

令和8年度

# 健康づくり ガイド

Health promotion guide

## メール配信サービス、鹿角市公式LINEに登録を!

検(健)診の情報などをお届けします。

### メール配信サービス

登録用アドレス「e-kazuno@xpressmail.jp」に空メールを送信してください。



### 鹿角市公式LINE

右の二次元コードから友達登録をお願いします。



## がん検診・健康診断

検(健)診の種類	1・2
検(健)診の申込方法	3
令和8年度 検(健)診年齢早見表	4
集団健診	5
サンキュー(19~39歳)健診	6
脳ドック	7
胃がん検診(内視鏡)	8
胃がん検診(バリウム)	9
肺がん・大腸がん検診	10
乳がん・子宮がん検診	11・12

## 予防接種

予防接種	13~16
子どもの予防接種の種類	17・18

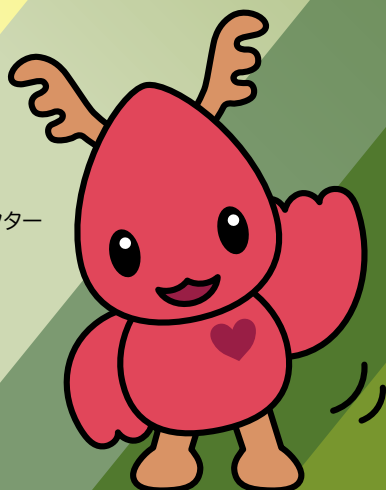
## 子ども・子育て

妊娠・出産	19
乳幼児健康診査・相談	20~22

## こころの相談

相談先紹介など	23
---------	----

鹿角市自殺予防キャラクター  
『いのっぴ』



# 検(健)診の種類

## ●がん検診

	肺がん	大腸がん	胃がん(バリウム)	胃がん(内視鏡)
対象年齢	40歳以上			51歳、53歳、 55歳、57歳、 59歳
申込	不要	必要(令和7年度受診者は申込不要)		必要
受診場所	市内指定会場(検診車)			指定医療機関
自己負担金	500円	800円	1,500円	無料
無料対象者	40歳 (S61.4.2~S62.4.1生) 51歳~60歳 (S41.4.2~S51.4.1生)	51歳~60歳 (S41.4.2~S51.4.1生)		—
実施期間	9月~10月		9月~11月	申込者にお知らせします
検査内容	胸部レントゲン撮影	便潜血検査	胃部レントゲン撮影	胃内視鏡検査
詳細ページ	10ページ	10ページ	9ページ	8ページ

## ●健康診断

	サンキュー健診	人間ドック	特定健診	後期高齢者健診	脳ドック
対象年齢	19歳~39歳	40歳以上の 国民健康保険加入者		後期高齢者 医療制度加入者	40歳~74歳
自己負担金	1,000円	14,000円	無料		ドック料金の 3分の1程度
受診券の 届く時期	5月下旬			6月下旬	申込必要 (4月13日まで)
実施期間	6月~R9.2月			7月~11月	6月~R9.2月
検査内容	診察、身体測定、血圧測定、血液検査、尿検査など ※人間ドックは特定健診の内容に加えて胃・肺・大腸の検査、腹部超音波検査				脳MRI、MRA など
詳細ページ	集団健診(要予約)・サンキュー健診は5~6ページ				7ページ

	前立腺がん	乳がん	子宮がん
対象年齢	50歳以上の男性	40歳以上の偶数年齢の女性 (41歳のみクーポン利用で受診可能)	20歳～39歳の女性 40歳以上の偶数年齢の女性
申込	必要		
受診場所	市内指定会場	かづの厚生病院 市内指定会場(検診車)	かづの厚生病院 いけがみレディースクリニック
自己負担金	700円	40～48歳 2,000円 50歳以上 1,400円	2,000円
無料対象者	—	41歳～42歳 (S59.4.2～S61.4.1生) 44歳 (S57.4.2～S58.4.1生)	21歳～35歳 (H3.4.2～H18.4.1生)
実施期間	7月～9月	6月～R9.2月	
検査内容	血液検査	マンモグラフィ撮影	内診、細胞診、超音波検査
詳細ページ	申込は3ページ	11・12ページ	11・12ページ

## ●その他の検診

	歯周病検診	骨粗しょう症検診(女性のみ)	肝炎ウイルス検診
対象年齢	20歳(H18.4.2～H19.4.1生) 30歳(H 8.4.2～H 9.4.1生) 40歳(S61.4.2～S62.4.1生) 50歳(S51.4.2～S52.4.1生) 60歳(S41.4.2～S42.4.1生) 70歳(S31.4.2～S32.4.1生) 75歳以上(S27.4.1以前生)	40歳(S61.4.2～S62.4.1生) 45歳(S56.4.2～S57.4.1生) 50歳(S51.4.2～S52.4.1生) 55歳(S46.4.2～S47.4.1生) 60歳(S41.4.2～S42.4.1生) 65歳(S36.4.2～S37.4.1生) 70歳(S31.4.2～S32.4.1生)	40歳以上で過去に市の肝炎ウイルス検診を受けたことがない人
受診方法	歯科医院に予約	申込必要(3ページ)	
受診場所	市内歯科医院	かづの厚生病院	市内指定会場
自己負担金	1,200円 ※75歳以上は無料	1,000円	800円 ※40歳は無料
検査内容	口腔内診査	腕のレントゲン	血液(HBs抗原・HCV抗体)検査
実施期間	7月～R9.2月	R9.1月～2月	7月～9月
備考	対象者には受診券が届きます	申込者には通知が届きます	

令和9年4月1日時点を基準とした年齢になります

# 検(健)診の申込方法

4月13日(月) 申込受付開始

- 検(健)診は鹿角市に住民登録のある方が対象です。
- 自覚症状のある方、治療中の方は対象となりません。
- 精密検査となった方で、まだ検査を受けられていない方は、精密検査を受けましょう。

## 方法1 Web申込フォーム

ご希望の検(健)診の二次元コードからアクセスし、お申込ください。

- ① 集団健診(特定健診・後期高齢者健診・サンキュー健診)  
詳細については5ページをご確認ください。



- ② 前立腺がん検診・肝炎ウイルス検診

日にち・会場	受付時間(各日とも)
8月 5日(水) コモッセ	
8月 6日(木) 八幡平市民センター	①13:30~14:00 ②14:00~14:30
8月 7日(金) 十和田市民センター	
9月10日(木) コモッセ	①13:00~13:30 ②13:30~14:00
9月11日(金) 十和田市民センター	③14:00~14:30 ④14:30~15:00



- ③ 胃がん検診(バリウム)\*・大腸がん検診\*・骨粗しょう症検診  
(★令和7年度に受診した人は申込不要)

申込後に詳細などを明記した通知書を送付します。

通知書の送付時期は以下の通りです。

- ・ 胃がん検診(バリウム)・大腸がん検診: 8月下旬~9月上旬頃送付予定
- ・ 骨粗しょう症検診: 令和9年1月頃送付予定



- ④ 胃がん検診(内視鏡)

申込後に詳細などを明記した通知書を6月下旬に送付します。

※対象は51歳、53歳、55歳、57歳、59歳です。

※詳細については8ページをご確認ください。



- ⑤ 乳がん検診・子宮がん検診

詳細については11~12ページをご確認ください。



## 方法2 電話申込 ☎0186-30-0119

ご希望の検(健)診をお電話で申込ください。平日8:30~17:15(水曜日は19:00まで)

