

## 健康診査を受診しよう 健康ガイド 1～19ページ

〔甲〕地域保健課(19～39歳の方、がん検診、社会保険加入の方、生活保護受給者等)…☎055(237)2505  
健康保険課(国民健康保険加入の方)…☎055(237)5373、(後期高齢者医療制度加入の方)…☎055(237)5617

### 集団健診

申込締切日(健診1か月前)までにお申し込みください。健診日のおおむね1週間前に、『健診関係書類(問診票など)』を郵送します。受診日当日に必ずお持ちください。



◀市公式LINE

やまなしくらしねっと▶



年齢など	19～39歳	40～74歳		75歳以上
	医療保険の種類に関係なし(勤務先などで健康診断を受ける機会がない方が対象です)	国民健康保険以外の加入者(社会保険等被保険者(本人)の方は勤務先にお問い合わせください)	国民健康保険加入者	
受付時間	午前8～11時 ※30分ごとの時間指定により実施			
申込	『健康ガイド』巻末の申込はがき、市公式LINE、またはやまなしくらしねっとで	5月上旬頃発送の往復はがき、またはやまなしくらしねっとで	5月上旬頃発送の受診券に同封の申込はがき、またはやまなしくらしねっとで	『健康ガイド』巻末の申込はがき、またはやまなしくらしねっとで
問合先	地域保健課		健康保険課	

日程	会場	託児	申込締切日
7月18日(土)	医師会	—	6月18日(木)
7月20日(月・祝)	厚生連		6月22日(月)
7月23日(木)	医師会		6月23日(火)
7月24日(金)			6月24日(水)

※医師会…医師会健診・検査センター(幸町14-6)  
厚生連…厚生連健康管理センター(飯田1-1-26)

- 荒天時は健診を中止することがあります。市ホームページでご確認ください
- 集団健診会場での乳がん検診はマンモグラフィ検査となります。詳しくは『健康ガイド』12ページをご覧ください(40歳以上で特定健診と同時に受診する女性のみ対象)
- 医師会・厚生連での集団健診では、骨粗しょう症検診も当日申し込みで同時に受診できます(定員制のため人数制限あり)
- 風しん抗体検査を希望の方は、医務感染症課【☎055(237)8952】へお問い合わせください

### 個別医療機関健診

基本的な健診と各種がん検診など ※詳しくは『健康ガイド』9～10ページをご覧ください

実施期間 7月～令和9年1月末(医療機関受診可能日)まで  
対象 40歳以上の方  
申込 6月以降、指定医療機関に電話で

### その他の検診(健診)

医療保険の種類に関係なく受診できます。治療中の方など、受診をご遠慮いただく場合があります。



◀市公式LINE

やまなしくらしねっと▶



検診(健診)・対象	日時	会場	持ち物	申込・予約	
乳がん単独 30歳以上の女性	●6月15日(月)午後	健康支援センター	受診票 <sup>*1</sup> 自己負担金 マイナ保険証等	<ul style="list-style-type: none"> <li>・市公式LINE</li> <li>・地域保健課へ電話、来所で予約</li> </ul>	
	●6月26日(金)午後	医師会健診・検査センター			
	●6月29日(月)午後	健康支援センター			
	●7月4日(土)午前	厚生連健康管理センター			
骨粗しょう症 満20歳以上の方(妊娠中またはその可能性がある方は除く)	●6月15日(月)午後 ●6月29日(月)午後	健康支援センター	*1『健康ガイド』から切り取るコピー、または市ホームページからダウンロード	<ul style="list-style-type: none"> <li>●：6月15日(月)は託児あり</li> <li>●：なでしこ健診(女性限定)女性の健康に関する相談や託児(要予約)ができます</li> </ul>	
子宮頸がん 満20歳以上の女性(妊婦も対象。令和7年度に受診した方は対象外)	令和9年1月末(指定医療機関受診可能日)まで	指定医療機関	受診券 自己負担金 マイナ保険証等	<ul style="list-style-type: none"> <li>・地域保健課へはがき</li> <li>・市公式LINE</li> <li>・やまなしくらしねっとで受診券を申込</li> </ul>	
成人歯周疾患 満19～74歳の方(妊婦は18歳以下も受診可。後期高齢者医療制度加入者は除く)	令和9年3月末(指定医療機関受診可能日)まで		受診券(兼質問票) 健診票 マイナ保険証等		※電話での申込はできません
後期高齢者歯科口腔 75歳以上の方(一定の障がいのある65歳以上の後期高齢者医療制度加入者を含む)	令和9年3月末(指定医療機関受診可能日)まで		受診券(兼質問票) マイナ保険証、資格 確認書(後期高齢者医療被保険者証も可)		<ul style="list-style-type: none"> <li>・健康保険課へはがき</li> <li>・やまなしくらしねっとで受診券を申込</li> </ul>

