

令和8年度（2026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。

検（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9年（2027年）3月31日現在、40歳以上の方 【乳】 令和9年（2027年）3月31日現在、40歳以上の女性で、令和7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）	6月29日、7月6日、8月3日、8月10日、9月24日、9月25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 【申込専用電話】 東京都予防医学協会 ☎0120-128-331 （携帯からは03-3269-4752）	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 ○バリウムアレルギーの方 ○高血圧の方（180/110以上）の方
		肺がん検診	胸部X線検査 500円 生保等：無料			10月13日、11月18日、11月20日、12月14日、12月18日	8月1日号		
		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			1月15日、2月22日、3月8日、3月26日	11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						
	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9年（2027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）	個別がん検診の受け方 【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 【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 【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 要精密検査となった場合は、必ず検査を受けましょう！
		胃がん検診	胃内視鏡検査 3,000円 生保等：無料	令和9年（2027年）3月31日現在、50歳以上の方で、令和7年4月以降未受診の方（2年度に1回の受診）		令和8年8月1日から令和8年10月31日	6月1日号		
						令和8年11月2日から令和8年12月28日	9月1日号		
						令和9年1月4日から令和9年2月27日	11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9年（2027年）3月31日現在、20歳以上の女性で、令和7年4月以降未受診の方（2年度に1回の受診）		6月1日から9月30日	4月1日号		
						10月1日から12月28日	8月1日号		
					1月4日から3月6日	11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9年（2027年）3月31日現在、40歳以上の女性で、令和7年4月以降未受診の方（2年度に1回の受診）	桜町病院 （水曜・木曜（第2・第4）・金曜のいずれも午後）	7月1日から9月30日	5月1日号		
					小金井つるかめクリニック （月～土）	10月1日から12月25日	8月1日号		
						1月6日から3月26日	11月1日号		
					東小金井さくらクリニック （月～金） （※水曜午後・木曜を除く）	7月1日から9月30日	5月1日号		
						10月1日から12月28日	8月1日号		
1月4日から3月26日	11月1日号								
小金井メディカルクリニック （月～土）	7月1日から9月30日	5月1日号							
	10月1日から12月28日	8月1日号							
1月4日から3月27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9年（2027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R8.4.2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4日から12月5日	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9年（2027年）3月31日現在で、16歳以上の方	保健センター	12月4日から12月5日	11月1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9年（2027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8年（2026年）12月31日現在で、35・40・45・50・55・60・65・70・75・80・85歳になる女性の方	保健センター	12月12日	10月15日号	申込期間内に郵送	
	成人歯科健診	問診・口こう内診査（70・75・80・85歳には口こう機能評価を同時実施）	無料	令和8年（2026年）12月31日現在で、満20・25・30・35・40・45・50・55・60・65・70・75・80・85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	対象者に受診券を送付	

