

保存版 令和8(2026)年度 東大和市健康づくりカレンダー

発行 東大和市 健康福祉部 健康推進課
 〒207-0015 東大和市中央3-918-1 TEL 042-565-5211/FAX 042-561-0711
 ※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8年3月作成】※下記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。※一部の健(検)診を除き、受診には申込みが必要です。

事業名 ◆健(検)診内容・項目	対象者 (元号 年月日生)	市への申込方法	専用はがき	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
				4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	
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	18～39歳 (昭和62年4月2日～平成21年4月1日に生まれた方) ※対象外となる方:職場等で健診を受けている方	・窓口・電子申請 ・はがき(記載方法①)	－	前期申込 4/1～4/30		前期受診期間 6/1～6/30		後期申込 8/1～8/31		後期受診期間 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62年4月1日以前に生まれた方) ※施設等に入所中の方は対象外となる場合があります	・窓口・電子申請 ・はがき(記載方法①)	－													市内指定医療機関
健康診査と同時実施 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 ※対象外となる方:肺がん検診との同時受診又は大腸がん検診単独の受診を予定しているまたは受診済みの方	・窓口・電子申請 ・はがき(記載方法①)	－			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
健康診査と同時実施 肝炎ウイルス検診	肝炎ウイルス検診が未受診の方で成人健康診査を受診する方 ※対象外となる方:今までに肝炎ウイルス検診を受けたことがある方	・窓口・電子申請 ・はがき(記載方法①)	－													東大和市・小平市・武蔵村山市の指定医療機関
健康診査と同時実施 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52年4月1日以前に生まれた方)	・窓口・電子申請 ・はがき(記載方法①)	あり	申込 4/1～4/30												東大和市・小平市(※)・武蔵村山市の指定医療機関 ※小平市は6月から10月まで
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日時点で加入者)のうち、40～75歳未満の方 【問合せ】保険年金課国民健康保険給付係 ☎042-563-2111 内線1030	・窓口・電子申請 ・はがき(記載方法①)	－					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。								東大和市・小平市(※)・武蔵村山市の指定医療機関 ※小平市は6月から10月まで
特定健康診査と同時実施 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 ※対象外となる方:肺がん検診との同時受診又は大腸がん検診単独の受診を予定しているまたは受診済みの方	・窓口・電子申請 ・はがき(記載方法①)	－													市内指定医療機関
特定健康診査と同時実施 肝炎ウイルス検診	肝炎ウイルス検診が未受診の方で特定健康診査を受診する方 ※対象外となる方:今までに肝炎ウイルス検診を受けたことがある方	・窓口・電子申請 ・はがき(記載方法①)	－													東大和市・小平市(※)・武蔵村山市の指定医療機関 ※小平市は6月から10月まで
特定健康診査と同時実施 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52年4月1日以前に生まれた方)	・窓口・電子申請 ・はがき(記載方法①)	あり	申込 4/1～4/30												東大和市・小平市(※)・武蔵村山市の指定医療機関 ※小平市は6月から10月まで
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 ※施設等に入所中の方は対象外となる場合があります 【問合せ】保険年金課高齢者医療年金係 ☎042-563-2111 内線1028	・窓口・電子申請 ・はがき(記載方法①)	－													東大和市・小平市(※)・武蔵村山市の指定医療機関 ※小平市は6月から翌年1月まで
健康診査と同時実施 肝炎ウイルス検診	40歳以上(昭和62年4月1日以前生)で未受診の方で後期高齢者医療健康診査を受診する方 ※対象外となる方:今までに肝炎ウイルス検診を受けたことがある方	・窓口・電子申請 ・はがき(記載方法①)	－													東大和市・小平市(※)・武蔵村山市の指定医療機関 ※小平市は6月から翌年1月まで
健康診査と同時実施 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	・窓口・電子申請 ・はがき(記載方法①)	あり	申込 4/1～4/30												東大和市・小平市(※)・武蔵村山市の指定医療機関 ※小平市は6月から翌年1月まで
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41年4月2日～昭和42年4月1日生 昭和46年4月2日～昭和47年4月1日生 昭和51年4月2日～昭和52年4月1日生 昭和56年4月2日～昭和57年4月1日生 昭和61年4月2日～昭和62年4月1日生 ※対象外となる方:今までに肝炎ウイルス検診を受けたことがある方	・窓口・電子申請 ・はがき(記載方法①)	－	申込 5/1～5/31				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)	※上記の節目年齢の方は、「肝炎ウイルス検診(節目)」をお申込みください。 40歳以上(昭和62年4月1日以前生)で未受診の方 ※対象外となる方:今までに肝炎ウイルス検診を受けたことがある方	・窓口・電子申請 ・はがき(記載方法①)	－							申込 11/1～11/30				受診期間 1/4～2/28		市内指定医療機関