- 肺がん検診、歯周病検診は申込不要です。  
肺がん検診: 10ページをご確認ください。  
歯周病検診: 対象者には6月下旬に受診券を送付します。

# 令和8年度 検(健)診年齢早見表

令和9年4月1日時点を基準とした年齢になります

●…受診可能(○は無料) ●…男性のみ受診可能 ●…女性のみ受診可能(○は無料)  
 ※…令和7年度に胃内視鏡検診を受診した方は対象外 ▲…受診歴のない方のみ受診可能 ×…対象外

年度末年齢	生年月日	肺	大腸	胃(バリウム)	胃(内視鏡)	前立腺	子宮	乳	肝炎	骨	歯
20	H18.4.2~H19.4.1生	×	×	×	×	×	●	×	×	×	●
21 29	H 9.4.2~H18.4.1生	×	×	×	×	×	○	×	×	×	×
30	H 8.4.2~H 9.4.1生	×	×	×	×	×	○	×	×	×	●
31 35	H 3.4.2~H 8.4.1生	×	×	×	×	×	○	×	×	×	×
36 39	S62.4.2~H 3.4.1生	×	×	×	×	×	●	×	×	×	×
40	S61.4.2~S62.4.1生	○	●	●	×	×	●	●	○	●	●
41	S60.4.2~S61.4.1生	●	●	●	×	×	×	○	▲	×	×
42	S59.4.2~S60.4.1生	●	●	●	×	×	●	○	▲	×	×
43	S58.4.2~S59.4.1生	●	●	●	×	×	×	×	▲	×	×
44	S57.4.2~S58.4.1生	●	●	●	×	×	●	○	▲	×	×
45	S56.4.2~S57.4.1生	●	●	●	×	×	×	×	▲	●	×
46	S55.4.2~S56.4.1生	●	●	●	×	×	●	●	▲	×	×
47	S54.4.2~S55.4.1生	●	●	●	×	×	×	×	▲	×	×
48	S53.4.2~S54.4.1生	●	●	●	×	×	●	●	▲	×	×
49	S52.4.2~S53.4.1生	●	●	●	×	×	×	×	▲	×	×
50	S51.4.2~S52.4.1生	●	●	●	×	●	●	●	▲	●	●
51	S50.4.2~S51.4.1生	○	○	○	○	●	×	×	▲	×	×
52	S49.4.2~S50.4.1生	○	○	○*	×	●	●	●	▲	×	×
53	S48.4.2~S49.4.1生	○	○	○	○	●	×	×	▲	×	×
54	S47.4.2~S48.4.1生	○	○	○*	×	●	●	●	▲	×	×
55	S46.4.2~S47.4.1生	○	○	○	○	●	×	×	▲	●	×
56	S45.4.2~S46.4.1生	○	○	○*	×	●	●	●	▲	×	×
57	S44.4.2~S45.4.1生	○	○	○	○	●	×	×	▲	×	×
58	S43.4.2~S44.4.1生	○	○	○*	×	●	●	●	▲	×	×

年度末年齢	生年月日	肺	大腸	胃(バリウム)	胃(内視鏡)	前立腺	子宮	乳	肝炎	骨	歯
59	S42.4.2~S43.4.1生	○	○	○	○	●	×	×	▲	×	×
60	S41.4.2~S42.4.1生	○	○	○*	×	●	●	●	▲	●	●
61	S40.4.2~S41.4.1生	●	●	●	×	●	×	×	▲	×	×
62	S39.4.2~S40.4.1生	●	●	●	×	●	●	●	▲	×	×
63	S38.4.2~S39.4.1生	●	●	●	×	●	×	×	▲	×	×
64	S37.4.2~S38.4.1生	●	●	●	×	●	●	●	▲	×	×
65	S36.4.2~S37.4.1生	●	●	●	×	●	×	×	▲	●	×
66	S35.4.2~S36.4.1生	●	●	●	×	●	●	●	▲	×	×
67	S34.4.2~S35.4.1生	●	●	●	×	●	×	×	▲	×	×
68	S33.4.2~S34.4.1生	●	●	●	×	●	●	●	▲	×	×
69	S32.4.2~S33.4.1生	●	●	●	×	●	×	×	▲	×	×
70	S31.4.2~S32.4.1生	●	●	●	×	●	●	●	▲	●	●
71	S30.4.2~S31.4.1生	●	●	●	×	●	×	×	▲	×	×
72	S29.4.2~S30.4.1生	●	●	●	×	●	●	●	▲	×	×
73	S28.4.2~S29.4.1生	●	●	●	×	●	×	×	▲	×	×
74	S27.4.2~S28.4.1生	●	●	●	×	●	●	●	▲	×	×
75	S26.4.2~S27.4.1生	●	●	●	×	●	×	×	▲	×	○
76	S25.4.2~S26.4.1生	●	●	●	×	●	●	●	▲	×	○
77	S24.4.2~S25.4.1生	●	●	●	×	●	×	×	▲	×	○
78	S23.4.2~S24.4.1生	●	●	●	×	●	●	●	▲	×	○
79	S22.4.2~S23.4.1生	●	●	●	×	●	×	×	▲	×	○
80歳以降の年度末偶数年齢		●	●	●	×	●	●	●	▲	×	○
81歳以降の年度末奇数年齢		●	●	●	×	●	×	×	▲	×	○

# 集団健診

## 特定健診、後期高齢者健診、サンキュー健診

要予約

### 日程・予約方法

健診日	会場	受付時間(各日とも)
8月 5日(水)	コモッセ	① 9:30~10:00 ② 10:00~10:30 ③ 10:30~11:00
8月 6日(木)	八幡平市民センター	
8月 7日(金)	十和田市民センター	

方法1

**Web予約**

右の二次元コードから予約



予約は**4月13日(月)~**  
**7月21日(火)まで**

方法2

**電話予約**

**☎0186-30-0119** 平日8:30~17:15(水曜日は19:00まで)

- 大腸がん検診、肺がん検診、前立腺がん検診、肝炎ウイルス検診を同時受診できます。  
がん検診等の対象年齢や自己負担金について、1~2ページをご確認し、ご予約ください。
- 健診時、子ども未来センターでの無料託児を利用できます。  
子ども未来センター(☎0186-30-0855)へ健診4日前までにご予約ください。

### 持ち物

- **マイナ保険証** 資格確認書でも可
- **受診券**
- **自己負担金** サンキュー健診、特定健診(社保扶養)、がん検診等同時受診の場合
- **通知書**
- **尿の容器** **当日の朝に、採尿してご持参ください**
- **便の容器** **2日分の便をご持参ください(大腸がん検診申込者のみ)**

健診の  
1~2週間前に  
郵送で届きます

**注意** 肺がん検診(レントゲン撮影)時の服装については9ページをご確認ください。  
受診券を紛失された方は、保険者へお問い合わせください。

社保扶養の方で特定健診を受診する場合は、集団健診で受診できるか保険者へご確認ください。

# サンキュー(19～39歳)健診

**対象** 19歳～39歳(S62.4.2～H20.4.1生)の、職場等で健康診断を受ける機会のない方

**健診の内容** 問診・診察、身長・体重・腹囲測定、血圧測定、心電図検査、  
血液検査(血糖・脂質・肝機能・腎機能、尿酸、貧血)、尿検査(蛋白、糖)

**自己負担金** 1,000円

**健診を受けるまでの流れ**

## ①受診券を準備

以下の方には、受診券が5月下旬頃に届きます。

・ 鹿角市の国民健康保険加入者 ・ 令和7年度にサンキュー健診を受診した方

**健診を受けるためには、受診券が必要**です。受診券が届かない方は、以下方法でお申し込みください。

## ②受診場所の決定

市内指定医療機関又は集団健診で健診が受けられます

## ③受診

結果は受診日から2か月程度で届きます

## 受診券の申し込み方法

受診券の申込期間

4月13日(月)～

2月12日(金)

