

令和8年度

健康カレンダー

保存版

令和8年4月▶令和9年3月



©小田原市「梅丸」

小田原市保健センター 〒256-0816 小田原市酒匂2-32-16

交通案内

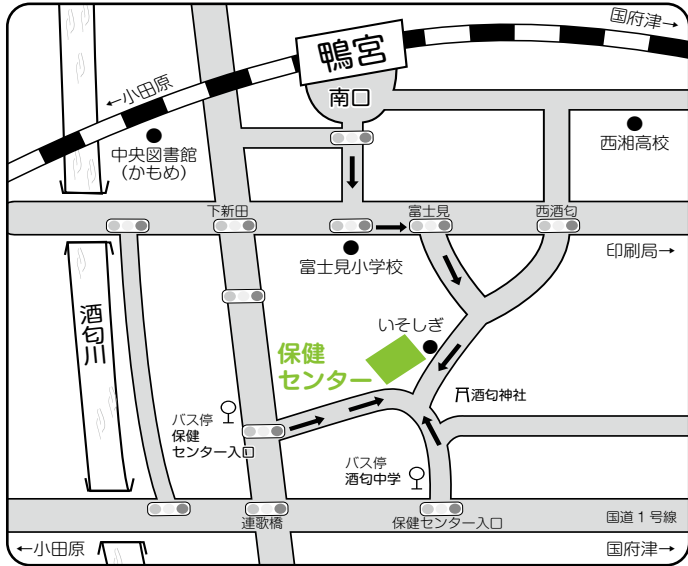
- ・JR「鴨宮駅」南口下車徒歩 15分
- ・箱根登山バス(小田原駅～国府津駅)「酒匂中学」下車徒歩 5分
- ・箱根登山バス(小田原駅～鴨宮駅～国府津駅)「保健センター入口」下車徒歩 3分(本数が少ない路線です)
- ・駐車場は限りがありますので、できるだけ公共交通機関でお越しください。

おだわら子ども若者教育支援センターはーもにい 〒250-0055 小田原市久野 195番地の1

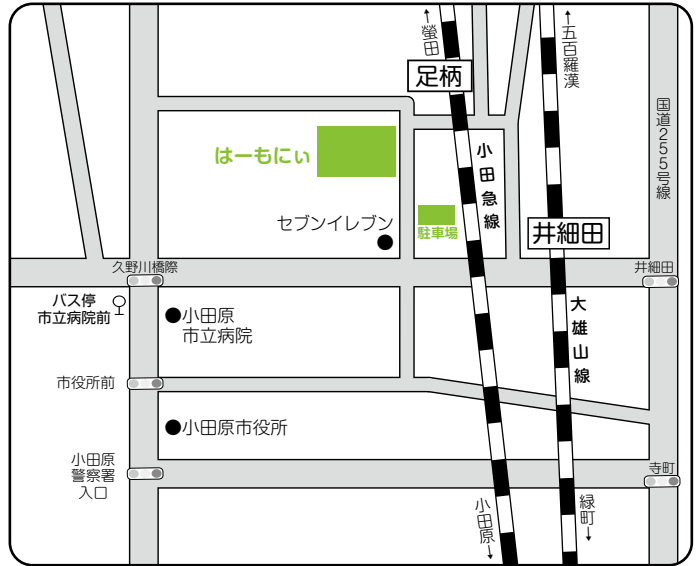
交通案内

- ・小田急線「足柄駅」及び大雄山線「井細田駅」下車徒歩 10分
- ・伊豆箱根バス(小田原駅西口～久野車庫、兎河原循環又は県立諏訪の原公園)
(小田原駅東口～久野車庫、又は県立諏訪の原公園)「市立病院前」下車徒歩 10分

【小田原市保健センター】



【おだわら子ども若者教育支援センターはーもにい】



目次

小田原市保健センター・おだわら子ども若者教育支援センターはーもにいのご案内	1 ページ
おだわら子ども若者教育支援センターはーもにい (各種相談・妊娠の届け出など)	2 ページ
妊婦・産婦・乳幼児の健康診査等 (健康診査の日程など)	3 ページ
こどもの予防接種	4 ページ
成人のための保健サービス	5 ページ
健診・がん検診	6～7 ページ
人間ドック助成・成人歯科健診取扱医療機関一覧表・献血と骨髄ドナーの情報	8 ページ
介護予防教室のご案内・高齢者の予防接種	9 ページ
取扱医療機関一覧表	10～11 ページ
医療機関のご案内・急病のとき・こどもの急病・転入されたかたへ	12 ページ

※本冊子に掲載されている電話番号の市外局番は全て【0465】です。

健康カレンダー・小田原市の保健事業のご案内

おだわら子ども若者教育支援センターは一もにい

おだわら子ども若者教育支援センターは一もにいには妊娠期から乳幼児期・学齢期・青壮年期（30代まで）における相談支援機能を集約した施設です。

「どこに相談したらいいかわからない」「ちょっと話を聞いてほしい」など、こどもや若者のことで心配なことや気になることを何でも相談できる窓口です。

【場 所】〒250-0055 小田原市久野195-1 【相談受付】平日9:00~17:00

妊娠から若者まで、切れ目のない支援を行います。



妊娠・育児に関する相談 46-6125

- ・妊娠中の過ごし方が、これでいい？
- ・つわりで食事が食べられない
- ・授乳がうまくいかない
- ・いつまでも泣き止まない
- ・体重が増えない、増えすぎ？

