券、成人歯科健診の受診券を5月末に郵送します。

※転入および転居されたかたは、保健センターまでご連絡ください。

内 容

各健診（検診）の結果については、保健統計資料や保健事業などに活用されることにご了承ください。

| 種 類 | 対象者(年度年齢：誕生日前でも受診できます。) | 自己負担金 | 検査内容 | 受診方法 | |
|---------------|--|----------------------------------|---|------------------|----------------|
| 特定健診 | 40歳から74歳までのかたで、小田原市国民健康保険に加入しているかた | 2,000円 | 問診、身長、体重、BMI、腹囲、血圧、検尿、血液検査【脂質、肝機能、代謝(血糖)など】 | 医療機関へ直接申込み | |
| 長寿健診 | 75歳以上のかたおよび65歳以上75歳未満で一定の障がいがあり、神奈川県後期高齢者医療に該当しているかた | なし | | | |
| 前立腺がん検診 | 50歳以上の男性 | 1,200円 | 問診、血液検査 | | |
| 大腸がん検診 | 40歳以上のかた | 900円 | 問診、便潜血反応検査(2日分) | | |
| 肺がん検診 | 40歳以上のかた | 500円 | 問診、胸部レントゲン撮影 | | |
| ※喀痰検査(医師の判断) | 40歳以上のかた | +600円 | ※痰の細胞診 | | |
| 肝炎ウイルス検診 | 40歳のかた、41歳以上で今までに受診歴のないかた | 1,200円 | 問診、血液検査 | | |
| 胃がんリスク検診 | 40・45・50・55・60・65・70歳のかたで今までに受診歴のないかた | 2,000円 | 問診、血液検査 | | |
| 乳がん検診 | 視触診のみ | 40歳以上で2020年3月31日までに奇数歳になる女性 | 900円 | | 問診、視触診 |
| | マンモグラフィ併用 | 40歳以上で2020年3月31日までに偶数歳になる女性 | 2,600円 | | 問診、視触診、マンモグラフィ |
| 子宮頸がん検診 | 20歳以上の女性 | 1,600円 | 問診、視診、内診、頸部細胞診 | | |
| ※体がん検診(医師の判断) | 20歳以上の女性 | +1,200円 | ※子宮内膜細胞診 | | |
| 集団検診 | 胃がんバリウム検診 | 40歳以上のかた(リスク検診受診者を除く) | 1,400円 | 問診、胃部バリウムレントゲン撮影 | 7ページを参照 |
| | 乳がん集団検診(マンモグラフィ併用) | 40歳以上で2020年3月31日までに偶数歳になる女性 | 2,500円 | 問診、視触診、マンモグラフィ | |
| | 子宮頸がん集団検診 | 20歳以上の女性 | 1,100円 | 問診、視診、頸部細胞診 | |
| 歯科 | 成人歯科健診 | 40・45・50・55・60・65・70・75・80歳になるかた | 1,300円 | 問診・診察・歯肉の検査・保健指導 | 下記医療機関へ直接 |

成人歯科健診取扱医療機関一覧表

(表中の「妊」は妊婦歯科健康診査取扱医療機関です)