※受診券の発行をお急ぎの方は、必ず電話でお申し込みください。

### 方法1 Web申込フォーム

二次元コードよりアクセスしてください。申込期間中、いつでもお申し込みできます。



### 方法2 電話申込 ☎0186-30-0119

すこやか子育て課健康づくり班  
平日8:30～17:15(水曜日は19:00まで)

## 健診が受けられる場所

※健診の予約は、受診券が届いてから行ってください

### ①市内指定医療機関で受ける

**期間** 6月1日(月)～2月27日(土)

**受診方法** 予約が必要な医療機関と、不要な医療機関があります。  
予約及び受診日は、受診券に同封の案内をご確認下さい。

#### 医療機関健診の押しポイント

- ・ 健診期間が2月までなので、予定に合わせて健診が受けられる
- ・ 医療機関によっては、予約不要

### ②集団健診で受ける

**期間** 8月5日(水)～8月7日(金)

**受診方法** 必ず予約が必要です。  
予約方法、健診の日時・場所は5ページをご確認ください。

#### 集団健診の押しポイント

- ・ 日にちと場所が決まっているので、受ける日にちを迷わない
- ・ コモッセ内の無料託児が利用できる

# 脳ドック

**対象** 40歳～74歳(S27.4.2～S62.4.1生)の鹿角市民で、加入中の健康保険で脳ドック助成がない方

**【対象外】**令和5年4月～令和8年3月に鹿角市の助成を受けて脳ドックを受診した方

## 1.指定医療機関で受ける

### 実施医療機関・自己負担金

かつの厚生病院		石田脳神経外科クリニック(大館市)		久保脳神経外科クリニック(大館市)	
脳ドック	16,200円	Aコース	15,000円	一般	10,000円
ミニコース	8,650円	Bコース	12,000円	ミニ	9,000円
		ちょこっとコース	4,000円		

医療機関によって検査内容が異なります。詳しい検査内容は、「令和8年度鹿角市脳ドック申込書\*」に添付の案内をご確認ください。

**申込方法** 「令和8年度鹿角市脳ドック申込書\*」を福祉保健センター、各支所で入手し提出する

**申込期間** **4月6日(月)～4月13日(月)**

※決定者には、「脳ドック決定通知書」が届きます

## 2.指定外の医療機関で受ける

秋田市、盛岡市、弘前市等の指定外の医療機関を希望する方は、申請により助成が受けられます。

**受診期間** 4月1日～2月28日

**助成金額** 脳ドック料金の3分の2程度 ただし、3万円を上限とする

### 申込から助成金振り込みまでの流れ

①医療機関へ予約	②市へ申込書*を提出	③受診	④市へ申請書*を提出
医療機関のホームページなどを参考に、受診場所を決める。	受診日から2週間以上余裕をもった日程での申請をお願いします。	脳ドック費用を全額医療機関へ支払う。	申請書、領収書、結果等を市に提出。書類審査後に助成金が振り込まれる。

\*「脳ドック申込書」、「鹿角市脳ドック助成金申請書」その他脳ドックに関する必要書類は、福祉保健センターの窓口を設置の他に、市ホームページからダウンロードできます。また、脳ドックに関するお知らせも市ホームページや、広報かつの等をご確認ください。




### ●注意事項

- 今年度受診した方は3年間(令和11年度まで)は助成を受けて脳ドック受診はできません。
- 脳ドックにがん検診は含まれておりません。がん検診については8～12ページをご確認ください。
- 血液・尿・心電図検査が含まれない脳ドックを受ける方は、特定健診とあわせて受けることをおすすめします。

# 胃がん検診(内視鏡)

- 胃内視鏡(胃カメラ)によるがん検診です。胃がんは50歳代以降に多く、日本人の死亡原因の上位に位置しています。ぜひ、この機会に受診してください。詳細については、申込のあった方に個別にお知らせいたします。

対象年齢 (R9.4.1時点の年齢)	51歳(S50.4.2~S51.4.1生) 55歳(S46.4.2~S47.4.1生) 59歳(S42.4.2~S43.4.1生)	53歳(S48.4.2~S49.4.1生) 57歳(S44.4.2~S45.4.1生)
対象外となる方	<ul style="list-style-type: none"> <li>・胃や食道の治療中(服薬中または定期的に胃内視鏡検査を実施している)の方</li> <li>・過去の胃がん検診で異常があり精密検査を受診していない方</li> </ul>	
検診実施時期	7月~12月	
受診会場	指定医療機関 (市内は、大湯リハビリ温泉病院、鹿角中央病院、なかの消化器内科クリニック)	
自己負担金	無料	
申込方法	①専用申込フォーム 右側の二次元コードからアクセスし、 必要事項を入力してください。	
	②電話申込 4月13日(月)から <b>☎0186-30-0119</b> 平日8:30~17:15まで(水曜日は19:00まで)	
申込締切	<b>5月29日(金)</b>	
注意事項	令和8年度に胃内視鏡検診を受けた方は、令和9年度の胃がん検診(バリウム・内視鏡)を受けることができません。令和10年度は受診可能です。	

## がん検診にはメリット・デメリットがあります

メリット・デメリットを正しく理解し、健康と安心のためにがん検診を受けましょう。

### 最大のメリットはここ！

#### ●早期発見・治療による救命

早期であれば治せる可能性は非常に高く、身体的・経済的負担は一般的に少なく済みます。一方、症状がある場合はがんが進行している可能性があります。**症状がない時に検診を受ける**ことが大切です。

#### ●安心した生活を続けられる

「異常なし」となれば、ひとまず安心して過ごすことができます。日本人の2人に1人ががんになる時代。自身を「過信」せず、**定期的に検診を受ける**ことが必要です。

#### ●検診結果が100%正しいわけではない

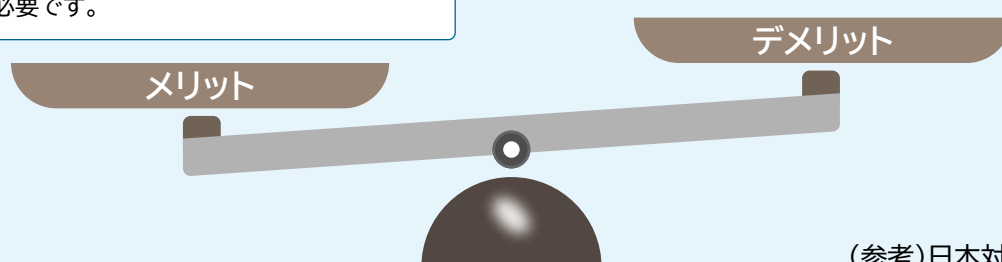
「異常なし=がんではない」ではありません。がんの場所や種類によっては発見できないことがあります。

