

令和6年度（2024年度） 小金井市「成人保健」事業のご案内

※実施予定日・市報掲載日等、内容は変更することがあります。

種(健)診名		検診方法	費用	対象者	検診場所	実施予定日	市報	申込方法	その他	
がん 検 診	集団	胃がん検診	胃部X線検査 1,000円 生保等：無料	【胃・肺・大腸】 令和7年（2025年）3月31日現在、 40歳以上の方 【乳】 令和7年（2025年）3月31日現在、 40歳以上の女性で、令和5年4月以降 未受診の方 （2年度に1回の受診）	市内公共施設 (検診車等で実施)	5月27日、5月28日 8月2日、8月9日、8月19日 9月17日、9月18日	5月1日号	Webサイトもしくは 専用電話での申込 ※定員に達し次第受付 終了	以下の方は胃がん検診(集団)を受診できません。 ○前回の検診からおよそ1年経っていない方 ○過去1年以内に開腹手術をした方 ○現在腹部を治療中の方 ○腸閉塞の既往がある方 ○妊娠中または妊娠の可能性のある方 ○誤嚥しやすい方 ○自力で立つ、撮影台の手すりを掴むことが困難な方 ○検査中指示に従い、動くことが困難な方 ○アレルギーの方 ○高血圧の方(180/110以上)の方	
		肺がん検診	胸部X線検査 及び 一定の要件に該当する方のみ喀 痰細胞診							胸部X線500円 喀痰500円 生保等：無料
		大腸がん検診	免疫学的便潜血検査 (二日法)							500円 生保等：無料
		乳がん検診	マンモグラフィ検査							2,000円 生保等：無料
がん 検 診	個別	大腸がん検診	免疫学的便潜血検査 (二日法)	500円 生保等：無料	令和7年（2025年）3月31日現在、 40歳以上の方	契約医療機関	7月1日から12月28日	7月1日号	直接、契約医療機関で受診 (市への申込は不要)	<div style="border: 2px dashed orange; padding: 5px;"> <p>個別がん検診の受け方</p> <p>【方法1】 市報を見て、Webサイト・郵送等で 申込み→市から案内が届く→受診→結 果が出る</p> <p>【方法2】 市への申込不要の検診は、市報に詳 しいお知らせが出る→直接医療機関に 予約→受診→結果が出る</p> <p>【方法3】 一定の年齢の方へ、市から自宅へ案 内が届く→案内の内容により①市へ申 し込む or ②直接医療機関に予約→(① の場合：市から案内が届く)→受診→ 結果が出る</p> <p>要精密検査となった場合は、 必ず検査を受けましょう！</p> </div>
		胃がん検診	胃内視鏡検査	3,000円 生保等：無料	令和7年（2025年）3月31日現在、 50歳以上の方で、令和5年4月以降 未受診の方 （2年度に1回の受診）		令和6年8月1日から 令和6年10月31日	6月1日号		
		子宮がん検診	頸部細胞診	1,000円 生保等：無料	令和7年（2025年）3月31日現在、 20歳以上の女性で、令和5年4月以降 未受診の方 （2年度に1回の受診）		令和6年11月1日から 令和6年12月28日	9月1日号		
		乳がん検診	マンモグラフィ検査	2,000円 生保等：無料	令和7年（2025年）3月31日現在、 40歳以上の女性で、令和5年4月以降 未受診の方 （2年度に1回の受診）		令和7年1月4日から 令和7年2月28日	11月1日号		
	その 他 の 検 (健) 診	集団健康診査	特定健診と同内容	無料	令和7年（2025年）3月31日現在で以下に該当する方 ①35～39歳の方 ②40歳以上で健康保険未加入の方 ③40歳以上でP6.4.2以降健康保険が変わり健診を受ける機会のない方 ④16～39歳で障がいのある方	保健センター	12月6日から12月9日予定 (12月8日除く)	9月15日号	申込期間内に郵送	
		結核検診	胸部X線検査	無料	令和7年（2025年）3月31日現在で、16歳以上の方	保健センター	12月6日から12月9日予定 (12月8日除く)	11月15日号	直接、保健センターで 受診(申込不要)	
		肝炎ウイルス 検診	血液検査による B型・C型肝炎ウイルス検診	無料	令和7年（2025年）3月31日現在で以下に該当する方 ①40歳の方 ②41歳以上で受診したことがない方 ③41歳以上で健診等で肝炎異常を指摘された方	契約医療機関	6月1日から3月31日	6月1日号	直接、契約医療機関 で受診	
		骨粗しょう症 検診	前腕部X線測定 ※希望者のみ栄養相談・保健相談	無料	令和6年（2024年）12月31日現在で、 35・40・45・50・55・60・65・70歳になる女性の方	保健センター	12月14日	10月15日号	申込期間内に郵送	
		成人歯科健診	成人歯科健康診査 必要に応じてレントゲン検査(50・60歳) 口腔機能評価(70・75・80歳)	無料	令和6年（2024年）12月31日現在で、 20・25・30・35・40・45・50・55・60・65・70・75・80歳になる方	契約医療機関	9月1日から11月30日	8月15日号	対象者に受診票を送付	
		予 防 接 種	高齢者肺炎球菌	2,500円 生保：無料	過去に接種したことがない方で、以下のいずれかに該当する方 ①接種日に65歳の方 ②接種時に満60歳以上65歳未満で、心臓・腎臓・呼吸器・免疫に 障害がある方(身体障害者手帳1級相当)	契約医療機関	通年	-	直接、契約医療機関 で受診	
高齢者インフルエンザ	2,500円 生保：無料		①接種時に65歳以上の方 ②接種時に満60歳以上65歳未満で、心臓・腎臓・呼吸器・免疫に 障害がある方(身体障害者手帳1級相当)	契約医療機関	10月1日から1月31日	10月1日号	直接、契約医療機関 で受診			