こどもに関する相談 46-6763

- ・こどもからの相談
- ・こどもとどうかかわったらいいの？
- ・子育てに疲れてしまって・・・
- ・最近イライラしてばかり・・・
- ・こどもが悩んでいて元気がない

若者に関する相談 46-7292

- ・学校や仕事に行けなくなってしまった
- ・こどもがひきこもっていて・・・
- ・家族との関わり方がわからない。
- ※社会生活や対人関係などについて悩む若者（30代まで）やその親からの相談

こどもの発達に関する相談 46-6787

- ・ことばがあまり出てこない
- ・落ち着きがない
- ・友達とうまく関われない
- ・児童発達支援事業所の利用を考えたい

教育相談 46-6034

- ・こどものために学校や家庭でどんな支援をしたら良い？
- ・学校へ行きたいけど登校できない
- ・集団での学習や生活に苦手さがある

妊婦・産婦及び乳幼児の健康に関する保健サービス ☎46-6125

母子健康手帳の交付【予約制】

医療機関で妊娠の診断を受けたら、なるべく早めに妊娠の届け出をし、母子健康手帳をお受け取りください。母子健康手帳を紛失したり、外国で出産してお持ちでないかたはご連絡ください。

★は一もにいでは、火曜日のみ18:30まで行っています。

★保健センター1階のはっぴいでも受け取ることができます。

★妊婦さんと面談を行い、妊娠、出産、育児に関しての情報提供を行います。



★マタニティマークのストラップを配布しています。

おだわらっこ手帳（電子母子手帳 母子モ）

「母子モ」は、お子さんの予防接種の予定日をお知らせしたり、お子さんの成長を記録できる電子母子手帳アプリです。お子さんの成長の記録を、家族と共有することもできます。市からの子育て情報も届きます。



ママパパ学級【要申込】

妊婦さんとパートナーのかたが、講義や実習を通して、妊娠・出産・育児について学ぶ講座です。申し込みはホームページから電子申請システムで。

出生連絡票及び低体重児届出票

赤ちゃんが生まれたら、母子健康手帳又は電子申請システムから「出生連絡票及び低体重児届出票」をご提出ください。

こんにちは赤ちゃん訪問（新生児訪問）

生後4か月までの赤ちゃんがいるすべての家庭を訪問し、育児相談や子育てに関する情報提供を行っています。

市外に里帰りし、里帰り先での訪問を希望される場合は、子ども若者支援課（46-7025）にご連絡ください。

産後ケア事業【要申請】

生後1歳未満の赤ちゃんとお産婦さんが、自宅や医療機関、助産院等で助産師のケアを受けることができます。

申し込みはホームページから電子申請システムで。

3か月のあかちゃんあつまれ！

3か月の赤ちゃんとお保護者を対象に、身体計測・ふれあい遊び講座を行っています。

詳しくは、4か月児健康診査の案内通知に同封しますのでご確認ください。

妊婦・産婦健康診査等

- 妊婦・産婦健康診査

妊娠中に14回（多胎妊娠の場合は19回）、産後に2回、健康診査の費用補助があります。母子健康手帳交付時に、妊婦健康診査受診券・産婦健康診査費用補助券、妊婦健康診査追加補助券をお渡しします。健診を受ける際には、母子健康手帳と合わせて受診券等を医療機関へ提出してください。※里帰り出産などで受診券等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

小田原市に住民登録のある妊婦さんは、妊娠中に1回、指定医療機関（8ページ）で歯科健康診査が自己負担金500円で受診できます。※自己負担金の免除制度があります。
- RSウイルスワクチン

こどものRSウイルス感染症を予防するため、妊娠28週から37週に至るまでの妊婦が、予防接種を受けることができます。（令和8年4月1日から定期接種化）接種可能な医療機関など、詳しくは市ホームページをご参照ください。

乳幼児健康診査等

医療機関で実施する健診等

- 新生児聴覚検査（費用補助）

産まれたばかりの赤ちゃんを対象に聴覚検査を実施します。出産した医療機関等で行った検査に対し、費用の一部を補助します。補助券は、妊婦・産婦健康診査費用補助券に付いています。※里帰り出産などで補助券が使用できない場合は、償還払い（払戻）となります。
- 1か月児健康診査

おおむね生後1か月の乳児を対象に実施します。妊娠届出時に1か月児健康診査受診票をお渡しします。※里帰り出産などで受診票が使用できない場合は、償還払い（払戻）となります。
- 8～9か月児健康診査

生後8か月から9か月（10か月になる前日まで）の乳児を対象に実施します。生後2か月頃に、4か月児健康診査の案内と一緒に受診券、アンケートを郵送します。

集団健診（保健センターで実施）

保健センターで実施する乳幼児健診については、受付時間を指定して案内通知と問診票を郵送します。※乳幼児健診は午後の開催となります。おおむね1～2時間程度の時間がかかります。