#### ●結果的に不必要な検査・治療となることも

「がん疑い」と診断され、精密検査を受けた結果、「がんではない」と判定された場合、結果的にみれば不必要な検査・治療が行われたこととなります。

#### ●検査によって身体に負担がかかることも

例えば、バリウムで便秘になることや放射線には被ばくの問題があります。



(参考)日本対がん協会HP

# 胃がん検診(バリウム)

令和7年度に胃内視鏡検診を受けた方は今年度受診できません

●以下の項目に該当する方は、市の胃がん検診を受けることはできませんので、医療機関にご相談ください。

- ・ 飲食時にむせやすい、のどの病気や手術をしたことがある
- ・ 過去にバリウムを飲んで具合が悪くなった、アレルギー症状がでた
- ・ 胃がんなどの診断を受け、治療中や経過観察中である
- ・ 検査当日まで1週間以上排便がない
- ・ 心臓病や腎臓病及び人工透析で、水分制限をうけている
- ・ 検診当日、インスリンや血糖降下剤を服用
- ・ 肺切除、酸素吸入療法等をしている
- ・ 体重が130kg以上ある
- ・ 耳が聞こえない
- ・ 検査台の上で指示に従って寝返りができない
- ・ 妊娠中または妊娠の可能性がある

## 胃がん検診(バリウム)・肺がん検診・大腸がん検診の共通注意事項

### 胃がん検診の後に、肺がん・大腸がん検診を受ける場合

バリウムがレントゲンに写り込んだり、便に混じったりする可能性があります。

肺がん・大腸がん検診は、胃がん検診より前に受けることをおすすめします。

胃がん検診の後に  
肺がん検診を受ける場合

バリウムを飲んでから**4日間以上あけて**、  
肺がん検診(レントゲン)を受けてください。  
(例)9/10に胃がん検診  
→9/15から肺がん検診受診可能

胃がん検診の後に  
大腸がん検診を受ける場合

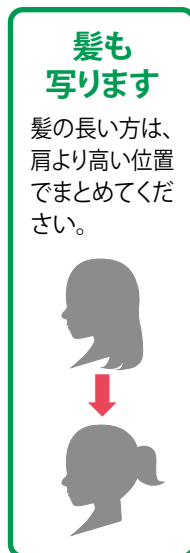
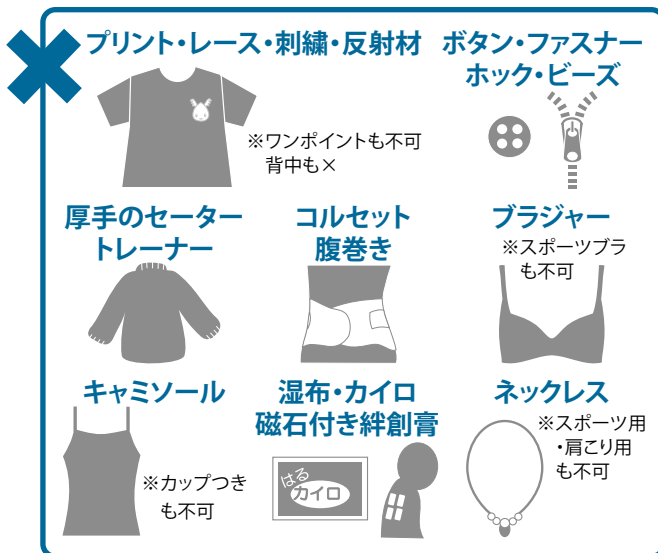
白い便が出ないこと(普通の便になったこと)を確認してから便をとってください。

### 肺がん検診・胃がん検診 レントゲン撮影時の服装について

#### ◎推奨される服装



#### ×着用できないもの



# 肺がん・大腸がん検診

検便容器は8月下旬の発送を予定しています。

- 混雑を避けるため割当地区を設定しております。割当日に受診できない場合は、別日、別会場で受診しても問題ありません。「**女性のみ**」「**夜間**」の日程は、どの地区の方でも受診できます。
- 検診会場は混み合うことが予想されます。時間に余裕をもってお越しください。
- 今年度より、**喀痰細胞診検査は実施しません**。(日常的に喀痰が続く場合は、かかりつけ医等にご相談ください。)

## 令和8年度 肺がん・大腸がん検診日程

**当日の持ち物** 料金、マイナ保険証、検便容器(大腸がん検診を受診する方のみ)

日にち	会場	受付時間	割当地区
9月24日(木)	八幡平市民センター	10:00～11:30	石鳥谷、松館、長嶺、川部、三ヶ田、黒沢、荒町
		13:30～15:00	大里、玉内、葛岡、小豆沢
9月25日(金)	八幡平市民センター	10:00～11:30	長内、桃枝、長牛、白欠、湯瀬
	谷内地区市民センター	13:30～15:00	谷内、水沢、熊沢、切留平、トロコ、永田、夏井、林崎、小割沢、大久保
9月28日(月)	尾去沢市民センター	10:00～11:30	山神社、軽井沢、市街地、瓜畑、新堀住宅、三ツ矢沢、山方、松子沢、中央通り、上山、城山、下夕町(尾去沢)
	コモッセ	13:30～15:00	尾去、西道口、下モ平、蟹沢(尾去沢)、新山、【花輪】福土、乳牛
9月29日(火)	コモッセ	10:00～11:30	小坂、合ノ野、鏡田、用野目、狐平、下川原、高屋、鶴田、小深田
		13:30～14:30	<b>女性のみ</b>
9月30日(水)	十和田市民センター	10:00～11:30	高清水、長者久保、芦名沢、上向、南、蟹沢(岡田)、館古町、下小路、城ノ下、上町(毛馬内)、川原
		13:30～15:00	高田、横丁(毛馬内)、萱町、陣場、毛馬内住宅、五軒町、土ヶ久保、中野、甚兵衛川原・山田、柏野
		17:30～18:30	<b>夜間</b>
10月1日(木)	十和田市民センター	10:00～11:30	瀬田石、石野、松ノ木、冠田、曲谷地、沢尻、錦丁、古川、浜田、根市戸、五軒屋、申ヶ野、神田、大川原、関上
		13:30～14:30	<b>女性のみ</b>
10月2日(金)	大欠農業研修センター	10:00～10:30	松山、大欠、土深井
	大湯地区市民センター	13:30～15:00	上町(大湯)、中町、川原ノ湯、中川原、松原、下ノ湯、丁内、腰廻、根市、風張、宮野平、倉沢、一本木
10月8日(木)	コモッセ	10:00～11:30	大曲、西町、東町、小平、新斗米、高市、長野、上台、寺坂、小枝指、館、級ノ木、菩堤野
		13:30～15:00	駅西住宅、久保田、久保田団地、谷地田町、上堰向、旭町、上旭町、大川添団地、大町、中堰向、新町、横町、横丁(花輪)、川原町、下堰向
		17:30～18:30	<b>夜間</b>
10月9日(金)	コモッセ	10:00～11:30	八正寺、組丁、沢小路、東山、東山住宅、産土神、下夕町(花輪)、六月田、扇ノ間、花軒田、曲沢
		13:30～15:00	上野、馬場、荒屋敷、沢口、盆坂、新田町、舟場、六日町、文化
10月13日(火)	草木地域活動センター	10:00～10:30	丸館、中草木、下草木、新田、砂派、二本柳
	大湯地区市民センター	13:30～15:00	高清水、戸倉、田代、熊取、大平、中滝、川上、箒畑、堀内、四ノ岱、四ノ岱住宅、白沢、荒瀬、中岱、上ノ湯、湯ノ岱、中田

