

# 保健メモ

※午前の事業は7時、午後の事業は11時時点で市内に気象警報が発令されている場合、中止します。

## ● 各種健診・予防接種の 受け忘れはありませんか？

**3月31日まで**

問 保健予防課

(TEL)918-5668 (FAX)918-5584

受診・接種方法や費用などは、市ホームページを確認するか、保健予防課までお問い合わせください。



### ▶ 健診

※年齢は令和8年3月31日時点

詳しくは  
こちらから▶



種類	回数	対象
特定健康診査 (健康まもりタイ健診)	1年度に 1回	40歳以上の国民健康保険加入者
後期高齢者健康診査		後期高齢者医療制度加入者
大腸がん検診、 胸部検診		40歳以上
胃がんリスク検診	5年度に 1回	40歳以上 ※過去に要精密検査となった人は除く
肝炎ウイルス検診	生涯に 1回	40歳以上
乳がん検診	2年度に 1回	40歳以上の女性
子宮がん検診		20歳以上の女性

### ▶ 予防接種(定期接種)

※いずれも過去に同制度の助成を受けていない人

詳しくは  
こちらから▶



種類	対象
<b>高齢者带状疱疹 予防接種</b>  3月31日まで 接種可能	次の①または②に該当する人 ①令和8年3月31日時点で 65・70・75・80・85・90・95歳の人 または100歳以上の人 ②接種日時点で60～64歳で、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障害があり、日常生活がほとんど不可能な程度(身体障害者手帳1級相当)の人  ※①の人が定期接種の対象となるのは『令和7年度のみ』です。今年度の接種状況にかかわらず、5年後に定期接種の対象とはなりません
<b>高齢者肺炎球菌 予防接種</b>  現行ワクチンは 3月31日まで 接種可能	接種日時点で次の①または②に該当する人 ①65歳の人(65歳の誕生日にあわせて接種券をお送りしています) ②60～64歳で、心臓・腎臓・呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障害があり、日常生活がほとんど不可能な程度(身体障害者手帳1級相当)の人  ※4月から、より長期的な効果が見込まれる新ワクチンに変更となり、接種費用が現在の4000円から7000円に変わります ※3月に65歳になる人には、4月上旬に新ワクチンの接種券を郵送します。3月中に現行のワクチンを接種したい場合は保健予防課までお問い合わせを ※有効期限内の接種券を持っていて、まだ接種していない人には、3月中旬に新ワクチンの接種券を郵送します。現行のワクチンを接種したい場合は3月31日までに、新しいワクチンを接種したい場合は4月1日以降に接種してください

## ● 乳幼児健康診査など(対象児には個別で通知しています)・無料

問 ども健康センター(TEL)918-5656 (FAX)918-6384

健診はすべて予約制です。個別の案内や市ホームページなどで確認し、予約を。変更や中止は、随時、市ホームページなどでお知らせします。

4か月児健診	対象/令和7年11月生 場所/市内指定小児科医療機関など
10か月児健診	対象/令和7年5月生 場所/市内指定小児科医療機関
1歳6か月児健診	対象/令和6年7月生 場所/ども健康センター
2歳児歯科健診	対象/令和5年11月生 場所/市内指定医療機関
3歳6か月児健診	対象/令和4年9月生 場所/ども健康センター

※対象期間・日に受診できない場合は、ご相談ください

## ● 離乳食個別相談 ※要予約

問 ども健康センター(TEL)918-5656 (FAX)918-6384

管理栄養士による離乳食の個別相談を実施しています。離乳食について不安・疑問・悩みなどあれば気軽にご相談ください。

対象/生後4か月～1歳6か月ごろの乳幼児と保護者

費用/無料

申し込み/市ホームページの専用フォームから申し込み



申し込みは  
こちらから

## あかし保健所の健康相談

費用=無料

あかし保健所では、健康に関する悩みや相談を受け付けています。

お問い合わせ	相談名(相談員)・日時	まずは お電話で ご相談を
健康推進課(3階) TEL)918-5657 FAX)918-5440	健康相談(保健師) 栄養相談(栄養士) 歯科保健相談(歯科衛生士) 禁煙相談(保健師) フレイル相談(栄養士・歯科衛生士など)	
相談支援課(3階) TEL)918-5669 FAX)918-5440	こころの相談ダイヤル TEL)918-5401 精神保健相談(保健師・精神保健福祉士・社会福祉士など) 難病・小児慢性特定疾病に関する療養相談(保健師)	
保健総務課(3階) TEL)918-5414 FAX)918-5440	不妊・不育専門相談(保健師) 3月18日(水)13:30～16:30 (1人1時間以内) ※相談日の1週間前までに要予約	申し込みは こちらから
保健予防課(4階) TEL)918-5421 FAX)918-5441	HIV・梅毒・肝炎に関する相談・検査(保健師など) 3月5日(木)・19日(木)9:15～10:15 HIV、梅毒検査のみ当日結果通知11:30～ コロナやその他感染症に関する相談(随時受け付け)	申し込みは こちらから

※来所相談は午前の事業は7時、午後の事業は11時に市内に気象警報発令時は中止

## 3月は自殺対策強化月間 気づいていますか こころのSOS

新しい環境に対する不安から、気づかないうちにストレスをためてしまうことがあります。こころが疲れている時、相談してみませんか。

### ▶ 市こころの相談ダイヤル

TEL)918-5401(平日8:55～17:40)

その他の電話相談・SNS相談はこちらから▶



### ▶ 夜間・土日とも相談できます

兵庫県こころの健康相談 TEL)252-4987

(火～土 9:30～11:30、13:00～15:30)

兵庫県のちの心のサポートダイヤル

TEL)382-3566

(月～金18:00～翌8:30、土・日曜日・祝日24時間)

いのちの電話 TEL)0120-783-556

(毎日16:00～21:00、毎月10日は8:00～翌8:00)

### メンタルヘルスアプリ

こころの健康を保つための方法、相談窓口などを  
知ることができます。



詳しくは  
こちらから

お問い合わせ/相談支援課(TEL)918-5669 (FAX)918-5440