

令和6(2024)年度 東大和市健康づくりカレンダー

発行
お問合せ

東大和市健康いきいき部健康推進課(東大和市立保健センター)
〒207-0015 東大和市中中央3-918-1 TEL042-565-5211/Fax042-561-0711
※受付時間:月曜～金曜 午前8時30分～午後5時(土日・祝日を除く)
ホームページURL <https://www.city.higashiyamato.lg.jp/kenkofukushi/kenkoiryo/1002689.html>



【令和6年3月作成】※記載の日程等は変更する場合があります。必ず市報や市ホームページ等でご確認ください。 ※一部を除き、無料で受診するためには申込みが必要です。

事業名 ◆(健)検内容・項目	対象者 (元号(西暦)年月日生)	専用はがき	申込方法	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	健(検)診実施場所 / その他
成人健康診査(若年層) ◆問診・身体計測・血圧測定・血液検査・尿検査等	20～39歳 (昭和60(1985)年4月2日～平成17(2005)年4月1日生)	—	はがき・窓口・電子申請	前期申込 4/15～5/8		受診期間 6/1～6/30	後期申込 8/15～9/8		受診期間 10/1～10/31							東大和市・小平市・武蔵村山市の指定医療機関
成人健康診査(無保険者等) ◆問診・身体計測・血圧測定・血液検査・尿検査等	40歳以上で無保険等の方 (昭和60(1985)年4月1日以前生)	—	※対象者には5月下旬頃に別途通知します。 申込不要			受診期間 6/1～7/31	※肝炎ウイルス検診同時実施あり。市の肝炎ウイルス検診を受けたことがない方は健診受診時にお申し出ください。								東大和市・小平市・武蔵村山市の指定医療機関	
同時実施 大腸がん検診	40・45・50・55・60・65歳で成人健康診査を受診する方	—	希望者は医療機関に直接お申し出ください。 申込不要			受診期間 6/1～7/31							市内指定医療機関			
同時実施 前立腺がん検診	男性のみ 50歳以上で成人健康診査を受診する男性 (昭和50(1975)年4月1日以前生)	あり	はがき・窓口・電子申請	申込 4/15～5/8		受診期間 6/1～7/31							東大和市・小平市・武蔵村山市の指定医療機関			
特定健康診査 ◆問診・身体計測・血圧測定・血液検査・尿検査等	東大和市国民健康保険被保険者(4月1日時点での加入者)のうち、40～75歳未満の方 【問合せ窓口】保険年金課 ☎042-563-2111 内線1030	—	対象者には受診券を送付します。(誕生日ごとに送付月が異なります) 申込不要			受診期間 6月中旬～12/20 ※受診期間は誕生日により異なります。		※肝炎ウイルス検診同時実施あり。市の肝炎ウイルス検診を受けたことがない方は健診受診時にお申し出ください。								東大和市・小平市(※)・武蔵村山市の指定医療機関 ※小平市は7月から10月未まで
同時実施 大腸がん検診	40・45・50・55・60・65歳で特定健康診査を受診する方	—	希望者は医療機関に直接お申し出ください。 申込不要			特定健康診査の有効期限と同期間 ※受診期間は誕生日により異なります。								市内指定医療機関		
同時実施 前立腺がん検診	男性のみ 50歳以上で特定健康診査を受診する男性 (昭和50(1975)年4月1日以前生)	あり	はがき・窓口・電子申請	申込 4/15～5/8		特定健康診査の有効期限と同期間 ※受診期間は誕生日により異なります。								東大和市・小平市(※)・武蔵村山市の指定医療機関 ※小平市は7月から10月未まで		