※記載のない限り、申込不要・参加無料・定員は先着順

## あなたのがん検診受診状況をお知らせください

☎地域保健課…☎055(237)2505

令和7年度(令和7年4月～令和8年3月)のがん検診受診状況を下記の2次元コード(やまなしくらしねっと)から回答のご協力をお願いします。

※受診状況の調査で取り扱う個人情報、受診勧奨以外に使用しません

※個人情報の取り扱いおよび管理は、個人情報の保護に関する法律に基づき適切に対応します

がん検診の受診状況についての回答はこちら▶

(回答期限：12月31日)



## 救急医療

※受付時間、電話番号をお間違えのないようご注意ください



救急医療は緊急時の診療に対応するものです。体調などに不安がある場合は、診療時間内にかかりつけ医などを受診してください。

- |   |   |
|---|---|
| <p><b>①救急安心センターやまなし(救急電話相談窓口)...</b><br/>(短縮ダイヤル)☎#7119または☎055(223)1418<br/>→24時間・365日対応</p> <p><b>②山梨県救急医療情報センター...</b>☎055(224)4199<br/>→平日・土曜：午前8時30分～午後11時<br/>日曜・祝日：午後6～11時</p> <p><b>③山梨大学医学部附属病院 初期救急医療センター...</b><br/>☎055(273)1122<br/>→毎日：午後6～11時(受付は午後10時30分まで)</p> <p><b>④日曜・祝日の医療機関の案内(午前8時30分～午後5時30分)...</b><br/>☎055(226)3399</p> | <p><b>⑤山梨県小児救急電話相談...</b><br/>(短縮ダイヤル)☎#8000または☎055(226)3369<br/>→平日：午後7時～翌朝7時 土曜：午後3時～翌朝7時<br/>日曜・祝日：午前9時～翌朝7時</p> <p><b>⑥小児初期救急医療センター...</b>☎055(226)3399<br/>→平日：午後7時～翌朝7時 土曜：午後3時～翌朝7時<br/>日曜・祝日：午前9時～翌朝7時</p> <p><b>⑦甲府市歯科医師会 歯科救急センター...</b>☎055(220)1199<br/>→平日・土曜：午後7～11時 日曜・祝日：午後5～11時</p> <p><b>⑧山梨県精神科救急受診相談センター...</b>☎0551(20)1125<br/>→24時間・365日対応</p> |
|---|---|

## 6月のオレンジカフェ(認知症カフェ)

☎地域包括支援課…☎055(237)5484

参加者同士が気軽に集い、情報交換や交流のほか、心配事について気軽に相談することができます。市内在住の方であれば、どなたでもご参加いただけます。※飲食費が必要な会場があります。詳細は各オレンジカフェまで

日時	会場	問い合わせ先 ※事前申込が必要です
3日(水)午後1～3時	オレンジカフェ城東(城東4-13-15)	☎055(233)6411
13日(土)午前9時30分～11時30分	オレンジカフェ千塚(千塚3-1-32)	☎055(242)7831
13日(土)午後1～3時	オレンジカフェわかまつ(若松町6-35)	☎055(223)8101
13日(土)午後1時～3時30分	オレンジカフェ朝気(朝気3-18-5)	☎090(4722)9403
16日(火)午前10時～正午	オレンジカフェ甲府中央(中央1-5-6)	☎055(236)8611
18日(木)午後1時30分～3時30分	オレンジカフェ甲府駅前(宝1-9-1-2階)	☎055(221)8725
21日(日)午後1時30分～3時30分	オレンジカフェ甲府小瀬(小瀬町379-1)	☎055(220)2323
27日(土)午前10時～正午	オレンジカフェすみよし(住吉4-7-22)	☎055(221)0071
27日(土)午後1～3時	オレンジカフェ朝日(朝日3-11-28)	☎055(298)6461
27日(土)午後2～4時	オレンジカフェいけだ(下飯田1-2-17)	☎055(236)3530

## 話しておこう、大切なことを、大切な人と ～これからの生き方も、もしもの備えも～

☎地域包括支援課…☎055(237)5484

ACP(アドバンス・ケア・プランニング)とは、自分が病気になったり介護が必要になったりしたときに、自分の大切にしているもの・こと・価値観など、「どう生活したいか」「どう過ごしたいか」を、大切な人(家族や友人など)、支えてくれる人(医療・介護の従事者)と共有することです。