9ページの注意事項をご確認の上、受診してください。

※お住まいの地区の記載がない場合は、近くの地区の日程でお越しください。

# 乳がん・子宮がん検診

## 予約方法

希望する「検診・会場・日にち」を決め、希望する日の**3週間前までに予約**をする。

医療機関	検診期間
かづの厚生病院	6月1日(月)～2月10日(水)
いけがみレディースクリニック	6月1日(月)～2月10日(水)



### 方法1

## Web予約

予約受付開始：4月13日(月)から

右の二次元コードを読み取り、予約をしてください。  
初めての方は、新規登録を行ってから予約をしてください。



乳・子宮 予約

### 方法2

## 電話予約

**☎0186-30-0119** 平日8:30～17:15(水曜日は19:00まで)

- ・ 検診日が近くなると、通知書と受診票が届きます。
- ・ 検診日の変更、キャンセルは**5日前までに**検診担当(☎0186-30-0119)へご連絡ください。
- ・ 結果は1～2か月後に届きます。

**注意** 健診や人間ドックと同じ日に受診することはできません。

配慮が必要な方(難聴、四肢が不自由、日本語での会話が困難など)は、予約時にお知らせください。付き添いの方をお願いする場合があります。

## 乳がん・子宮がん検診の対象

乳がん検診	<b>40歳以上の偶数年齢の女性(2年に1回)</b> ※無料クーポンの対象者(41歳)は受診可能
子宮がん検診	20～39歳の女性(1年に1回)および <b>40歳以上の偶数年齢の女性(2年に1回)</b>

●以下の項目に該当する方は、市の乳がん・子宮がん検診を受けることはできません

- ・ 気になる症状がある
- ・ 外来で定期的に検査をするよう言われている
- ・ 過去に精密検査と判定されたが、医療機関を受診していない
- ・ 今年度中にすでに検診を受診した

### 乳がん検診

- ・ ペースメーカーを装着している
- ・ CVポート、VPシャント等を留置している
- ・ 妊娠しているまたは妊娠の可能性がある
- ・ 授乳している
- ・ 豊胸術を受けた

### 子宮がん検診

- ・ **性交渉の経験がなく、さらにこれまで子宮がん検診を受けたことがない**  
→検査を希望する場合は検診担当(☎0186-30-0119)へご連絡ください。

## 乳がん検診

### ➡かづの厚生病院で受診する

午前	受付時間	月	火	水	木	金	土	1日の定員
	7:50~ 8:00	○	○	○	○			
8:50~ 9:00					○			

午後	日にち	受付時間	1日の定員
	7月1日(水) 8月5日(水) 9月2日(水)	①13:15~13:30 ②14:15~14:30	

※午前は都合により男性技師が対応する場合があります。午後は女性技師が対応します。

※第1、3、5月曜日および毎週火曜日は、子宮がん検診と同時受診できません。

### ➡検診車で受診する

会場	十和田市民センター	会場 コモッセ		定員
時間 \ 検診日	10月27日(火)	10月28日(水)	10月29日(木)	
10:00~10:30			○	各時間 15人
10:30~11:00			○	
13:00~13:30			○	
13:30~14:00	○	○	○	
14:00~14:30	○	○		
17:00~17:30	○	○		
17:30~18:00	○	○		

※検診車で乳がん検診は、女性技師が対応します。

## 子宮がん検診

医療機関	受付時間	月	火	水	木	金	土	1日の定員
いけがみレディース クリニック	10:00~10:30						○	午前・午後 各10人 ※土曜日は5人
	10:00~11:00	○	○	○		○		
	15:30~17:00	○	○		○	○		
かづの厚生病院	7:50~ 8:00	△		○	○			1~2人
	8:50~ 9:00					○		

△:かづの厚生病院の月曜日は、第2・4のみの実施です。

予防接種は、個人の発病や重症化、社会に感染症がまん延することを防ぐという目的があります。自分のため、家族のため、社会のみんなのために予防接種を受けましょう。

## 予防接種の受け方

### STEP1

**予防接種を受ける前に確認しましょう。**

予防接種の必要性や副反応を理解しましょう。

治療中の方は、主治医に予防接種の可否を確認しましょう。

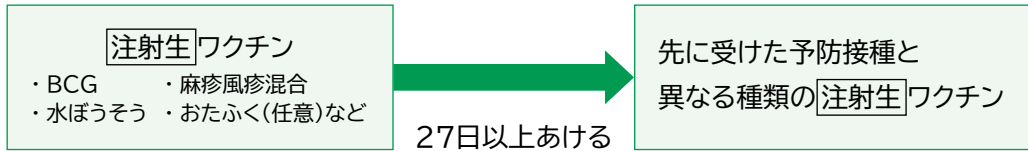
子どもの予防接種は  
こちらで確認



### 〔予防接種の接種間隔〕

予防接種で使うワクチンには、生ワクチン、不活化ワクチンの2種類があります。

- 異なる注射生ワクチンを別の日に接種する場合は、27日以上の間隔をあけてください。



- 同じ種類のワクチンを複数回接種する場合は、ワクチンごとに決められた間隔を守りましょう。

〈27日以上とは〉

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

4週間後の  
同じ曜日か  
ら接種でき  
ます

〈1か月以上とは〉

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

1か月後の  
同じ日から  
接種できます

- 医師が必要と認めた場合は、複数のワクチンを同時接種することが可能です。医療機関にご相談ください。

### STEP2

**医療機関に予約をしましょう。**

### STEP3

**予防接種を受けに行きましょう。**

**持ち物** マイナ保険証、予診票、母子健康手帳、委任状(必要な方)など

- 子どもの予防接種は、保護者(父母・養親)の同伴が必要です。

事情により保護者以外(お子さんの健康状態をよく知る祖父母など)が同伴する場合は、委任状を記入し医療機関にご提出ください。

福祉保健センターに設置のほか、ホームページからもダウンロードできます。



委任状PDF

### STEP4

**予防接種が終わった後は以下のことに注意しましょう。**

- 接種後30分間は医療機関内で様子を観察するか、医師とすぐに連絡をとれるようにしておきましょう。
- 生ワクチンは4週間、不活化ワクチンは1週間、副反応の出現に注意し、接種部位の異常な反応や体調の変化があった場合は速やかに医師の診察を受けましょう。
- 入浴時は、接種部位を強くこすらないようにしましょう。また、当日は激しい運動は避けましょう。

## 予防接種の健康被害救済制度

予防接種による副反応のために、医療機関で治療が必要な場合や生活が不自由になった場合(健康被害)には、救済制度(健康被害救済制度)があります。申請を希望される方は、予防接種担当までお問い合わせください。

### 市内指定医療機関一覧

※△は年齢などで制限があります。

市内指定医療機関 電話番号	高齢者用 肺炎球菌	帯状疱疹		インフルエンザ			新型 コロナ	成人の 風しん
		生	組換え	高齢者	妊婦	小児		
かづの厚生病院 ☎0186-23-2111	○	×	×	○	○	×	○	○
鹿角中央病院 ☎0186-23-4131	○	○	○	○	×	×	○	○
大湯リハビリ温泉病院 ☎0186-37-3511	○	○	○	○	○	△	○	○
いけがみレディースクリニック ☎0186-30-0111	○	○	○	○	○	△	○	○
大里医院 ☎0186-22-1251	○	○	○	○	○	△	○	△
なかの消化器内科クリニック ☎0186-22-7335	○	○	○	○	×	△	○	○
長橋内科胃腸科医院 ☎0186-23-7612	○	×	○	○	×	△	○	×
福永医院 ☎0186-35-3117	○	○	○	○	○	○	○	○
本田内科胃腸科医院 ☎0186-35-3002	○	○	○	○	○	○	○	×
かづのファミリークリニック ☎0186-22-6080	○	○	○	○	○	○	×	○
三ヶ田内科循環器科医院 ☎0186-31-1231	○	×	△	○	○	○	△	○
けまない皮膚科クリニック ☎0186-22-3373	×	○	○	△	×	△	△	×