| 所在地 | 医療機関名 | 電 話 | 所在地 | 医療機関名 | 電 話 | 所在地 | 医療機関名 | 電 話 | 所在地 | 医療機関名 | 電 話 |
|-------------|--------------|------------|---------|--------------|------------|----------|-------------|---------------|------------|--------------|------------|
| 宋 町 | 青柳歯科医院 | 妊 (22)9823 | 中 町 | 鶴塚歯科医院 | 妊 (23)0709 | 久 野 | (医)形歯科クリニック | 妊 (34)7353 | 中 里 | 鴨宮歯科医院 | 妊 (47)8044 |
| | (医)天野歯科医院 | (22)8111 | | (医)町田診療所 | (24)4526 | | 武田歯科医院 | 妊 (34)0088 | | 西湘歯科医院 | 妊 (41)4101 |
| | 石井歯科医院 | 妊 (24)0260 | 本 町 | 森井歯科医院 | 妊 (22)5769 | 蓮正寺 | ひろい歯科医院 | 妊 (37)6010 | 鴨 宮 | (医)福井歯科クリニック | (47)0606 |
| | 大田尾歯科医院 | 妊 (22)3883 | | (医)柏木歯科医院 | 妊 (24)2352 | | (医)ほたるだ歯科医院 | 妊 (37)2185 | | 西本歯科医院 | 妊 (48)8103 |
| | (医)小林病院歯科 | 妊 (22)3161 | 南 町 | 曾根歯科医院 | 妊 (22)3251 | 飯田岡 | 吉田歯科医院 | (36)2080 | 鴨 宮 | (医)ここの歯科 | 妊 (48)5455 |
| | サイトウ歯科医院 | (22)7382 | | (医)難波歯科医院 | 妊 (22)2758 | | 國原歯科医院 | 妊 (36)7124 | | さとう歯科医院 | 妊 (48)8920 |
| | ザンクロス歯科クリニック | 妊 (23)1550 | 寿 町 | 普川歯科医院 | 妊 (22)2986 | 堀之内 | たかはし歯科医院 | 妊 (36)0339 | 鴨 宮 | 鴨宮北口歯科 | 妊 (43)9948 |
| | 杉崎歯科医院 | 妊 (24)1388 | | 加藤歯科医院 | 妊 (22)4049 | | ナオキ歯科 | 妊 (39)3332 | | 新井歯科医院 | 妊 (47)4182 |
| | (医)高木歯科 | (23)4823 | 城 山 | 早野歯科医院 | 妊 (24)6201 | 曾 比 | ひまわり歯科医院 | 妊 (39)4618 | 南鴨宮 | 池田歯科医院 | 妊 (48)5600 |
| | 高橋歯科医院 | 妊 (22)4266 | | (医)安西歯科医院 | 妊 (35)0221 | | 片山歯科医院 | 妊 (36)0033 | | いちかわ歯科医院 | 妊 (47)0550 |
| | (医)高橋歯科医院 | (22)2981 | 扇 町 | すだ歯科クリニック | 妊 (20)6266 | 栢 山 | さくら歯科医院 | 妊 (36)8866 | 田 島 | 瀧本歯科医院 | 妊 (47)8551 |
| | DO歯科クリニック | 妊 (44)4581 | | 川野歯科 | (35)7812 | | おおき歯科 | 妊 (37)0015 | | 椿矯正歯科クリニック | 妊 (49)1180 |
| | (医)中野歯科医院 | 妊 (24)2307 | 萩 窪 | 久崎歯科医院 | 妊 (34)7009 | 成 田 | おおき歯科 | 妊 (36)9639 | 酒 匂 | なかの歯科 | 妊 (46)6480 |
| | なつめ歯科医院 | 妊 (24)2486 | | オリブ歯科 | 妊 (66)1855 | | あさだ歯科医院 | 妊 (37)9488 | | 石井歯科クリニック | 妊 (42)3883 |
| | (医)西山歯科医院 | 妊 (23)1331 | 板 橋 | 洲脇歯科医院 | 妊 (35)0303 | 千 代 | (医)椎野歯科医院 | 妊 (37)3055 | 小八幡 | (医)中西歯科医院 | (41)1216 |
| | 橋本歯科医院 | 妊 (23)3336 | | そらまめ歯科医院 | (32)4430 | | まつした歯科医院 | (37)8119 | | 川瀬歯科医院 | 妊 (49)3181 |
| | (医)日比野歯科医院 | 妊 (22)3515 | 萩 窪 | (医)白山歯科クリニック | 妊 (35)8110 | 飯 泉 | 中川矯正歯科 | (42)4477 | 中村原 | 松尾歯科医院 | 妊 (47)4228 |
| | 村上矯正歯科クリニック | (23)0704 | | 松本歯科 | (34)0700 | | 中山歯科医院 | 妊 (42)7866 | | 古藤歯科医院 | 妊 (47)1221 |
| | 村山歯科医院 | 妊 (24)1146 | 萩 窪 | (医)杉山歯科医院 | 妊 (35)5820 | 國府津 | 慶歯科医院 | 妊 (47)1688 | 上 町 | (医)重原歯科医院 | (43)0704 |
| | 吉井歯科医院 | 妊 (24)8841 | | (医)ドリム歯科西山 | 妊 (34)6480 | | 鈴木歯科医院 | 妊 (48)4648 | | 小林歯科医院 | 妊 (43)3780 |
| かつまた歯科クリニック | 妊 (22)3831 | 板 橋 | 和田歯科医院 | (34)8111 | 小 船 | 新村歯科分院 | 妊 (47)8210 | 園よしだデンタルクリニック | 妊 (43)4182 | | |
| くわばら歯科医院 | 妊 (22)5565 | | 板橋橋歯科医院 | 妊 (22)0250 | | ワタナベ歯科医院 | 妊 (47)1811 | | | | |

胃がん(バリウム)・乳がん(マンモグラフィ併用)・子宮頸がん集団検診

- 【お知らせ】・会場により駐車場がない、または込み合う場合がありますので、公共交通機関をご利用ください。
 ・小さいお子さんをお連れのかたは、託児もありますので、予約時にお申し出ください。
 ・お申込み後、2週間を目安に、受付確認票及び検診票をお送りしますので、ご確認ください。
- 【受診時間】・胃がんは午前中のみ実施
 ・乳がん・子宮がんは午前(8:55または9:15、10:15または10:30)または午後(13:00、14:00)開始