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31年4月2日～昭和32年4月1日生 昭和36年4月2日～昭和37年4月1日生 昭和41年4月2日～昭和42年4月1日生 昭和46年4月2日～昭和47年4月1日生 昭和51年4月2日～昭和52年4月1日生 昭和56年4月2日～昭和57年4月1日生 昭和61年4月2日～昭和62年4月1日生	・窓口・電子申請 ・はがき(記載方法①)	あり					申込 9/1～9/30						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 ※76・80・85歳の無保険等の方のみ口腔機能検査あり	20・30・40・50・60・70歳の方 昭和31年4月2日～昭和32年4月1日生 昭和41年4月2日～昭和42年4月1日生 昭和51年4月2日～昭和52年4月1日生 昭和61年4月2日～昭和62年4月1日生 平成 8年4月2日～平成 9年4月1日生 平成18年4月2日～平成19年4月1日生 76・80・85歳の無保険等の方 昭和16年4月2日～昭和17年4月1日生 昭和21年4月2日～昭和22年4月1日生 昭和25年4月2日～昭和26年4月1日生	・窓口・電子申請 ・はがき(記載方法①)	－	申込 5/1～5/31						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・口腔機能検査	76・80・85歳の後期高齢者医療制度の被保険者の方 昭和16年4月2日～昭和17年4月1日生 昭和21年4月2日～昭和22年4月1日生 昭和25年4月2日～昭和26年4月1日生 ※施設等に入所中の方は対象外となる場合があります。 【問合せ】保険年金課高齢者医療年金係 ☎042-563-2111 内線1028	・窓口・電子申請 ・電話	－	申込 5/7～5/29												市内指定医療機関
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27年4月2日～昭和62年4月1日生) ※対象外となる方:過去に胃がんリスク検査を受けた方	・窓口・電子申請 ・はがき(記載方法①)	あり	前期申込 4/1～4/30		前期受診期間 6/1～7/31		後期申込 9/1～9/30		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(バリウム検査) ◆問診・バリウムによるエックス線検査	35歳以上の方 (平成4年4月1日以前に生まれた方) ※対象外となる方:昨年度胃がん検診内視鏡検査を受診した方	・窓口・電子申請 ・はがき(記載方法②)	あり		前期申込 5/1～5/31		前期受診期間 保健センター(検診車) 7/22・23・24 8/12・13・14		後期申込 10/1～10/31		後期受診期間 保健センター(検診車) 12/21・23・24 1/6・7					保健センター
胃がん検診(内視鏡検査) ◆問診・内視鏡検査 費用:2,500円(自己負担)	50歳～74歳の方 (昭和27年4月2日～昭和52年4月1日生) ※対象外となる方:昨年度胃がん検診内視鏡検査を受診した方	・窓口・電子申請 ・はがき(記載方法①)	あり	申込 5/1～5/31				受診期間 7/1～12/28								市内指定医療機関
肺がん検診 ◆質問・胸部エックス線撮影	※ 肺がん検診と大腸がん検診との同時実施を希望される方は肺がん検診申込時にお申し出ください。 40歳以上の方 (昭和62年4月1日以前に生まれた方)	・窓口・電子申請 ・はがき(記載方法③)	あり	前期申込 4/1～4/30		前期受診期間 保健センター(検診車) 6/27・29 7/1・2・4・8		後期申込 8/1～8/31		後期受診期間 保健センター(検診車) 11/5・11・12						保健センター
大腸がん検診【単独】 ◆問診・便潜血検査(2日分の採便)	※ 肺がん検診と大腸がん検診との同時実施を希望される方は肺がん検診申込時にお申し出ください。 40歳以上の方 (昭和62年4月1日以前に生まれた方) ※対象外となる方:肺がん検診又は特定健診との同時受診を予定しているまたは受診済みの方	・窓口・電子申請 ・はがき(記載方法①)	あり			前期申込 6/1～6/30		前期受診期間 8/1～9/30		後期申込 10/1～10/31			後期受診期間 12/1～2/28			市内指定医療機関
2年に1回 子宮頸がん検診 ◆問診・子宮頸部の細胞検査	女性のみ 20歳以上の女性(平成19年4月1日以前に生まれた方) ※対象外となる方:昨年度受診者 ※今年度クーポン券による子宮頸がん検診対象の方(平成17年4月2日～平成18年4月1日生まれ)は、申込み不要です。	・窓口・電子申請 ・はがき(記載方法①)	あり	前期申込 4/1～4/30		前期受診期間 6/1～7/31				後期申込 11/1～11/30			後期受診期間 1/4～2/28			市内指定医療機関
2年に1回 乳がん検診 ◆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62年4月1日以前に生まれた方) ※対象外となる方:昨年度受診者 ※今年度クーポン券による乳がん検診対象の方(昭和60年4月2日～昭和61年4月1日生まれ)は、申込み不要です。	・窓口・電子申請 ・はがき(記載方法④)	あり		前期申込 5/1～5/31					後期申込 10/1～10/31			後期受診期間 1/22・25・27・28・30 2/3・4			保健センター 東大和病院附属セントラルクリニック
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52年4月1日以前に生まれた方)	・窓口・電子申請 ・はがき(記載方法①)	あり				申込 7/1～7/31		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歳以上の方 (平成21年4月1日以前に生まれた方)	・窓口・電子申請 ・電話	－		申込 5/5～5/31	検診日 6/17		申込 8/5～8/31	検診日 9/14	申込 11/5～11/30	検診日 12/17					保健センター