- 予防接種の自己負担額は医療機関により異なります。予約時にご確認ください。
- 記載のない医療機関については、予防接種担当までお問い合わせください。
- 県外の医療機関で上記予防接種を実施した場合は、全額自己負担となります。

## 高齢者用肺炎球菌

- 対象** ①または②に該当する方  
 ①接種日時点において、65歳の方  
 ②60～64歳で心臓、腎臓、呼吸器、免疫機能に重い障害(身体障害者手帳1級程度)を有する方

**助成額** 3,500円  
 医療機関窓口で、3,500円差し引いた金額が請求されます。対象の方で生活保護受給者は無料です。

## 带状疱疹

- 対象** ①または②に該当する方  
 ①年度末年齢が65、70、75、80、85、90、95歳および100歳の方  
 ②60～64歳でヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能障害を有する方

**助成額** 生ワクチン(ビケン) …………… 3,000円  
 組換えワクチン(シングリックス) …… 7,000円/回(上限2回)  
 医療機関窓口で上記金額を差し引いた金額が請求されます。対象の方で生活保護受給者は無料です。

## インフルエンザ・新型コロナウイルス感染症

	インフルエンザ	新型コロナウイルス感染症
<b>対象</b>	高齢者・小児・妊婦	高齢者
<b>期間</b>	10月1日(木)～2月28日(日)	10月1日(木)～3月31日(水)
<b>助成額</b>	1,500円 13歳未満のみ上限2回	5,000円
	医療機関窓口で上記金額を差し引いた金額が請求されます。対象の方で、生活保護受給者は無料です。	

- 対象** 【高齢者】 ①または②に該当する方  
 ①接種日時点において、65歳以上の方  
 ②60～64歳で心臓、腎臓、呼吸器、免疫機能に重い障害(身体障害者手帳1級程度)を有する方  
 【小児】 生後6か月～18歳(年度末年齢)になる方  
 【妊婦】 妊娠している方

●助成が受けられるインフルエンザワクチンの種類が増えます  
 75歳以上の高齢者向けの「高用量インフルエンザワクチン」が定期接種に追加されます。また、小児向けの「経鼻弱毒性インフルエンザワクチン(フルミスト)」の助成額を3,000円/回に増額します。詳細は、広報かづの10月号またはホームページでもお知らせします。

## 成人の風しん

**対象** ①または②に該当する方のうち、**風しんの抗体価が低い**と判定された方

①妊娠を希望する女性

②秋田県風しん抗体検査事業利用者

- ・妊娠を希望する女性のパートナー
- ・風しんの抗体価が低いと判定された妊婦のパートナー

接種時に、風しん抗体検査の結果(母子健康手帳、県の抗体検査結果など)を持参してください。

**実施場所** 鹿角市・小坂町の指定医療機関

**助成額** 5,000円

医療機関窓口で、**5,000円差し引いた金額**が請求されます。

## RSウイルス感染症

妊娠中にRSワクチン接種することで、母体を介して胎児に抗体をつくることができ、新生児や乳児期のRSウイルス感染を予防・重症化を防ぐことができます。

**対象** 妊娠28～36週の妊婦

**助成額** 全額(無料で受けられます)

## HPV(ヒトパピローマウイルス)感染症

[おおすすめの接種時期]中学校1年生

**対象** H22.4.2～H27.4.1生の子(小学校6年～高校1年相当)

**助成額** 全額(無料で受けられます)



※1 :1回目と2回目の接種は、少なくとも5か月以上あけます。5か月未満である場合、3回目の接種が必要になります。

※2・3:2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(※2)、3回目は2回目から3か月以上(※3)あけます。

## 秋田県外で予防接種を受けたい方へ

里帰りや進学などの理由で、県外の医療機関で定期予防接種を希望する場合は、鹿角市が発行した予防接種実施依頼書を医療機関に提出する必要がありますので、**予防接種を受ける前**にご連絡ください。

詳細は二次元コード「手続きの流れ」よりご確認ください。



手続きの流れ

# 子どもの予防接種の種類

## ●定期予防接種(無料)

種別	無料の期間	おすすめ接種時期	回数	接種間隔	
ロタ	1価 (ロタリックス)	生後6週0日～ 24週0日	生後2か月～ <b>1回目は生後14週6日 までに受けましょう</b>	2回	1回目 2回目 27日以上
	5価 (ロタテック)	生後6週0日～ 32週0日		3回	1回目 2回目 3回目 27日以上 27日以上
B型肝炎	不活化	1歳未満	生後2～9か月未満	3回	1回目 2回目 3回目 27日以上 1回目から139日以上
五種混合 (百日咳、ジフテリア、破傷風、 不活化ポリオ、ヒブ)	不活化	1期 初回	生後2か月～ 7歳6か月未満	3回	初回1回目 2回目 3回目 追加 20日以上 20日以上 6か月以上 (おすすめは6～18か月)
	不活化	1期 追加		1回	
小児用肺炎球菌	不活化	初回	生後2か月～ 5歳未満	3回	初回1回目 2回目 3回目 追加 27日以上 27日以上 生後12か月以降、 60日以上(おすすめは生後12～15か月)
	不活化	追加		1回	
BCG	注射生	1歳未満	生後5～8か月未満	1回	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>〈BCG・MR・水ぼうそう〉 異なる注射生ワクチンを別の日に接種する場合は27日以上の間隔をあげましょう。</p> </div>
麻しん風しん混合 (MR)	注射生	1期	1～2歳未満	1回	
	注射生	2期	小学校入学前の1年間(年長児) R2年4月2日～R3年4月1日生	1回	
水ぼうそう	注射生	1～3歳未満	1回目:1歳～1歳3か月未満 2回目:1回目接種後6か月～1年あける	2回	1回目 2回目 3か月以上(おすすめは6か月～1年) 水ぼうそうにかかったことがある方は接種不要
日本脳炎	不活化	1期 初回	3歳	2回	1期1回目 2回目 1期追加 2期 6日以上 6か月以上 (おすすめは1年)
	不活化	1期 追加	4歳 (1期2回目接種後1年)	1回	
	不活化	2期	9歳	1回	
二種混合 (ジフテリア、破傷風)	不活化	11～13歳未満	11歳	1回	三種混合または四種混合の追加(2期)として接種します

## ●任意予防接種(有料)

種別	助成の期間	回数	おすすめ接種時期
おたふくかぜ	1歳～小学校入学前	2回	1回目:1歳 2回目:小学校入学前の1年間(年長児)