「もしもの」時のために、「今」考えておくことが、自分らしく過ごす第一歩となります。



ACP ホームページ▶

ご自身の想いをカタチにする際に、「わたしの想いノート」をご活用ください。  
この記事を読んだ今日をきっかけに、取り組んでみてはいかがでしょうか？



### ▶配布場所

本庁舎、健康支援センター2号館1階、西庁舎(旧穴切小学校)、各公民館・福祉センター、地域包括支援センター

本文中の☎は会場、申は申込先、☎は問合せ先

**第 49 回甲府市社会福祉大会スローガン募集！**

甲府市社会福祉協議会総務課…☎055(225)2116  
FAX055(237)1179

10月21日(水)にリッチダイヤモンド総合市民会館芸術ホールで開催される市社会福祉大会のスローガンを募集します。採用された方には記念品を贈呈します。

**応募** はがきにスローガンおよびその思い、住所、氏名、年齢、電話番号を明記し、〒400-0858 相生2丁目17-1 甲府市社会福祉協議会総務課まで郵送または FAX で (7月31日(金)必着)

**おいでよ！メタバースの森(交流会)**

甲府市精神保健課…☎055(242)8667

ひきこもり状態にある当事者やその家族、支援者が、アバターの姿でメタバース空間で交流を行います。

**日時** 6月30日(火)午後3時～(1時間程度)

**申込** 6月30日(火)正午まで

市ホームページはこちら▶  申込はこちら▶ 

**第 40 回山梨県高齢者よい歯のコンクール**

甲府市地域保健課…☎055(237)2505  
甲府市山梨県歯科医師会…☎055(252)6481

**対象** 県内在住の75歳以上で健康な歯が28本程度ある方※治療済可

**募集期間** 6月1日(月)～30日(火)

★入賞者は秋に表彰を行う予定です

**おいし食・楽しく・元気塾(全6回)**

フレイル予防について学んで実践する教室です  
「フレイル」とは健康と介護が必要な状態の間の移行状態のことです

甲府市地域保健課…☎055(242)8301

**日時** 7月9・23日(木)、8月5日(水)・20日(木)、  
10月15日(木)、12月10日(木)  
全て午前10時～11時45分


**会場** リッチダイヤモンド総合市民会館

**定員** 50人(全6回参加できる方優先)

**対象** 次の①～④に該当する方

- ① 65～74歳の方(令和8年4月1日現在)
- ② BMI20.0以下の方(やせている方)
- ③ 要介護・要支援認定を受けていない方
- ④ 過去にこの教室に参加したことがない方

**申込** 6月8日(月)～19日(金)までに電話で

BMI計算はこちらから▶ 

※公益財団法人日本対がん協会  
2026年度がん征圧スローガン  
**がん検診 定期受診は 自己投資**  
～がんについて知るための展示会～

甲府市地域保健課…☎055(237)2505

日本人の2人に1人はかかると言われているがんですが、生活習慣の改善などで予防できることが分かっています。予防や検診を暮らしの習慣にするために、まずは知ることから始めてみませんか？

お気軽に立ち寄り、展示をご覧ください。

**日時** 6月8日(月)正午～19日(金)午後3時

**会場** 本庁舎1階展示コーナー

**「人間ドッグ・健康診断」受付中**

甲府市立甲府病院…☎055(224)7051

市立甲府病院では、人間ドッグ・健康診断を受け付けています。

健康保険等の助成については、加入している保険先へお問い合わせください。

**申込** 平日午前9時～午後4時に電話で

**家族介護教室 知っておこう！老人ホームのこと**  
～年をとっても暮らせる場所～

甲府市地域保健課…☎055(237)1173

高齢者などを在宅で介護されているご家族や近隣の援助者を対象に介護者に関する学習、介護者同士の交流、情報交換などを行います。



**日時** 6月19日(金)午前10時～(1時間半程度)

**会場・定員** 北公民館多目的集会室・15人程度

**申込** 地域保健課または近くの地域包括支援センターへ電話で

**熱中症予防のポイント**


甲府市健康政策課…☎055(237)2586

- ・暑さを避けましょう  
…部屋の温度調整、換気、通気性の良い服装など
- ・こまめに水分補給をしましょう  
…喉が渇く前に水分補給を 
- ・日ごろから健康管理をしましょう  
…体調が悪いと感じたときは無理せず静養
- ・暑さに備えた体作りをしましょう  
…暑熱順化(暑さに慣れること)   
のために適度に運動を

**健康談話室** 健康ガイド25ページ

甲府市健康談話室…☎055(221)3560

甲府市健康政策課…☎055(237)2586

市ホームページ▶ 

6月の教室		備考
<p><b>①元気ほっと教室</b> 健康体操、ストレッチなどでフレイル予防</p> <p><b>②脳！活性化教室</b> 頭の体操や楽しいゲームで認知症予防</p> <p><b>③出張版 脳！活性化教室</b> 脳！活性化教室を市内公民館で開催</p>	<p><b>対象</b> 要介護認定を受けていないおおむね60歳以上の方</p> <p><b>日時</b> ①②午前10時～11時15分 (①火・木・金曜日コース②月・木曜日コース若干名空きあり)</p> <p><b>会場</b> ①②健康談話室(健康支援センター内) ③北公民館2階多目的集会室</p> <p><b>申込</b> ①②平日午前9時15分～11時30分に電話で ③6月24日(水)までの平日午前9時15分～11時30分に電話で</p>	<p>詳しくは、お問い合わせください</p>

※記載のない限り、申込不要・参加無料・定員は先着順