令和8年度（2026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	上之原会館	17		5	3			2		4			5	医師に個別相談ができます【要予約。当日空きがあれば予約無しでも相談可】 ※血圧測定・体脂肪測定、保健師への相談は予約不要。	年6回（13:30～15:00） 医師相談受付は14:30まで
	歯科健康相談	保健センター	15	20	17		19	16	7●	18●	16●	20●	3		歯科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】 ●口の乾燥トラブル相談（60歳以上）	原則、月1回 水曜日（15:00～16:15） 歯科医師相談受付は16:00まで
	栄養個別相談	保健センター		15			21	4		20		15	5		管理栄養士へ個別に相談ができます【要予約】 ※相談は母子や成人どのような内容でも相談できます。	年6回（13:30～15:30）
		上之原会館	17		5	3			2		4			5	管理栄養士へ個別に相談ができます【要予約】 ※相談は主に成人に関する内容を対象としています。	年6回（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	申込み方法
	健康フォローアップ教室	血管若返り（動脈硬化予防）教室（1日コース） 血管年齢測定あり	20～64歳の市民	5/23(土)		9:30～12:30	保健センター	4月1日号	【動脈硬化予防】※血管年齢測定あり 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
		骨粗しょう症予防教室（2日コース） 骨粗しょう症予防	市内在住の20～55歳の女性	5/26(火)	5/30(土)	10:00～12:30	保健センター	4月15日号	【骨貯金が大切】 医師講義、栄養講義・試食、歯科講義、運動実技 ※骨貯金は子どもの頃からコツコツと取り組むと効果的なので、育児中の方も是非ご参加を！	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）	市内在住のパパと小学生の親子	6/13(土)		9:30～13:30	保健センター	5月1日号	【親子で生活習慣を整えよう】 医師講義（パパ）、歯の染め出しとブラッシング体験（子） 体操および栄養講義・調理実習は親子で。	市報等で募集、Webサイト 定員 10家族
		いきいき健康教室 歯と栄養（1日コース）	65歳以上の市民	10/13(火)		10:00～12:00	保健センター	9月1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	市報等で募集、電話・メール等 定員 30名
		糖尿病予防教室（2日コース） 糖尿病予防	20～64歳の市民	10/23(金)	10/30(金)	13:30～16:20	保健センター	9月15日号	【糖尿病予防のための生活について学ぶ】 医師講義、運動実技、栄養講義、歯科講義	市報等で募集、Webサイト 定員 20名
		糖尿病予防教室 復習会 調理実習（1日コース）	糖尿病予防教室参加者ほか	12/18(金)		10:00～12:30	保健センター	糖尿病予防教室参加者ほか	【調理実習】 栄養講義・調理実習	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	2/19(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】 医師講義の振り返り、生活改善についてグループワーク、運動実技	対象者へ個別案内 定員 20名
		体力UP! 初心者向け 日常に活かせる運動教室（1日コース）	20～64歳の市民	11/7(土)		14:00～16:00	保健センター	10月1日号	・運動実習（健康運動指導士） ・運動に関係した健康の話（市保健師）	市報等で募集、Webサイト 定員 20名
		体組成測定でボディメイク教室（2日コース） 体組成測定あり	20～55歳の市民	11/27(金)	11/30(月)	13:30～16:00	保健センター	10月15日号	【生活習慣病予防】※一日目のみ体組成測定あり 体組成測定、保健師講義、栄養講義・試食、歯科講義、運動実技	市報等で募集、Webサイト 定員 20名
	健康講演会	医師による講演会	市民	10/8(木)、10/21(水)、※12/9(水) ※1/29(金) 2/25(木)		13:30～15:00	保健センター※前原暫定集会施設	9/1号、9/15号、11/1号、12/15号、1/15号	健康に関するテーマの講話	市報で募集後、電話等で予約
		歯科医師による講演会	市民	6/3(水) 11/4(水) 3/3(水)		13:30～15:00	上之原会館	5/1号、10/1号、2/1号	口腔内の健康に関するテーマの講話	
	栄養講習会	管理栄養士による講義、調理実習等	市民	7/28(火)		10:00～12:00	保健センター	7/1号	健康や栄養に関するテーマの講義、調理実習等	市報で募集後、電話予約
		管理栄養士による講義等	市民	6/9(火)、9/8(火)、10/9(金)、11/6(金)、1/29(金)		10:00～11:30	保健センター	5/1号、8/1号、9/1号、10/1号、12/15号	健康や栄養に関するテーマの講義等	
	その他の講座	ゲートキーパー講座（手話通訳あり）	小金井市在住・在勤・在学	6/26(金)		18:30～20:30	前原暫定集会施設	5月15日号	死を考えるくらい思いつめている方への関わりについて学ぶ講義と実技	市報等で募集、電話・FAX 市申込フォーム等 定員 20名

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 小金井市真井北町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
（交通手段） JR武蔵小金井駅北口からバス（5番乗り場）
 「国分寺駅北口」・「小平団地」行きで約8分、バス停「芸芸大学正門」下車で目の前