**助成額** 1回4,000円(上限2回)

指定医療機関の窓口で、4,000円を差し引いた金額が請求されます

## 子どもの予防接種実施医療機関

お手元に母子健康手帳をご準備のうえ、医療機関に予約を入れましょう。

医療機関	受けられる予防接種		実施日時	
			曜日	受付時間
福永医院 ☎0186-35-3117	・定期接種 ※HPVは除く (口タ1価) ・おたふくかぜ	未就学児	木・土	9:00~11:00
		小学生以上	月・火・水・金	14:00~16:30
			木・土	9:00~11:00
かづのファミリークリニック ☎0186-22-6080 病院HPから予約が必要 ※母子健康手帳と記入した予診票をご持参ください。	・定期接種全て(口タ1価、5価) ・おたふくかぜ	月~金	9:00~11:00 14:00~17:00	
		土 (月2回のみ)	9:00~11:00	
本田内科胃腸科医院 ☎0186-35-3002	・水ぼうそう ・二種混合 ・日本脳炎(9歳以上) ・HPV	月~金	15:00~18:00 ※HPVのみ17:00まで	
大湯リハビリ温泉病院 ☎0186-37-3511 対象年齢:年長以上	・麻しん風しん混合 ・二種混合 ・日本脳炎 ・HPV	月・火・木・金	13:30~17:00	
		水	13:30~15:00	
		土	9:00~11:00	
いけがみレディースクリニック ☎0186-30-0111	・HPV	月・火・木・金	16:00~17:00	
三ヶ田内科循環器科医院 ☎0186-31-1231	・HPV	予約時に決定 【電話予約 月~金 15:00~16:00】		

●上記ほか県内の指定医療機関では、無料で定期予防接種を受けることができます。詳細はお問い合わせください。

## 長期療養や骨髄移植をされた方の予防接種について

治療により、定期予防接種を受けられなかった方や獲得した免疫抗体がなくなってしまった方に対する予防接種費用の助成を行っています。予防接種を受ける前に、予防接種担当までご相談ください。

## 予防接種なんでも相談フォーム

予防接種に関する相談(接種間隔や接種歴、副反応など)に保健師が回答します。回答に2~3日かかりますので、お急ぎの場合は電話でお問い合わせください。



予防接種  
なんでも相談フォーム

妊娠期から子育て期まで切れ目のないサポートを行います。

### 妊娠がわかったら…

#### ●母子健康手帳交付時面談(要予約)

**所要時間** 1時間程度

- 持ち物** ①妊娠届出書(医療機関発行)  
②マイナンバーカード  
③口座の確認ができるもの(給付金手続きのため)

※多胎の場合は、予約時にお知らせください。

#### ●妊娠後期面談(要予約)

**所要時間** 30分程度

**持ち物** 予約時にお伝えします

※妊娠34週頃に行っています。  
この時期に面談が難しい場合はご相談ください。

**面談対応日時** 平日9:00~12:00、13:00~16:00(祝日及び年末年始を除く)

※面談希望日の前日までにご予約ください。

#### ●大館市立総合病院以外で健診・出産を希望する方へ

鹿角市の妊婦健診受診票などが利用できない場合があるため、受診する前に必ずご連絡ください。

#### ●鹿角市で里帰り出産を希望する方とご家族へ

- ・大館市立総合病院で里帰り出産を希望の方は、出産予定日が決まり次第、**早めに**病院へご相談ください。
- ・里帰り中でも利用できる鹿角市のサービスもありますので、お問い合わせください。

### 赤ちゃんが生まれたら…

#### ●生後2週頃の電話訪問

第1子出産の産婦を対象に、電話訪問を行っています。また、必要に応じて、家庭訪問を行っています。第2子以降でも希望の有無を確認し対応しています。



#### ●こんにちは赤ちゃん訪問

赤ちゃんがいるご家庭に保健師などが訪問し、赤ちゃんの発育状況の確認、育児や授乳などの相談、情報提供を行います。



※生後2か月前後でご連絡しますが、早めの訪問を希望される場合や里帰りなどで長期不在の場合は事前にご連絡ください。

#### ●産後ケア事業(訪問型)

子育ての不安や悩みを抱えるお母さんが安心して子育てができるように、助産師がご自宅に訪問し、赤ちゃんの栄養や育児の相談に応じます。利用するには申請が必要です。

**対象** 出産後1年以内の産婦

**料金** 無料

**利用回数** 1人5回まで

#### ●妊産婦の情報交換・相談の場

問子ども未来センター ☎0186-30-0855

うみたの

助産師による妊娠・出産・子育ての講話。沐浴・マタニティ体験などができます。

あのねの日

身体測定や子育ての不安・悩みなどを専門家に気軽に相談できます。

もぐもぐ MOGUMOGU

栄養士から離乳食のレシピやコツの紹介と、試食ができます。

※詳細は毎月の広報かつのでご確認ください。

## ●乳幼児健診(相談)について

- ・ **個別通知はありません**。ガイドや毎月の広報かづので確認し受診してください。体調不良などの理由により、受診できない場合はご連絡ください。
- ・ 感染症(発熱・下痢・嘔吐含む)流行時は、感染症対策にご協力をお願いします。
- ・ 健診(相談)は他機関(幼稚園、保育園、教育委員会など)と連携しながら実施しています。お子さんの情報(健診結果、就園先での様子など)の共有についてご了承ください。
- ・ 鹿角市外での健診(相談)を希望される場合は、ご連絡ください。
- ・ きょうだい児の無料託児を子ども未来センター(☎0186-30-0855)で行っています。利用する4日前までにご予約ください。 ※12か月児健診と2歳児歯科健診は対象となりません。

## 3～4か月児健康診査

- 会場** 福祉保健センター
- 受付時間** 13:30～13:40
- 終了時間** 15:30頃
- 持ち物** 母子健康手帳、バスタオル、アンケート  
(こんにちは赤ちゃん訪問で配付)
- 内容** 身体測定、内科診察、個別相談、ブックスタート(本の配付)

※テープタイプのおむつでお越しください

1歳6か月児健診と同時開催となります。

実施	対象(生年月日)
4月16日(木)	R7.12. 1～R7.12.31生
5月28日(木)	R8. 1. 1～R8. 2.15生
7月15日(水)	R8. 2.16～R8. 3.29生
8月27日(木)	R8. 3.30～R8. 5.12生
10月 7日(水)	R8. 5.13～R8. 6.20生
11月19日(木)	R8. 6.21～R8. 8. 5生
12月24日(木)	R8. 8. 6～R8. 9. 5生
R9年 2月 4日(木)	R8. 9. 6～R8.10.19生
3月18日(木)	R8.10.20～R8.11.30生

## 乳児相談

### ●前期(4～5か月児)

実施日	対象(生年月日)
4月14日(火)	R7.11. 1～R7.11.30生
5月12日(火)	R7.12. 1～R7.12.31生
6月23日(火)	R8. 1. 1～R8. 2.15生
8月 3日(月)	R8. 2.16～R8. 3.29生
9月18日(金)	R8. 3.30～R8. 5.12生
11月 4日(水)	R8. 5.13～R8. 6.20生
12月16日(水)	R8. 6.21～R8. 8. 5生
R9年 1月20日(水)	R8. 8. 6～R8. 9. 5生
3月 3日(水)	R8. 9. 6～R8.10.19生

### ●後期(8～10か月児)

実施日	対象(生まれ月)
5月 8日(金)	R7. 7月・ 8月生
7月 7日(火)	R7. 9月・10月生
9月16日(水)	R7.11月・12月生
11月10日(火)	R8. 1月・ 2月生
R9年 1月12日(火)	R8. 3月・ 4月生
3月 9日(火)	R8. 5月・ 6月生

- 会場** 福祉保健センター
- 受付時間** 9:45～10:00
- 終了時間** 12:00頃
- 持ち物** 母子健康手帳、バスタオル、食事用エプロン、口元を拭けるもの
- 内容** 身体測定、個別相談、離乳食指導、歯科指導(後期のみ)、絵本の読み聞かせ