乳幼児健診の日程

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	
4か月児健康診査	対象児	令和8年（2026年）											
		12月生	1月生	2月生	3月生	4月生	5月生	6月生	7月生	8月生	9月生	10月生	11月生
	①	9日（木）	13日（水）	10日（水）	15日（水）	6日（木）	16日（水）	8日（木）	12日（木）	2日（水）	21日（木）	10日（水）	10日（水）
②	22日（水）	26日（火）	23日（火）	23日（木）	26日（水）	29日（火）	28日（水）	18日（水）	16日（水）	27日（水）	25日（木）	18日（木）	
1歳6か月児健康診査	対象児	令和6年（2024年）				令和7年（2025年）							
		9月生	10月生	11月生	12月生	1月生	2月生	3月生	4月生	5月生	6月生	7月生	8月生
	①	16日（木）	12日（火）	3日（水）	7日（火）	5日（水）	8日（火）	6日（火）	10日（火）	8日（火）	13日（水）	16日（火）	9日（火）
②	21日（火）	22日（金）	18日（木）	16日（木）	20日（木）	17日（木）	21日（水）	19日（木）	17日（木）	26日（火）	24日（水）	17日（水）	
2歳児歯科健康診査	対象児	令和6年（2024年）									令和7年（2025年）		
		3月生	4月生	5月生	6月生	7月生	8月生	9月生	10月生	11月生	12月生	1月生	2月生
	①	15日（水）	21日（木）	9日（火）	8日（水）	17日（月）	9日（水）	7日（水）	11日（水）	9日（水）	14日（木）	8日（月）	3日（水）
②	27日（月）	27日（水）	17日（火）	22日（水）	27日（木）	28日（月）	22日（木）	26日（木）	21日（月）	20日（水）	17日（水）	11日（木）	
3歳児健康診査	対象児	令和4年（2022年）				令和5年（2023年）							
		9月生	10月生	11月生	12月生	1月生	2月生	3月生	4月生	5月生	6月生	7月生	8月生
	①	14日（火）	14日（木）	4日（木）	9日（木）	4日（火）	10日（木）	1日（木）	17日（火）	1日（火）	19日（火）	9日（火）	2日（火）
②	23日（木）	20日（水）	16日（火）	14日（火）	18日（火）	15日（火）	20日（火）	25日（水）	15日（火）	28日（木）	18日（木）	16日（火）	

その他の保健サービス

不妊症治療費（先進医療）助成事業・不育症治療費助成事業

不妊症の治療（先進医療）または不育症の治療を受けられた方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。助成対象要件があります。詳しくは市ホームページをご参照ください。

こどもの予防接種

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反応を十分理解し、体調の良いときに受けましょう。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。

- 予診票は取扱医療機関にあります。**
- 出生後の訪問時にお渡しする冊子「予防接種と子どもの健康」を必ず読んで、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、10～11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。**
- 里帰り出産などにより取扱医療機関での予防接種が難しい場合は、事前申請により市外の医療機関で接種することができます。**
- 転出日以降（転出日を含む）は本市の取扱医療機関で定期予防接種の接種は基本的にできません。**

～**予防接種の計画を立てましょう**～ 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。

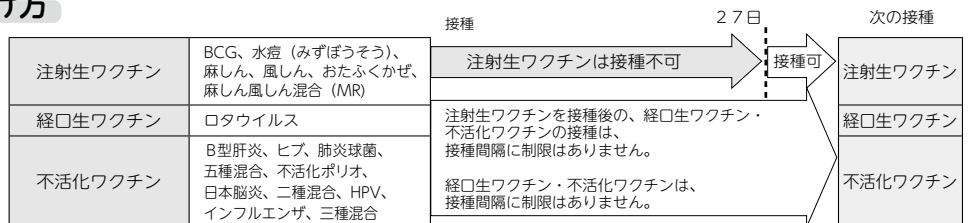
■：標準的な接種年齢 □と■：法律で定められている対象年齢

ワクチン名		年齢	接種回数等
		出生時 2か月 3か月 4か月 5か月 6か月 8か月 1歳 2歳 3歳 4歳 5歳 6歳 7歳 8か月 9歳 10歳 11歳 12歳 13歳 14歳 15歳 16歳 17歳 18歳 19歳 20歳	
B型肝炎		生後から 1歳未満 ■ ① ② ■ ③	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)
感染症	ロタリックス (1価)	生後6週0日後 24週0日後 ■ ① ②	※ワクチンは2種類あります。 途中からワクチンの種類を変更することはできませんので、2回目以降は1回目と同じワクチンを接種します。 ※初回は、生後14週6日後までに接種します。 生後15週0日後以降の接種はお勧めしません。
	ロタテック (5価)	生後6週0日後 32週0日後 ■ ① ② ③	
BCG (結核予防)		生後から 1歳未満 ■ ①	1回接種
小児の肺炎球菌		生後2か月から 5歳未満 ■ ① ② ③ ■ ④	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)
五種混合 (ジフテリア・百日咳・破傷風 不活化ポリオ・Hib)		生後2か月から 7歳6か月未満 ■ ① ② ③ ■ ④	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6～18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 小学校入学前の1年間 [1期] ■ ① [2期] ■ ②	各期1回接種
水痘 (みずぼうそう)		1歳から 3歳未満 ■ ① ②	2回接種 【標準的な間隔】 (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	定期接種	生後6か月から 7歳6か月未満 9歳以上 13歳未満 [1期] ■ ① ② ③ [2期] ■ ④	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年において1回接種 2期④:9歳以上13歳未満で1回接種)
	特例対象者	平成18年4月2日～平成19年4月1日生まれの方は20歳未満までの間、4回接種のうち、不足回数を無料で接種できます。	
二種混合 (ジフテリア・破傷風)		11歳以上 13歳未満 ■ ①	1回接種
HPV	平成22年4月2日～平成27年4月1日生まれの女子	小学6年生から 高校1年生相当まで ■ ① ② ③	【標準的な間隔】 初回接種 15歳未満:初回から6か月後に1回の計2回 初回接種 15歳以上:初回から2か月後に1回、初回から6か月後に1回の計3回