| 月 | 日 | 曜日 | 会 場 | 検診項目 | | |
|----|----|----|--------------------------|------|-----|------|
| | | | | 胃がん | 乳がん | 子宮がん |
| 6 | 7 | 金 | 保健センター | ○ | | |
| | 17 | 月 | JANAかながわ西湘早川支店 根府川公民館 | ○ | | |
| | 18 | 火 | 市役所1階 | ○ | | |
| | 21 | 金 | 小田原アリーナ1階入口前 | ○ | | |
| 7 | 1 | 月 | 小田原アリーナ | | ○ | ○ |
| | 4 | 木 | 国府津学習館 | ○ | | |
| | 9 | 火 | 小田原アリーナ1階入口前 | ○ | | |
| | 16 | 火 | 小田原アリーナ | | ○ | ○ |
| | 27 | 土 | 保健センター | ○ | ○ | ○ |
| 9 | 1 | 日 | 保健センター | ○ | ○ | ○ |
| | 14 | 土 | 保健センター | ○ | | |
| | 18 | 水 | 小田原アリーナ1階入口前 | ○ | | |
| | 20 | 金 | 小田原アリーナ | | ○ | ○ |
| 10 | 3 | 木 | 下中老人憩の家 | ○ | | |
| | 4 | 金 | 保健センター | ○ | | |
| | 8 | 火 | 小田原アリーナ1階入口前 | ○ | | |
| | 18 | 金 | 小田原アリーナ | | ○ | ○ |

| 月 | 日 | 曜日 | 会 場 | 検診項目 | | |
|----|----|----|--------------|------|-----|------|
| | | | | 胃がん | 乳がん | 子宮がん |
| 10 | 24 | 木 | 小田原アリーナ1階入口前 | ○ | | |
| | 25 | 金 | 国府津学習館 | ○ | | |
| | 28 | 月 | 市役所1階 | ○ | | |
| 11 | 2 | 土 | 保健センター | | ○ | ○ |
| | 9 | 土 | 保健センター | ○ | | |
| | 15 | 金 | 小田原アリーナ | | ○ | ○ |
| 12 | 18 | 月 | 保健センター | ○ | | |
| | 1 | 日 | 保健センター | | ○ | ○ |
| | 13 | 金 | 小田原アリーナ | | ○ | ○ |
| 1 | 19 | 木 | 保健センター | ○ | | |
| | 18 | 土 | 保健センター | ○ | ○ | ○ |
| | 29 | 水 | 保健センター | | ○ | ○ |
| 2 | 5 | 水 | 保健センター | ○ | | |
| | 10 | 月 | 小田原アリーナ | | ○ | ○ |
| | 13 | 木 | 市役所1階 | ○ | | |
| 3 | 15 | 土 | 保健センター | ○ | | |
| | 22 | 土 | 保健センター | ○ | ○ | ○ |
| | 7 | 土 | 保健センター | ○ | | |
| 3 | 14 | 土 | 保健センター | ○ | ○ | ○ |

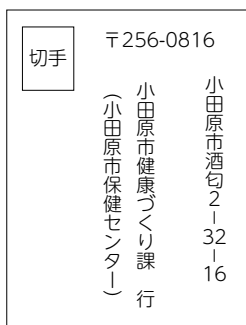
集団検診の申し込み方法

受付開始：5月7日(火)

電話、はがき、FAX、電子メールの4種類の申し込み方法があります。申し込み方法により期限が異なります。各回定員に達し次第、申し込み終了となります。申し込み状況によってはご希望に沿えない場合がありますので、ご了承ください。

【はがき・FAX】 FAX 47-0830

官製はがきに必ずすべての項目をご記入のうえ、希望する検診の1か月前までにお申込みください。
 ファックスのかたは、下の①～⑦の項目をご記入のうえ、送信し、保健センターへお電話ください。



- ①郵便番号/住所
- ②お名前
- ③生年月日/年齢
- ④電話番号
- ⑤希望する検診名
- ⑥第1検診希望日時
第2検診希望日時
- ⑦託児希望/お子様の年齢/性別/人数

【メールによる方法】

ホームページから必要項目をご記入のうえ、希望する検診の2週間前までにお申込みください。下記URLか二次元バーコードからアクセス可能です。



URL: <http://www.city.odawara.kanagawa.jp/field/welfare/health/c-test/>

【電話による方法】

TEL 47-4724

受付時間：8:30～17:15
 土、日、祝・休日を除く、検診の前日まで

自己負担金の免除について

| 対 象 | 自己負担金の免除を受けるには |
|----------------------------|--|
| ①2020年3月31日までに70歳以上になるかた | 受付の際に、健康保険証をご提示ください。 |
| ②生活保護利用世帯のかた ※ | 事前に申請していただき、必要な書類を発行します。健診(検診)を受診する2週間前までに生活支援課までご連絡ください。 |
| ③市民税非課税世帯のかた ※ | 事前に申請していただき、必要な書類を発行します。健診(検診)を受診する2週間前までに保健センターまでご連絡ください。 |
| ④65～69歳で、神奈川県後期高齢者医療に該当のかた | 受付の際に、神奈川県後期高齢者医療被保険者証をご提示ください。 |

※ 免除申請がされていないかたは、免除対象外となります。支払われた自己負担金は返金できませんので、ご注意ください。

負担金免除申請書は、健康づくり課またはホームページからでも取得可能です。市ホームページのサイト内検索にIDを入力するか、こちらの二次元バーコードからアクセスできます。

がん検診
 成人歯科健診
 (ID:P26199)



特定健診
 (ID:P26269)