申込に関する案内

- ◆専用はがきが不足する場合は、コピーまたはホームページからダウンロードしてご対応ください。保健センター窓口でも配布しております。
- ◆本制度を利用して受診していただくためには、申込時かつ受診時に東大和市民であることが要件になります。
- ◆申込み多数の場合は抽選とさせていただきます。また、希望日に記載していない日程をご案内する場合があります。ご理解の上お申込みください。
- ◆申込受付期間及び要件は各検診によって異なります。必ず確認してからお申込みください。
- ◆申込期間を過ぎた場合はいかなる理由でもお受付できません。郵送でお申込みの場合は、申込期限当日までの消印があるものに限り有効です。(健(検)診の種類によって申込期間及び実施期間が前期と後期で分かれております。一部を除いて年1回の検診となりますのでご注意ください。)
- ◆検査の性質上受診できない場合がありますので、送付される案内文または各検診の詳細を必ずご確認ください。
- ◆切手の料金不足や記載内容に不備がある場合は受付できません。必ず希望する曜日・日時・検診機関など記入漏れがないかご確認ください。

◆申込専用はがき
 ◆官製はがき(裏面記載見本あり)
 ◆記載方法①
 ◆記載方法②
 ◆記載方法③
 ◆記載方法④

【健康づくりカレンダー】に折り込んであるはがきを点線に沿って切り取り、必要事項を記入したうえで85円切手を貼付して投函してください。
 【宛先】〒207-0015 中央3-918-1 市立保健センター ※各検診実施日(実施曜日)はカレンダー表面をご参照ください。
 はがき表面に各検診(検)名を記入し、裏面に氏名(ふりがな)・住所・生年月日・年齢・性別・電話番号を記入してください。
 いずれの日程も午前中のみの実施です。
 はがき表面に検診名を記入し、裏面に氏名(ふりがな)・住所・生年月日・年齢・性別・電話番号・第1～3希望日を必ず記入してください。
 セット検診を希望する場合は「大腸がん検診とのセット検診希望」と記入してください。
 はがき表面に検診名を記入し、裏面に氏名(ふりがな)・住所・生年月日・年齢・性別・第1～3希望日の医療機関及び曜日を記入してください。
 東大和病院附属セントラルクリニックと検診車で実施曜日が異なりますのでご注意ください。

◆窓口申請
 ◆電子申請

各申込期限内までに市立保健センター窓口にて直接来庁してお申込みください。
 下の二次元コードからアクセスして、各申込期限内までにお申込みください。
<https://www.city.higashiyamato.lg.jp/kenkofukushi/kenkoiryo/1002765/1008243.html> うまべえ