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

ほかの予防接種との間隔のあけ方

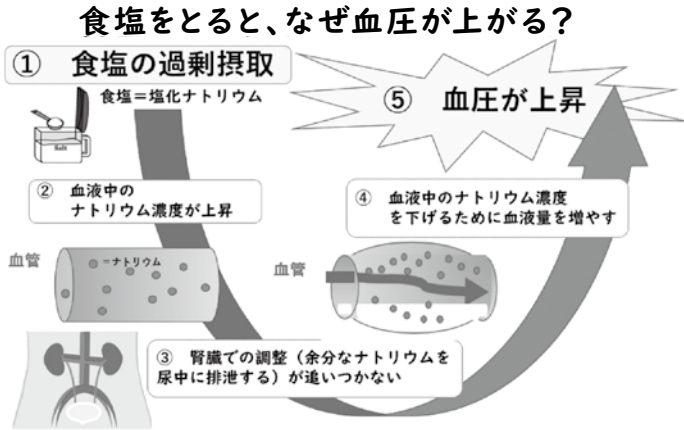
- 十分な効果を得るために、注射生ワクチンを受けるときは、27日以上間隔をあけてください。
- 同じ種類のワクチンの接種を複数回受ける際は、ワクチンごとに決められた間隔を守ってください。



成人のための保健サービス

健診受診からはじめよう 高血圧対策プロジェクト

本市は、脳血管疾患や心疾患などの循環器疾患で亡くなる方の占める割合が高い状況が続いています。循環器疾患を予防するためには、高血圧の予防が重要です。まずは健診を受診し、ご自身の血圧について知ることから始めてみましょう。



食塩の過剰摂取は控えて（男性 7.5g 未満 / 日、女性 6.5g 未満 / 日）、「ナトリウム」の排出を促す「カリウム」を多く含む野菜を、たっぷり（350g 以上 / 日）とりましょう。市内のコンビニエンスストアやスーパーマーケット、飲食店などと協働で、「減塩」や「野菜摂取」に取り組んでいます。

🔍 **小田原市 野菜たっぷり減塩** で検索してください。

高血圧予防には、ウォーキングなどの有酸素運動がおすすめです。まずは、手軽に運動を始めてみましょう。市民体操おだわら百彩の講習会や市が作成した運動動画をご活用ください。



🔍 **小田原市 健康づくり講座** で検索してください。

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・内容の詳細は広報などでご確認ください。



市民体操おだわら百彩 要申込

小田原ちょうちんや北条太鼓など、簡単な動きの中に小田原名物を取り入れた親しみやすい体操です。初めての方でも安心してご参加いただけます。無理なく楽しく体を動かして、新しい出会いと健康を手に入れるチャンス！お気軽にご予約ください。

会場・時間 いそしぎ 14:00～15:30

持物 室内履き、動きやすい服装、タオル、飲み物



健康相談【月～金（祝日・休日を除く）9:00～17:00】

生活習慣病、禁煙、その他の健康に関する相談などを随時受けつけます。

すこやか健康コーナーおだわら（未病センターおだわら）

保健センター1階の当コーナーでは、常設で血圧・身長・体重・体脂肪・握力が無料で測定できるほか、測定日には血管年齢・脳年齢・骨健康度も無料で測定できます。また、相談日には高血圧、脂質異常症、糖尿病等の生活習慣病その他の健康に関する相談も受け付けています。（栄養相談日は要予約）栄養相談日には味噌汁の試飲（数量限定）と塩分濃度測定ができますので自宅の味噌汁をご持参ください。

- 健康相談：予約不要。保健師・看護師に健康相談ができます。
- 栄養相談：要予約。栄養士に相談ができます（1人30分程度）。

実施月	4月	5月	6月	7月	8月	9月
健康相談日	10日(金)	8日(金)	17日(水)	1日(水)	4日(火)	8日(火)
栄養相談日	20日(月)	18日(月)	2日(火)	13日(月)	24日(月)	25日(金)

実施月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
健康相談日	9日(金)	19日(木)	18日(金)	28日(木)	25日(木)	24日(水)
栄養相談日	19日(月)	5日(木)	7日(月)	12日(火)	3日(水)	4日(木)

時間 9:00～16:00



まちなか健康相談 申込不要

保健師・看護師・栄養士などが、地域のタウンセンターや商業施設などに出向き、皆さんの健康状態のご相談にお答えします。詳細は、回覧などでご確認ください。

時間

午前 9:30～11:00
午後 13:30～15:00



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：毎日（年末年始、土日祝日含む）24時間

■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。

🔍 **小田原市 相談窓口のご案内** で検索してください。

健診・がん検診

あなたやあなたの家族のために健診・検診を受けませんか？

受診期間 令和8年6月1日から令和9年3月31日まで ※成人歯科健診は、令和9年2月28日まで
 健診受診書類やがん検診等受診券（白・黄・ピンク色）、成人歯科健診の受診券（青色）については、対象者へ5月末に郵送します。

健診（検診）の受け方 各健診・検診における医療機関/集団健診の有無は下記「内容」で御確認ください。

Step1 予約する	①医療機関を選ぶ（歯科は8ページ、健診/検診は10～11ページ参照）。 ②予約の電話を掛けて受診する日を決める。 ※集団検診をご希望の方の予約方法は7ページをご覧ください。
Step2 受診する	【持ち物】 <ul style="list-style-type: none"> ・特定/長寿健診 : 特定/長寿健診受診券、健診票 加入している健康保険の資格が確認できるもの ・がん検診 : がん検診受診券、無料クーポン券（対象者のみ） 本人が確認できる証明書 ・成人歯科健診 : 成人歯科健診受診券、本人が確認できる証明書
Step3 結果を確認する	○受診した医療機関に行き、結果を確認してください。 ※集団検診と乳がん検診（マンモグラフィ併用検診）は、市から結果が届きます。