後期高齢者医療健康診査 ◆問診・身体計測・血圧測定・血液検査・尿検査等	後期高齢者医療制度の被保険者 ※施設等に在所の方は対象外となる場合があります。 【問合せ窓口】保険年金課 ☎042-563-2111 内線1028	—	対象者には受診券を送付します。(誕生日ごとに送付月が異なります) 申込不要			受診期間 6月中旬～2/28 ※受診期間は誕生日により異なります。		※肝炎ウイルス検診同時実施あり。市の肝炎ウイルス検診を受けたことがない方は健診受診時にお申し出ください。								東大和市・小平市(※)・武蔵村山市の指定医療機関 ※小平市は7月から翌年1月未まで
同時実施 前立腺がん検診	男性のみ 後期高齢者医療健康診査を受診する男性	あり	はがき・窓口・電子申請	申込 4/15～5/8		後期高齢者医療健康診査の有効期限と同期間 ※受診期間は誕生日により異なります。								東大和市・小平市(※)・武蔵村山市の指定医療機関 ※小平市は7月から翌年1月未まで		
肝炎ウイルス検診(節目) ◆問診・血液検査(B型C型肝炎ウイルス検査)	節目年齢：40・45・50・55・60歳で未受診の方 昭和39(1964)年4月2日～昭和40(1965)年4月1日生 昭和44(1969)年4月2日～昭和45(1970)年4月1日生 昭和49(1974)年4月2日～昭和50(1975)年4月1日生 昭和54(1979)年4月2日～昭和55(1980)年4月1日生 昭和59(1984)年4月2日～昭和60(1985)年4月1日生	—	はがき・窓口・電子申請	申込 5/15～6/8		受診期間 7/1～9/30								東大和市・小平市・武蔵村山市の指定医療機関		
肝炎ウイルス検診(一般) ◆問診・血液検査(B型C型肝炎ウイルス検査)	40歳以上(昭和60(1985)年4月1日以前生)で未受診の方 ※節目年齢の方は節目枠で申込みしてください。	—	はがき・窓口・電子申請			申込 11/15～12/8		受診期間 1/4～2/28								東大和市・小平市・武蔵村山市の指定医療機関
骨粗しょう症検診 ◆問診・骨量測定検査	女性のみ 40・45・50・55・60・65・70歳の女性 昭和29(1954)年4月2日～昭和30(1955)年4月1日生 昭和34(1959)年4月2日～昭和35(1960)年4月1日生 昭和39(1964)年4月2日～昭和40(1965)年4月1日生 昭和44(1969)年4月2日～昭和45(1970)年4月1日生 昭和49(1974)年4月2日～昭和50(1975)年4月1日生 昭和54(1979)年4月2日～昭和55(1980)年4月1日生 昭和59(1984)年4月2日～昭和60(1985)年4月1日生	—	はがき・窓口・電子申請			申込 9/15～10/8		受診期間 11/1～1/31								市内指定医療機関
成人歯科健康診査 ◆問診・口腔内診査	30・40・50・60・70歳 昭和29(1954)年4月2日～昭和30(1955)年4月1日生 昭和39(1964)年4月2日～昭和40(1965)年4月1日生 昭和49(1974)年4月2日～昭和50(1975)年4月1日生 昭和59(1984)年4月2日～昭和60(1985)年4月1日生 平成 6(1994)年4月2日～平成 7(1995)年4月1日生 76・80・85歳の無保険等の方 昭和14(1939)年4月2日～昭和15(1940)年4月1日生 昭和19(1944)年4月2日～昭和20(1945)年4月1日生 昭和23(1948)年4月2日～昭和24(1949)年4月1日生 ※施設等に在所の方は対象外となる場合があります。 【問合せ窓口】保険年金課 ☎042-563-2111 内線1028	—	電話・窓口 ※今年度30歳の方には受診券を送付しますので、申込みは不要です。	申込 5/10～6/7		受診期間 7/1～1/31								市内指定歯科医療機関		