それぞれの申込フォームから1名ずつ申し込みをほしていませ～

大人の定期予防接種

接種方法 | 市内の指定医療機関に直接予約し、接種してください。(原則予約が必要です。)

市内医療機関一覧は市ホームページからダウンロード可



予防接種名	対象者	通知時期	接種期限・接種費用(自己負担)	ホームページ
高齢者の肺炎球菌感染症	接種当日65歳の方 今までに接種をしたことがない方	65歳になる前月末	期限 65歳の誕生日の前日から 66歳の誕生日の前日まで 費用 5,000円(予定) 生活保護受給者は自己負担0円	
インフルエンザ	① 接種当日65歳の方	① 個別通知はありません。 詳細が決定次第、市報やホームページ等でお知らせします。	期限 令和8年10月1日から 令和9年1月31日まで(予定) 費用 未定(R8.2現在) 生活保護受給者は自己負担0円	
新型コロナウイルス感染症	② 60~64歳までの方で心臓、腎臓、呼吸器等に障害手帳1級程度の障害がある方	② 令和8年9月末	期限 令和8年10月1日から 令和9年3月31日まで(予定) 費用 未定(R8.2現在) 生活保護受給者は自己負担0円	
帯状疱疹	以下の節目年齢になる方で、 今まで接種をしたことがない方 対象者の生年月日 昭和36年4月2日~昭和37年4月1日生(65歳) 昭和31年4月2日~昭和32年4月1日生(70歳) 昭和26年4月2日~昭和27年4月1日生(75歳) 昭和21年4月2日~昭和22年4月1日生(80歳) 昭和16年4月2日~昭和17年4月1日生(85歳) 昭和11年4月2日~昭和12年4月1日生(90歳) 昭和6年4月2日~昭和7年4月1日生(95歳) 大正15年4月2日~昭和2年4月1日生(100歳)	令和8年3月末(予定)	期限 令和8年4月1日から 令和9年3月31日まで 費用 医療機関の金額から、 以下の助成額を差し引いた額【助成額】 生ワクチン・・6,500円(予定) 不活化ワクチン・・12,500円(予定) 生活保護受給者は自己負担0円	

事業名	内容・対象者など	実施日・実施時期	問合せ
体力測定会	自身の体力レベルが定期的に確認できます。 65歳以上の方 ※詳細は市報をご覧ください。	5/20(水)、6/17(水)、10/2(金)、11/18(水) (時間)13:30~15:30のうち30分間	【要申込】 保険年金課 高齢者医療年金係 ☎042-563-2111 内線1031
後期高齢者のための個別相談	フレイル予防のために専門職が訪問相談をお受けします。 後期高齢者医療制度の被保険者(案内通知が郵送された方)	7月頃から順次開始予定	
糖尿病等重症化予防プログラム	生活習慣改善のための計画を作成し、保健師等が食事や運動などの支援を行います。 東大和市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	【要申込】 保険年金課 国民健康保険給付係 ☎042-563-2111 内線1030

制度名	対象者	助成制度の詳細・助成金額など
東京都大気汚染医療費助成	新規に申請する場合は、以下の全項目に該当する18歳未満の方 ■ 気管支ぜん息、ぜん息性気管支炎、肺炎しゅにかかっている方 ■ 東京都内に引き続き1年以上住所を有する方 ■ 申請日以降喫煙しない方 ■ 健康保険等に加入し、他の医療給付制度を受けていない方	● 大気汚染の影響と推定される疾病にかかり、一定の要件を満たす方に医療費を助成する東京都の制度です。 ● 認定期間満了後も引き続き助成を受けるためには、有効期間満了の1か月程前に保健センターで更新手続きが必要です。 ● 上限6,000円の自己負担があります。
がん患者等アピアランスケア用品購入等費用助成(こころとからだのケア事業)	● 助成金の助成申請時において、東大和市に住居登録を有すること。 ● がんなどの疾病に罹患され、現にその治療を行っている、または過去にその治療を行っていたこと。 ● 治療に伴う脱毛、乳房などの切除に伴い、補整具等を購入し、またはレンタルしていること。 ● 過去にこの制度の助成(他自治体での助成を含む)を2回以上受けていないこと。	● ウィッグ、装着用ネット、帽子、補整下着、補整パッド、人工乳房、弾性着衣、エビテゼを購入またはレンタルに係る経費を補充するものです。 ● 助成は購入またはレンタルした日から1年以内が対象です。 ● 助成金の申請は1人につき、生涯2回までです。 ● 助成金は、1回の申請につき50,000円が上限です。 ● 治療用装具療養費や補装具支給制度など、他制度で給付や助成を受けている方は対象外です。また脱毛症については、加齢によるもの、男性型(AGA)・女性型(FAGA)によるものは対象外です。