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。
 対象の年齢については、令和9年3月31日時点の年齢です。誕生日前でも受診できます。

種類	対象者（年度末年齢）	自己負担金	主な検査内容	受診方法		
医療機関	特定健診	40歳のかたで、小田原市国民健康保険に加入しているかた 41歳から69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 70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	なし 2,000円 なし	身長、体重、BMI、腹囲、 血圧、検尿、血液検査【脂質、肝機能、代謝(血糖)】	医療機関へ申込みP10～11参照	
	長寿高齢者健診	神奈川県後期高齢者医療制度に加入しているかた(75歳以上のかた及び65歳以上74歳以下で一定の障がいがあり後期高齢者医療広域連合の認定を受けたかた)	なし			
	前立腺がん検診	50歳以上の男性	1,200円			血液検査
	大腸がん検診	40歳以上のかた	900円	便潜血反応検査(2日分)		
	肺がん検診	40歳以上のかた	500円	胸部レントゲン検査		
	※喀痰検査	50歳以上のかた(医師の判断)	+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	血液検査		
	胃がん内視鏡検診	50～70歳の偶数歳のかた	5,000円	胃部内視鏡検査		
	※胃がんリスク検診	40・45・55・65歳で今までに受診歴のないかた ※胃がんバリウム検診と重複する場合は胃がんリスク検診優先	2,000円	血液検査		
	乳がん検診	視触診のみ	40歳以上で奇数歳になる女性(41歳になる女性を除く)	900円		視触診
		マンモグラフィ併用	40歳以上で偶数歳になる女性及び41歳になる女性	2,600円		視触診、マンモグラフィ検査
子宮頸がん検診	20歳以上の女性	1,600円	視診、内診、頸部細胞診			
※体がん検診	20歳以上の女性(医師の判断)	+1,200円	※子宮内膜細胞診			
集団検診	胃がんバリウム検診	40～49歳、71歳以上のかた、51～69歳の奇数歳のかた(リスク検診受診者を除く)	1,400円	胃部レントゲン検査(バリウム)	右頁を参照	
	乳がん集団検診(マンモグラフィ併用)	40歳以上で偶数歳になる女性及び41歳になる女性	2,500円	視触診、マンモグラフィ検査		
	子宮頸がん集団検診	20歳以上の女性	1,100円	視診、頸部細胞診		
医療機関	成人歯科健診	20・30・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	医療機関へ申込みP8参照	

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

【受診時間】

- ・胃がんは 午前のみ実施
- ・乳がん・子宮頸がんは 午前・午後

月	日	曜日	会 場	検診種類		
				胃がん	乳がん	子宮がん
6	16	火	いそしぎ※保健センター隣	○	○	○
	24	水	小田原アリーナ	○		
	25	木	川東タウンセンターマロニエ		○	○
	29	月	小田原市役所 ※談話ロビー（2階）	○		
7	2	木	けやき ※小田原市役所隣		○	○
	23	木	小田原アリーナ		○	○
8	23	日	保健センター		○	○
9	29	火	川東タウンセンターマロニエ	○	○	○
10	7	水	小田原アリーナ	○	○	○
	13	火	保健センター	○		
	21	水	橘タウンセンターこゆるぎ	○		
	24	土	保健センター		○	○

月	日	曜日	会 場	検診種類		
				胃がん	乳がん	子宮がん
11	6	金	小田原アリーナ	○	○	○
	26	木	川東タウンセンターマロニエ		○	○
	30	月	保健センター	○		
12	2	水	小田原市役所 ※談話ロビー（2階）	○		
	12	土	保健センター	○	○	○
1	18	月	小田原アリーナ		○	○
	28	木	下中老人憩の家	○		
2	11	木祝	保健センター	○	○	○
3	2	火	小田原アリーナ	○	○	○
	7	日	保健センター	○	○	○

〈集団検診の申込み方法〉

受付開始：5月8日(金) 9:00

電話、電子申請、はがき、FAXの4種類の申込み方法があります。

各回定員に達し次第、申込み終了となります。申込状況によってはご希望に沿えない場合がありますので、早めにお申し込ください。

【電子申請】 **おすすめ** 24時間可 カンタン

ホームページから電子申請の申し込みが行えます。希望する検診の2週間前までにお申し込みください。



電子申請はこちら

🔍 小田原市 集団検診

で検索してください

【電話】 前日まで申し込み可

受付時間：9:00~17:00

土、日、祝・休日を除く

◎受診時間については、午前・午後から選択してください。

※胃がんは午前のみとなります。

◎お申込み後、2週間を目安に検診票等をお送りしますので、ご確認ください。

【はがき・FAX】 FAX 47-0830

下記①~⑥の項目をご記入のうえ、希望する検診の1か月前までにお申し込みください。

切手	〒256-0816 小田原市健康づくり課 (小田原市保健センター)	小田原市酒匂 2-32-16
<ul style="list-style-type: none"> 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希望日時 第2希望日時 		

自己負担金の免除について

受付開始：5月8日(金)

対 象	自己負担金の免除を受けるには
①令和9年3月31日までに70歳以上になるかた	取扱医療機関の受付で本人が確認できる証明書(運転免許証など)をご提示ください。
②65~69歳で、神奈川県後期高齢者医療に該当のかた	受付の際に、資格確認書など資格情報の分かるものをご提示ください。
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3週間前までに健康づくり課までご連絡ください。
④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3週間前までに生活保護課までご連絡ください。