令和6年度（2024年度） 小金井市「成人保健」事業のご案内

※実施予定日は変更することがあります。

健康相談	事業名	実施場所	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	内容	備考
	成人健康相談	※保健センター ☆上之原会館 ●前原暫定集会施設	19☆		21●		23※			18●			17●		14※	血圧測定・体脂肪測定、保健師への相談ができます ※ 医師へ個別に相談ができます【要予約。当日空きがあれば予約無しでも相談可】 ※ 聴覚検査あり【要予約】
歯科健康相談	保健センター	17	29	19	31	21	18●	2●			25●	15●	19		歯科医師へ個別に相談ができます【要予約】 ●口の乾燥トラブル相談（60歳以上）	原則、月1回 水曜日 (15:00~16:00)
栄養個別相談	保健センター	19	17	21	19	23	20	18	15	20	17	21	14		管理栄養士へ個別に相談ができます【要予約】	原則、第3金曜日 (13:30~15:30)

健康教育	事業名	対象者	実施日	時間	実施場所	市報	内容	申し込み方法
	健康 フ ォ ー ア ッ プ 教 室	いきいき健康教室 (1日コース)	65歳以上	6/25(火)	10:00~12:00	保健センター	5月15日号	【自分の歯でおいしく、バランス良く】 栄養講義、歯科講義
65歳以上			10/25(金)	10:00~12:00	前原暫定集会施設	9月15日号	【笑って運動 ロコモ予防+心の健康】 保健師講義、運動実技	市報等で募集、電話・メール等 定員 20名
糖尿病予防教室 (2日コース)		20歳以上	9/6(金) 9/13(金)	13:30~16:30	上之原会館	8月1日号	【糖尿病について 予防、合併症を学ぶ】 医師講義、運動実技、栄養講義・試食、歯科講義、保健師によるまとめ	市報等で募集、電話・メール等 定員 20名
糖尿病予防教室 復習会 調理体験(1日コース)		糖尿病予防 教室参加者ほか	12/6(金)	10:00~11:30	保健センター	糖尿病予防 教室参加者ほか	【調理体験】 栄養と保健の復習、調理体験	対象者へ個別案内 定員 12名
糖尿病予防教室 復習会 運動(1日コース)		糖尿病予防 教室参加者ほか	2/21(金)	13:30~16:00	保健センター	糖尿病予防 教室参加者ほか	【運動実技】 グループワーク(保健と栄養の復習)、運動実技	対象者へ個別案内 定員 20名
「骨美人講座」 骨粗しょう症予防教室 (2日コース)		20~45歳の女性	5/17(金) 5/20(月)	10:00~12:30	保健センター	4月15日号	【若いうちから骨貯金】 医師講義、栄養講義・試食、歯科講義、運動実技、保健師によるまとめ	市報等で募集、電話・メール等 定員 20名
血管若返り教室 (1日コース)		20~64歳	6/15(土)	9:30~12:30	保健センター	5月15日号	【生活習慣病予防、血管年齢測定】 血管年齢測定、保健師講義、栄養講義、歯科講義、運動実技	市報等で募集、電話・メール等 定員 20名
親子健康教室(1日コース) ふれあい体操		パパと小学生の親子	8/31(土)	9:30~13:30	保健センター	7月15日号	【親子で生活習慣を整えよう】 医師講義、栄養講義と調理実習(パパ)、栄養・歯科クイズ、ブラッシング体験(子)、体塚と昼食は親子で。	市報等で募集、電話・メール等 定員 10家族
体組成測定でボディメイク教室 (2日コース)	20~49歳	10/4(金) 10/10(木)	10:00~12:30	保健センター	9月1日号	【体組成測定・健康増進】 体組成測定、保健の話、栄養講義、歯科講義、運動実技	市報等で募集、電話・メール等 定員 20名	
健康 講 演 会	医師による講演会	市民	6/6(木) 7/18(木) 11/14(木) 2/13(木) ※3/27(木)	13:30~15:00	前原暫定集会 施設 ※保健セン ター	5/1号、6/15号、 10/1号、1/1号、 2/15号	健康に関するテーマの講話	
	歯科医師による講演会	市民	6/5(水) 11/6(水) 2/5(水)	13:30~15:00	上之原会館	5/1号、10/1号、 1/1号	口腔内の健康に関するテーマの講話	市報で募集後、電話予約
	乳がん自己検診法講演会	市民	10/31(木)	14:00~15:30	保健センター	9月15日号	乳がんの疾病理解、予防等の講話。模型モデルによる自己検診法の実習	
栄養 講 習 会	管理栄養士による講義等	市民	4/17(水) 7/30(火)	10:00~12:00	保健センター	3/15号、6/15号	健康に関するテーマの栄養講義、調理体験等	市報で募集後、電話予約
	管理栄養士による 講義等	市民	5/24(金) 6/5(水) 9/27(金) 1/15(水)	10:00~11:30	保健センター	4/15号、5/1号、 8/15号、12/1号	健康に関するテーマの栄養講義等	

保健師・管理栄養士・歯科衛生士がいます。
健康、栄養、歯に関する相談が電話でも出来ます。(8:30~17:00まで(12:00~13:00を除く))

【問合せ先】〒184-0015 小金井市貫井北町5-18-18 小金井市保健センター
小金井市福祉保健部健康課健康係 電話：042-321-1240 FAX：042-321-6423
※武蔵小金井駅北口 5番バス乗り場から「小平団地行」で約8分 「芸芸大学正門前」下車で目の前