## 12か月児健康診査(医療機関に要予約)

**対象** 1歳～1歳6か月未満

**持ち物** 母子健康手帳、受診票(3～4か月児健診で配付)

実施医療機関	実施日	受付時間
福永医院 ☎0186-35-3117	土曜日	9:00～11:00
かづのファミリークリニック ☎0186-22-6080	月～金曜日	9:00～11:00 14:00～17:00

健診と同時に予防接種を受けることができます。

## 1歳6か月児健康診査

**対象** 令和6年8月～令和7年7月生

**会場** 福祉保健センター

**受付時間** 12:40～12:50

**終了時間** 15:30頃

**持ち物** 母子健康手帳、アンケート  
(3～4か月健診時に配付)

**内容** 身体測定、歯科診察、  
内科診察、個別相談

3～4か月児健診と同時開催となります。



実施日	対象(生年月日)
4月16日(木)	R6. 8. 1～R6. 8. 27生
5月28日(木)	R6. 8. 28～R6. 9. 23生
7月15日(水)	R6. 9. 24～R6. 11. 30生
8月27日(木)	R6. 12. 1～R7. 1. 20生
10月 7日(水)	R7. 1. 21～R7. 2. 28生
11月19日(木)	R7. 3. 1～R7. 3. 25生
12月24日(木)	R7. 3. 26～R7. 5. 15生
R9年 2月 4日(木)	R7. 5. 16～R7. 6. 20生
3月18日(木)	R7. 6. 21～R7. 7. 31生

### ●1歳6か月児事後相談

2歳頃を目安に事後相談を実施しています。対象となる方には1歳6か月児健診でご案内します。

### ●ぺたぺた&ままといっしょ♪(要予約)

☎子ども未来センター ☎0186-30-0855

### ●ぺたぺた&ぱぱといっしょ♪(要予約)

入園前のふれあい・遊びの場として1歳～3歳頃のお子さんを対象に、同年代のお子さんや親子で遊べるプログラムを実施しています。

※詳細は毎月の広報かづのなどでご確認ください

## 2歳児歯科健康診査・フッ化物塗布(医療機関に要予約)

**対象** 歯科健診・フッ化物塗布1回目…2歳～2歳6か月未満  
フッ化物塗布2回目…2歳6か月～3歳未満(フッ化物塗布1回目を受診している方のみ)

歯科健診・フッ化物塗布1回目

【おすすめ】6か月あける

フッ化物塗布2回目

**実施場所** 市内歯科医療機関

**持ち物** 母子健康手帳、歯ブラシ、健診票、アンケート用紙、  
フッ化物塗布無料クーポン券

※詳細は2歳児歯科健診セット(1歳6か月児健診で配付)をご確認ください



## 3歳児健康診査

**対象** 令和4年12月～令和5年11月生

**会場** 福祉保健センター

**受付時間** 12:40～12:50

**終了時間** 16:00頃

**持ち物** 母子健康手帳、  
アンケート、当日の尿

**内容** 身体計測、歯科診察、内科診察、  
尿検査、目の屈折検査、  
個別相談、遊びの教室

※詳細は3歳児健診セット(1歳6か月児健診で配付)  
をご確認ください

ご自宅で視力・聴力検査を実施して、健診にお越し  
ください

実施日	対象(生年月日)
5月15日(金)	R4. 12. 1～ R5. 1. 25生
6月26日(金)	R5. 1. 26～ R5. 3. 20生
8月21日(金)	R5. 3. 21～ R5. 5. 15生
10月16日(金)	R5. 5. 16～ R5. 6. 25生
12月 4日(金)	R5. 6. 26～ R5. 7. 31生
R9年 1月 8日(金)	R5. 8. 1～ R5. 8. 31生
2月19日(金)	R5. 9. 1～ R5. 10. 15生
3月12日(金)	R5. 10. 16～ R5. 11. 30生

## 5歳児すくすく健康相談

**対象** 令和3年4月2日～令和4年4月1日生  
※対象の方には通知が届きますので、ご確認ください

**会場** 福祉保健センター

**受付時間** 12:45～13:00

**終了時間** 15:30頃

**持ち物** 母子健康手帳、園の名札(入園児のみ)、水筒

**内容** お子さんの発達の確認、  
保護者を対象とした子育て勉強会



**実施日**

5月21日(木)

7月23日(木)

9月 4日(金)

10月22日(木)

11月12日(木)

R9年 1月14日(木)

2月12日(金)

# こころの相談

☎0186-30-0119

あなたの悩みに寄り添う相談窓口があります。ひとりで悩まず、まず相談。

相談先	内 容	相談方法
こころの健康相談	<p>こころや体の不調、悩みや不安について市の保健師に相談できます。</p> <p>【相談方法】</p> <p>①福祉保健センターに来所 ②電話(☎0186-30-0119) ③こころの相談フォーム(右記二次元コードよりアクセスしてください)</p> <p>①及び②は、平日の8:30~17:15までです</p>	
こころの個別相談 (予約制)	<p>本人や家族が臨床心理士等にこころの悩みを対面で相談できます。相談時間は1時間程度で、予約が必要。</p> <p>【日時】 月~金曜日 10:00~16:00 【場所】 福祉保健センター</p>	<p>相談を希望する日時と場所を、電話などでお知らせ下さい。相談は無料です。</p> <p>【予約・問い合わせ】 すこやか子育て課健康づくり班 ☎0186-30-0119</p>
ふれあいサロン	<p>楽しいこと、つらいこと、困っていること、悩んでいることなど傾聴ボランティアとおしゃべりできます。参加は無料、直接会場までお越し下さい。</p> <p>【会場・時間】 旧関善前 9:00~11:00 【日にち】 4~12月の8,18,28日(8/18、12/28は除く) ※1~3月の開催日時等は、広報かづの等でお知らせします。</p>	
鹿角アディクション 問題を考える会	<p>アルコールやギャンブル、薬物問題等の依存症の問題で悩んでいる本人や家族が、専門家や当事者に相談できます。 (問い合わせ:鹿角市社会福祉協議会 ☎0186-30-1555)</p> <p>【日時】 第3水曜日19:00~20:30</p>	<p>開催日に来所又は電話で相談。予約不要</p> <p>①来所の方は、鹿角市福祉保健センターにお越し下さい。参加費は200円。 ②電話相談の方は、開催日専用ダイヤル ☎0186-22-0700にお掛け下さい。相談は無料です。</p>
テレフォン病院24	<p>健康・育児・介護に関する悩みや不安を、医師や看護師に電話相談できます。24時間、年中無休、無料で利用できます。</p>	<p>☎0120-959-783</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・非通知設定を解除して、お掛け下さい。</li> <li>・電話がつながったら、住所(鹿角市から字名まで)、年齢、性別をお知らせ下さい。</li> </ul>
ファミリー・ケア・ネットワーク	<p>心理カウンセラーや医師等が、3営業日以内(土日祝日等は除く)に、メールで回答します。相談は無料です。</p>	<p>①二次元コードからアクセス ②「959783」を入力、ログイン ③「WEB相談窓口」から利用する</p> 

## お問合せ 鹿角市 すこやか子育て課

電話 0186-30-0119 FAX 0186-30-1257

〒018-5201 鹿角市花輪字下花輪50番地(鹿角市福祉保健センター内)