※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市ホームページでも取得可能です。

🔍 小田原市 自己負担金免除 検診 で検索してください。

国民健康保険に加入しているかたの人間ドック助成について

令和8年度内に「人間ドック」を受診した、以下の条件にすべて該当するかたに対し、1万円を上限として助成を行います。

- ① 受診日に小田原市国民健康保険被保険者の資格を有しているかた
 - ② 令和8年度内に40～74歳の誕生日を迎えるかた
 - ③ 受診した健診等の項目が小田原市特定健康診査の受診項目を満たすもの
- ※詳しくはホームページ、受診案内をご覧ください。
 ※同一年度内に利用できるのは、特定健診又は、人間ドック助成のいずれか1つのみです。

申請場所	小田原市健康づくり課（保健センター内）、または郵送
申請に必要なもの	申請書、受診結果表、領収書、特定健診受診券、印鑑、世帯主の口座情報のわかるもの（通帳など） ※世帯主以外の口座を希望されるかたはお問い合わせください。
助成金額	負担した金額の1/2（上限1万円）
申請期間	令和8年6月1日～令和9年3月31日 ※令和9年3月に受診した場合のみ、令和9年4月30日（郵送の場合、令和9年4月30日消印）まで申請可

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
栄町	青柳歯科医院	妊 22-9823	南町	加藤歯科医院	妊 22-4049	栢山	おおき歯科医院	妊 37-0015
	医)天野歯科医院	妊 22-8111		早野歯科医院	妊 24-6201		医)難波歯科	妊 36-9639
	石井歯科医院	妊 24-0260		寿町	医)安西歯科医院	妊 35-0221	曾比	片山歯科医院
	小田原駅前矯正歯科	- 27-3990	すだ歯科クリニック		妊 20-6266	鴨宮歯科医院		妊 47-8044
	医)小林病院歯科	妊 22-3161	城山	川野歯科	- 35-7812	中里	西湘歯科医院	妊 41-4101
	サイトウ歯科医院	- 22-7382		久崎歯科医院	妊 34-7009		西本歯科医院	妊 48-8103
	サザンクロス歯科クリニック	妊 23-1550	板橋	くちと歯クリニック	妊 080-4150-0118	鴨宮	医)TKG会 鴨宮北口歯科	妊 43-9948
	杉崎歯科医院	- 24-1388		板橋歯科医院	妊 22-0250		医)ここの歯科	妊 48-5455
	高橋歯科医院	妊 22-4266	扇町	オリーブ歯科	妊 66-1855	南鴨宮	医)永井病院	妊 45-1131
	DO歯科クリニック	妊 44-4581		洲脇歯科医院	妊 35-0303		新井歯科医院	妊 47-4182
	医)中野歯科医院	妊 24-2307	荻窪	医)白山歯科クリニック	妊 35-8110	飯泉	いちかわ歯科医院	妊 47-0550
	なつめ歯科医院	妊 24-2486		松本歯科	- 34-0700		龍本歯科医院	妊 47-8551
	橋本歯科医院	妊 23-3336	久野	医)健成会 杉山歯科医院	妊 35-5820	成田	椿矯正歯科クリニック	妊 49-1180
	医)日比野歯科医院	妊 22-3515		和田歯科医院	- 34-8111		なかの歯科	妊 46-6480
	村上矯正歯科・歯科	妊 23-0704	蓮正寺	医)ドリム歯科西山	妊 35-8211	国府津	慶歯科医院	妊 47-1688
村山歯科医院	妊 24-1146	医)ハッピースマイル ほたるだ歯科医院		妊 37-2185	あさだ歯科医院		妊 37-9488	
医)ひるデンタルクリニック	妊 20-5175	飯田岡	武田歯科医院	妊 34-0088	田島	まつした歯科医院	- 37-8119	
吉井歯科医院	妊 24-8841		吉田歯科医院	- 36-2080		鈴木歯科医院	妊 48-4648	
中町	医)町田診療所	- 24-4526	國原歯科医院	妊 36-7124	酒匂	新村歯科分院	妊 47-8210	
浜町	医)藤栄会 小田原歯科診療所	妊 24-6225	たかはし歯科医院	妊 36-0339		ワタナベ歯科医院	妊 47-1811	
	医)斎清会 かつまた歯科クリニック	妊 22-3831	とみず歯科医院	妊 46-6116	石井歯科クリニック	妊 42-3883		
本町	くわばら歯科医院	妊 22-5565	ナオキ歯科	妊 39-3332	医)玉成会 中西歯科医院	- 41-1216		
	医)柏木歯科医院	妊 24-2352	ひまわり歯科医院	妊 39-4618	川瀬歯科医院	妊 49-3181		
	曾根歯科医院	妊 22-3251			古藤歯科医院	妊 47-1221		
	医)慈正会 難波歯科医院	妊 22-2758			中村原	医)重原歯科医院	- 43-0704	
	普川歯科医院	妊 22-2986			上町	小林歯科医院	妊 43-3780	
					小船	医)聖湘会 よしだデンタルクリニック	妊 43-4182	