後期高齢者医療 歯科健康診査 ◆問診・口腔内診査	76・80・85歳の後期高齢者医療制度の被保険者の方 昭和14(1939)年4月2日～昭和15(1940)年4月1日生 昭和19(1944)年4月2日～昭和20(1945)年4月1日生 昭和23(1948)年4月2日～昭和24(1949)年4月1日生 ※施設等に在所の方は対象外となる場合があります。 【問合せ窓口】保険年金課 ☎042-563-2111 内線1028	—	電話・窓口													
胃がんリスク検査 ◆問診・血液検査(ピロリ菌抗体等)	40歳～74歳で未受診の方 (昭和25(1950)年4月2日～昭和60(1985)年4月1日生まれ)	あり	はがき・窓口・電子申請	前期申込 4/15～5/8	前期受診期間 6/1～7/31		後期申込 9/15～10/8		後期受診期間 11/1～12/28						東大和市・小平市・武蔵村山市の指定医療機関	
胃がん検診 ◆問診・バリウムによるエックス線検査	35歳以上 (平成2(1990)年4月1日以前に生まれた方)	あり(前期のみ)	はがき・窓口・電子申請	前期申込 5/15～6/8		前期受診期間 保健センター(検診車) 7/24・25 8/7・8・9・13・14・15・16		後期申込 10/15～11/8		後期受診期間(予定) 保健センター(検診車) ※詳しくは10/15以降に市報・ホームページ等でご確認ください。						保健センター
肺がん検診 ◆質問・胸部エックス線撮影・喀痰細胞診 ※喀痰細胞診は質問で必要と判断された方のみ	40歳以上 (昭和60(1985)年4月1日以前に生まれた方) ※希望者は大腸がん検診も同時に受けられます。	あり(前期のみ)	はがき・窓口・電子申請	前期申込 4/15～5/8	前期受診期間 保健センター(検診車) 6/27・29 7/3・18		後期申込 8/15～9/8		後期受診期間(予定) 保健センター(検診車) ※詳しくは8/15以降に、市報・ホームページ等でご確認ください。						保健センター	
子宮頸がん検診(隔年検診) ◆問診・子宮頸部の細胞検査	女性のみ 20歳以上の女性 (平成17(2005)年4月1日以前に生まれた方) ※昨年度(令和5年4月1日～令和6年3月31日)に受診した方は申込みできません。	あり	はがき・窓口・電子申請 ※今年度21歳の方には無料クーポン券を送付しますので、申込みは不要です。	前期申込 4/15～5/8		前期受診期間 6/1～7/31		後期申込 11/15～12/8		後期受診期間 1/4～2/28						市内指定医療機関
乳がん検診(隔年検診) ◆問診・乳房エックス線撮影(マンモグラフィ)	女性のみ 40歳以上の女性 (昭和60(1985)年4月1日以前に生まれた方) ※昨年度(令和5年4月1日～令和6年3月31日)に受診した方は申込みできません。	あり	はがき・窓口・電子申請 ※今年度41歳の方には無料クーポン券を送付しますので、申込みは不要です。	前期申込 5/15～6/8		前期受診期間 東大和病院附属セントラルクリニック 8/1～10/28 (月・木・金・土 午後のみ) 保健センター(検診車) 8/17・19・21・22・28・29・30・31 9/11・12		後期申込 10/15～11/8		後期受診期間 東大和病院附属セントラルクリニック 1/4～2/22 (月・木・金・土 午後のみ) 保健センター(検診車) 1～2月頃を予定。 詳しくは10/15以降に市報・ホームページ等でご確認ください。						保健センター 東大和病院附属セントラルクリニック
大腸がん検診【単独】 ◆問診・便潜血検査(2日分の採便)	40歳以上 (昭和60(1985)年4月1日以前に生まれた方)	あり	はがき・窓口・電子申請 ※肺がん検診と同時実施希望の方は、肺がん検診でお申し込みください。	前期申込 6/15～7/8		前期受診期間 8/1～9/30		後期申込 10/15～11/8		後期受診期間 12/1～2/28						市内指定医療機関