医療・休日診療

東大和市休日急患診療所

日曜日・祝日・年末年始に初期救急診療(風邪、発熱など入院を必要としない軽症患者の対応)を行う医療機関です。

診療日	日曜・祝日・年末年始(12月29日~1月3日)
診療科目	内科、小児科
受付時間	午前10時~午前11時45分/午後1時~午後3時45分
所在地	東大和市立野1-16-1
電話番号	042-564-8181(診療日のみ応答)

◆ 感染症流行時は事前電話予約が必要です。詳細は市公式ホームページをご確認ください。
◆ 受診の際は、マイナ保険証、資格確認書のいずれかと、各種医療証を忘れずにご持参ください。
◆ 当診療所は応急診療所のため、診断書の発行はしていません。必要な方は、翌日以降に改めて医療機関(かかりつけ医)を受診していただき、発行をご依頼ください。

〈救急車を呼ぶか、病院へ行くか判断に迷ったら〉
東京消防庁救急相談センター
24時間 年中無休 #7119
042-521-2323

子供の健康相談室(小児救急相談)
平日 18:00~翌8:00 #8000
土日祝 8:00~翌8:00

祝日等歯科応急診療事業

祝日・年末年始等に歯科応急診療を実施しています。急な歯の痛みなど救急の場合にご利用ください。

診療日	令和8年			令和9年								
	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
	29	4	20	11	21	12	3	29	1	11	22	
		5			22		23	30	2	23		
		6				23		31	3			
										11		

受付時間 午前9時30分~午後4時
診療場所 東大和市歯科医師会会員の歯科医師による輪番制のため、診療日によって実施先の医療機関が異なります。市報または市ホームページをご確認ください。
診療受付
◆ 受診前に必ず歯科医療機関へ電話連絡をお願いします。
◆ 受診の際は、マイナ保険証、資格確認書のいずれかと、各種医療証を忘れずにご持参ください。

献血
市役所会議棟前に献血を実施します
日本赤十字社ホームページから予約することも可能です

日程	5/22(金)、9/24(木)、1/28(木)
時間	10:00~11:30、13:00~16:00

男性の料理教室

初心者歓迎! 自分で作れると暮らしがもっと軽やかに

前期 9/12(土) 定員 男性限定 12名
後期 2/27(土)

■調理実習や講話を通して、食事の基本的調理の仕方を学び、今後も食事作りを通して健康な生活が出来るような知識を習得します。

保育 なし

申込案内 【前期】8月号市報 【後期】1月号市報

女性のいきいき健康教室

女性のための学び場 子育て中のママも大歓迎!

前期 9/30(水) 定員 女性限定 10名
後期 3/3(水)

■女性の健康に関するテーマに合わせた運動、栄養講話など。
■かかと(裸足)で骨密度の測定をします。

保育 1~3歳/定員2名

申込案内 【前期】9月号市報 【後期】2月号市報

生活習慣病予防教室

健康習慣、始めよう。

前期 6/4(木) 定員 10名
後期 11/18(水)

■生活習慣病予防のために大切な知識や運動について学びます。
■医師講話、血管年齢測定、運動実技、個別相談

前期 テーマ 高血圧、メタボ、肥満 後期 テーマ 糖尿病

保育 1~3歳/定員2名

申込案内 【前期】5月号市報 【後期】10月号市報

いきいきヘルシー教室

食べて測って、健康の第一歩!

前期 5/13(水)・5/28(木) 定員 各10名
後期 2/3(水)・2/17(水)

■テーマに合わせた運動、歯科、栄養講話など。
■INBODY(体成分分析装置)の測定ができます。

2日間 運動、INBODY測定、歯科の講話
コース 栄養の講話、試食

保育 1~3歳/定員2名

申込案内 【前期】4月号市報 【後期】1月号市報

食育推進事業

普段作らない レシピにも挑戦!