※成人歯科健診、妊婦歯科健康診査は箱根町、真鶴町、湯河原町でも受診できます。
 ※問い合わせ先 小田原歯科医師会 TEL: 49-1311

献血情報と骨髄バンクのドナー登録情報

献血にご協力ください

現在、日本国内では、1年間に約100万人の患者さんが病气やけがなどで輸血を必要とされています。輸血に使用する血液は人工的に造ることができず、長期間保存することもできません。患者さんの命を救うために、献血のご協力をお願いしています。献血の実施日時や会場については、広報小田原をご確認ください。

🔍 小田原市 献血の日程 で検索してください。

骨髄バンクのドナー登録

骨髄移植とは、白血病等で正常な造血が行われなくなった患者さんの骨髄を、健康な人（ドナー）から提供された骨髄に置きかえる治療法です。現在、日本国内では、1年間に約2,000人の患者さんが骨髄や末梢血幹細胞の移植を必要とされています。患者さんの命を救うためには、多くのかたのドナー登録が必要です。ドナー登録については、日本骨髄バンクのホームページをご覧ください。また、小田原市では、ドナーと事業所に対して助成金を交付しています。詳細は、右のQRコードからご確認ください。



🔍 小田原市 骨髄移植ドナー支援 で検索してください。

介護予防教室のご案内

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

65歳からの筋トレ教室（マシン教室）

個人で設定した目標に基づき、指導員管理のもと、有酸素運動・ストレッチ・マシンを用いた運動などを実施し、運動習慣を身につけ、膝痛、腰痛、転倒・骨折の防止を図ります。

場 所 生きがいふれあいセンターいそしぎ
 小田原アリーナ

申 込 募集は「広報小田原」に掲載します。

参加費用 無料（傷害保険料のみ負担あり）

65歳からの筋トレ教室（ストレッチ教室）

有酸素運動・ストレッチなどを集団で実施し、運動習慣を身につけ、膝痛、腰痛、転倒・骨折の防止を図ります。

場 所 生きがいふれあいセンターいそしぎ
 小田原アリーナ

申 込 募集は「広報小田原」に掲載します。

参加費用 無料（傷害保険料のみ負担あり）

高齢者体操教室

身体機能の低下が心配な方などを対象に、ストレッチ体操やリズム体操などの運動を行い、健康の維持・増進と仲間づくりを応援する教室です。
 ※65歳からの筋トレ教室に参加している人は、申し込みできません。

場 所 生きがいふれあいセンターいそしぎ
 おだわら総合医療福祉会館
 小田原スポーツ会館
 梅の里センター

申 込 募集は「広報小田原」に掲載します。

参加費用 無料

脳トレ！脳と体の生き生き教室

ウォーキングやリズムに合わせた体操、頭脳ゲームなど、仲間とともに、さまざまな体験をすることで脳と体を刺激することを意識した教室です。健康づくり課保健師・栄養士による講話と相談もあります。

申 込 募集は「広報小田原」に掲載します。

参加費用 無料（傷害保険料のみ負担あり）

自宅でも身体を動かしましょう！ ～自宅でできる体操・筋トレ動画、リハビリ講座のご紹介～

自宅にいても、家事をこまめにしたり、自分に合った体操をしたりすることで、身体や心、脳の動きを活発にすることができます。

市ホームページには、自宅でできる体操・筋トレ動画、転倒予防や効果的な運動方法を紹介するリハビリ講座などを掲載しています。

スマートフォンや携帯電話でアクセスできます。機械の操作が難しい場合は、友人やお子さんなどにご協力いただきながら、ご覧ください。

○「小田原小唄体操」の動画のDVDを貸し出しています。

希望するかたは、高齢介護課 地域包括支援係までご連絡ください。

🔍 小田原市 小田原小唄体操

🔍 小田原市 筋トレ動画

🔍 小田原市 リハビリ講座

で検索してください。

この他にも、お口に関する教室や栄養教室など、さまざまな介護予防教室を開催しています。
 詳細については「広報小田原」をご確認ください。

健康づくり課 保健医療係 ☎ 47-0828

高齢者の予防接種

各予防接種の詳細は、市ホームページをご確認いただくか健康づくり課までお問い合わせください。

市内の取扱医療機関については、10～11ページをご確認ください。

ワクチン名	対象者	接種期間	自己負担金
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. 接種日現在 65 歳のかた ※接種券を送付します。 2. 接種日現在 60 歳から 65 歳未満で、心臓、腎臓、呼吸器の機能に障がいがあるかた等（身体障害者手帳（内部障害）1 級相当）	該当年齢の間 接種可能です	5,000円
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、腎臓、呼吸器の機能に障がいがあるかた等（身体障害者手帳（内部障害）1 級相当）	10月1日から 令和 9 年 2月28日まで	「広報小田原」及び「市ホームページ」でご案内いたします。
新型コロナ	※1シーズン1回のみ助成となります。シーズン内に複数回接種した場合、2回目以降は全額自己負担になりますので、ご注意ください。		
带状疱疹	今までに带状疱疹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. 令和8年度中に 65、70、75、80、85、90、95、100 歳になるかた ※接種券を送付します。 2. 接種日現在 60 歳から 65 歳未満で、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能の障がいがあり日常生活がほとんど不可能なかた（身体障害者手帳（内部障害）1 級相当）	4月1日から 令和 9 年 3月31日まで	●生ワクチン2,700円 ●不活化ワクチン7,000円(1回あたり) ※ワクチンは2種類あり、接種回数や接種方法が異なります。

〈免除制度について〉
 ・市民税非課税世帯または生活保護利用世帯のかたは自己負担金免除制度があります。接種の2週間前までに健康づくり課へご連絡ください。
 ・インフルエンザ及び新型コロナの予防接種の免除申請については9月初旬から受付を開始する予定です。

※ 50 歳以上のかたに対する带状疱疹ワクチン任意接種費用の一部助成については、市ホームページをご確認いただくか、健康づくり課へお問い合わせください。

取扱医療機関一覧表

予約必須の医療機関もあります。事前に医療機関へお問い合わせください。

Table with columns for location, medical institution name, phone number, and various medical services (child/adult vaccinations, cancer screening, etc.).