前立腺がん検診【単独】 ◆問診・PSA(血液)検査	男性のみ 50歳以上の男性 (昭和50(1975)年4月1日以前に生まれた方)	あり	はがき・窓口・電子申請	申込 7/15～8/8		受診期間 9/1～9/30								東大和市・小平市・武蔵村山市の指定医療機関		
結核住民検診 ◆胸部エックス線撮影	18歳以上 (※65歳以上の方も受けられます。) (平成18(2006)年4月1日以前に生まれた方)	—	電話・窓口	申込 5/7～31	検診日 6/20	申込 10/15～11/15		検診日 12/4	申込 1/8～2/7	検診日 2/20					保健センター	

健康教室・健康相談	事業名	対象者、内容など	開催日	事業名	対象者、内容など	開催日
	生活習慣病予防教室	市内在住のおおむね64歳までの方 / 要申込 / 全3回 ◆生活習慣病予防のために大切な講話や運動、食事のことについて学ぶ	①第1回:6/10(月)PM、第2回:6/13(木)PM、第3回:6/20(木)PM ②第1回:12/4(水)PM、第2回:12/11(水)PM、第3回:12/16(月)PM	成人健康相談(専門職による相談)	市内在住の20歳以上の方 / 予約不要 ◆食事、身体活動、禁煙、適正飲酒、歯科などの生活習慣に関する相談	4/5(金)PM、6/7(金)AM、8/2(金)PM、10/4(金)AM、12/6(金)AM、2/7(金)AM
	いきいきヘルシー教室	市内在住のおおむね64歳までの方 / 要申込 / 全2回 ◆テーマに合わせた運動、歯科・栄養講話など	①第1回:5/27(月)PM、第2回:6/6(木)PM ②第1回:2/6(木)PM、第2回:2/13(木)PM	こころの健康相談(専門医による相談)	市内在住の方 / 要予約 ◆精神科専門医によるこころの健康に関する相談	4/3(水)AM、6/5(水)AM、7/3(水)AM、8/7(水)AM、9/4(水)PM、10/2(水)AM、11/6(水)AM、12/4(水)AM、2/5(水)AM、3/5(水)AM ※詳細は市報をご覧ください。
	女性のいきいき健康教室	市内在住のおおむね64歳までの女性 / 要申込 ◆テーマに合わせた運動、保健・栄養講話など	9/12(木)PM、3/13(木)PM	献血	市役所会議棟前にて実施 日本赤十字社ホームページから事前予約可能	5/24(金)、9/26(木)、1/30(木) (時間)10:00～12:00/13:30～16:00
	男性の料理教室	市内在住のおおむね64歳までの男性 / 要申込 ◆楽しく家庭でも作りやすい簡単な料理の調理実習(初心者歓迎)	5/1(水)AM、3/8(土)PM	糖尿病等重点化予防プログラム	国民健康保険被保険者で、生活習慣を起因とした糖尿病等の治療をしている方の中から、対象の方へ通知を送付します。	8～9月から開始 【問合せ】保険年金課 ☎042-563-2111(内線1030)
	食育推進事業	市内在住の方 / 要申込 ◆食への関心や理解を深めるための食育講話、調理実習、試食など	6/27(木)AM、12/19(木)PM	POINT 健(検)診のお申込みは、とじこみの「専用はがき」または「電子申請」を使うと便利です! 専用はがきを複数ご希望される方は、保健センターの窓口にお越しください。 市ホームページでも申込み用書式を掲載しています。		健(検)診の電子申請はこちらから ▶▶▶ https://www.city.higashiyamato.lg.jp/kenkofukushi/kenkoiryo/1002765/1008243.html
	栄養教室	市内在住の健康づくりのための食生活を知りたい方・そのご家族 / 要申込 ◆栄養講話、栄養相談、試食など	8/1(木)PM、1/15(水)PM	電子申請 サービスが 新しくなったよ		