前期 6/3(水) 定員 16名
後期 12/2(水)

■季節に合ったテーマの調理実習や食育講話を通して、食に関する関心及び理解を深め、生涯にわたり心身の健康を確保する知識を習得します。

保育 1~3歳/定員2名

申込案内 【前期】5月号市報 【後期】11月号市報

栄養教室

おいしく学べる、心と体にいい時間♪

前期 7/16(木) 定員 12名
後期 1/21(木)

■テーマに合わせた食生活のポイントを、栄養講話とグループワークで学んでもらい、おすすめレシピの試食を行います。

保育 1~3歳/定員2名

申込案内 【前期】6月号市報 【後期】12月号市報

健康づくり教室

申込方法: 電話/窓口/webフォーム
申込先: 健康推進課 成人保健係
☎042-565-5211

各教室の詳細は市ホームページをご確認ください

今年度開催予定の講演会やイベント

- ★ 健康づくり講演会
- ★ 無料歯科相談
- ★ 摂食嚥下講演会
- ★ ゲートキーパー研修

日程等詳細が決まり次第市報等に掲載します♪

全身の健康は まずお口から!!

お口の健康教室

日程 12/2(水) 定員 10名

歯科衛生士が、お口の健康に関する講話や実習を行います。

保育 なし

申込案内 11月号市報

メンタルヘルスケア

対象者・詳細	年間スケジュール	申込・問合せ
<p>こころの健康相談</p> <p>■市内在住の方 ■気持ち不安定になり受診すべきか悩んでいる方やその家族のために、専門医が相談をお受けします。(※現在受診中の方は対象外になります。) ■相談時間は、1人あたり30~40分程度です。</p>	<p>実施日</p> <p>4月1日(水) 9月2日(水)※ 2月3日(水) 6月3日(水) 10月7日(水) 3月3日(水) 7月1日(水) 11月4日(水) 8月5日(水) 12月2日(水)</p> <p>時間 10:00~12:00 (※9月のみ午後実施)</p>	<p>■要事前予約 ■電話にて予約申込 健康推進課 成人保健係 ☎042-565-5211</p>

各種健(検)診申込みハガキの書き方見本

切手 〒207-0015

東大和市中央3-918-1 東大和市立保健センター 健康推進課 宛

●●健(検)診申込

希望する健(検)診名
氏名(ふりがな)
住所
生年月日
年齢
性別
電話番号
【※一部健(検)診のみ下記項目必須】
希望日等 (第1希望~第3希望)

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"が便利です!

●下記健(検)診を申し込む方は、希望日等を必ずご記入ください。
●各検診実施日(実施曜日)は健康づくりカレンダー表面をご参照ください。

胃がん検診(バリウム検査) ・第1希望日~第3希望日
肺がん検診 ・第1~3希望日(午前・午後)
乳がん検診
【記入例】
①検診車 水曜
②セントラルクリニック 月曜
③セントラルクリニック 土曜

こころの悩み話してみませんか?

東大和市 こころの体温計 検索
https://fishbowlindex.jp/higashiyam/

東大和市健康都市宣言

東大和市は、多摩川のほとり、自然と文化に恵まれたまちです。平和な世の中で、だれもが自分らしく、豊かな人生をいきいきとおくるのがわたしたちの願いです。一人ひとりが協力して、限りある命を大切に、わたしたちは健康で幸せに暮らせるまちを目指して、ここに東大和市を「健康都市」とすることを宣言します。

①楽しく運動を続け、身体のしなやかさ、たくましさ、機能を保ちます。
②おいしく食べて、良好な身体を保つ健康生活を実践します。
③社会活動に参加し、世代をこえて人とふれあい、支けあひ交流します。
④健康状態を確認するため、すすんで健診を受けます。
⑤ともに協力して、笑顔を大切に、喜びを受け止めながら生活します。

令和2年9月26日

東大和市 健康幸福都市宣言

東大和市 健康幸福都市宣言

至青梅 至新宿

新青梅街道

休日急患診療所

東大和高校 東大和市役所

中央公民館 BOOKOFF 東大和市 中央図書館

銀行

至東大和市駅 至東大和市駅前 至東大和市駅前 至東大和市駅前

産婦人科

〈発行・お問合せ〉

東大和市 健康幸福部 健康推進課
☎ 042-565-5211
FAX 042-561-0711

【所在地】
東大和市中央3-918-1
東大和市立保健センター内
【受付時間】
月曜~金曜
午前8時30分~午後5時
(土日祝、年末年始を除く)