※かかりつけ医療機関で実施できる場合や、予約が必要な場合もあります。詳しくは、各医療機関にお問い合わせください。
※予防接種は、市外でも接種できる医療機関があります。詳しくは、大人の予防接種については健康づくり課保健医療係 (TEL: 47-0828)、こどもの予防接種については子ども若者支援課子ども若者相談係 (TEL: 46-7037) にお問い合わせください。

※ロタワクチンにおいて、①はロタリックス(1価、2回接種)のみ、⑤はロタテック(5価、3回接種)のみ、●はどちらも取り扱います。
※麻しん・風しんワクチンにおいて、②は2期のみ、●は1期、2期のどちらも取り扱います。
※日本脳炎ワクチンにおいて、②は2期のみ、●は1期、2期のどちらも取り扱います。
※ Hib、不活化ポリオ、3種混合の取扱医療機関については、医療機関にご確認ください。
※大人の風しんワクチン(任意接種)において、○はMRのみ、●はMR及び風しん単独ワクチンのどちらも取り扱います。
※帯状疱疹ワクチンにおいて、○は生ワクチンのみ、◎は不活化ワクチンのみ、●はどちらも取り扱います。
※乳がん検診において、●は視触診のみ、◎はマンモグラフィ併用検診と視触診を取り扱います。

Table with columns for location, medical institution name, phone number, and various medical services (child/adult vaccinations, cancer screening, etc.).

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、祝・休日、12/29～1/3休み）



▲小田原医師会

- 医療機関の診療時間、休診日の案内
- かかりつけ医、介護保険の主治医、在宅医療の相談
- 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も受け付けています。
原則予約制です。左記までお問い合わせください。

上記受付時間外は、かながわ救急相談センターにて受診可能な医療機関をご案内しています。 ☎#7119

小田原歯科医師会地域支援歯科連携室

☎49-1319 (FAX 番号も同じ)

時間：月～金 9：00～12：00 13：00～17：00
（土日、祝・休日、8/13～8/16、12/29～1/3休み）

- 口腔に関わるご相談
- 通院が困難な方への往診、歯科訪問診療（訪問口腔ケア）

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

（小田原市保健センター1階）

☎47-0823

運営／小田原医師会

	診療科目	診療日	受付時間	診療時間
夜間診療	内科 小児科	平日	19時～22時	19時30分～
		土曜、日曜、祝・休日、 年末年始 (12月29日～1月3日)	18時～22時	18時30分～
休日診療	内科 小児科 耳鼻咽喉科	日曜、祝・休日、 年末年始 (12月29日～1月3日)	【午前】 8時30分～ 11時30分	【午前】 9時00分～
		最新の「広報小田原」 をご覧ください	【午後】 13時00分～ 15時30分	【午後】 13時00分～

※外科系の診療は行っておりません。

☎47-0825

運営／小田原歯科医師会

	診療科目	診療日	受付時間	診療時間
休日診療	歯科	日曜、祝・休日、 年末年始 (12月29日～1月3日) お盆 (8月14日～16日)	【午前】 8時30分～ 11時30分 【午後】 13時00分～ 15時30分	【午前】 9時00分～ 【午後】 13時00分～

☎47-0826

運営／小田原薬剤師会

開局時間：休日夜間急患診療所、休日急患歯科診療所の診療時間

小田原市立病院(総合医療センター)での休日夜間診療

土曜、日曜、祝・休日、年末年始の昼間と毎夜間、当直診療科の医師と小児科医による診療を行います。当直診療科は輪番制のため、事前にお問い合わせください。

☎34-3175

※他院からの紹介状がない場合、
初診時選定療養費がかかる
場合があります。

休日、夜間の病院案内

日曜、祝・休日、年末年始の昼間と毎夜間、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のでお問い合わせください。

☎#7119 かながわ救急相談センター
または

☎49-0119 小田原市消防本部

救急車を呼ぶか迷ったら

急な病気やけがで、救急車を呼ぶべきかなどの判断に迷った際に、ダイヤル「#7119」に電話いただくと、24時間365日、看護師等が相談に対応します。

☎#7119 かながわ救急相談センター
(直通ダイヤル) 045-232-7119 または 045-523-7119

※救急時には119番へ通報を

こどもの急病

こどもの救急（日本小児科学会）

PC・スマートフォン等からアクセスでき、お子さんの症状をチェックすることですぐに病院に行くべきか、自宅で様子をもて大丈夫かを判断する目安が分かります。「こどもの救急」で検索するか、右の二次元コードからアクセスできます。



▲「こどもの救急」

こども医療でんわ相談 #8000

小さなお子さんをお持ちの保護者のかたが、休日・夜間の子どもの症状にどう対処したらよいか、病院の受診を受けたほうがいいのかなど判断に迷った時に、小児科医師・看護師に電話で相談ができるものです。全国同一短縮番号「#8000」をプッシュすることで、相談窓口へ自動転送されます。

転入されたかたへ

転入されたかた向けの情報（保健事業のご案内）については、

☞小田原市内へ転入されたかた保健事業

で検索してください。



© 小田原市「梅丸」