

健康診査を受診しよう 健康ガイド 1～19ページ

〔申〕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月上旬頃郵送の往復はがき、またはやまなしくらしねっとで	5月上旬頃郵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
問合先	地域保健課		健康保険課

日程	会場	託児	申込締切日
11月3日(火・祝)	厚生連	—	10月5日(月)
11月7日(土)			10月7日(水)
11月10日(火)	医師会		10月13日(火)
11月11日(水)			
11月18日(水)	アネシス		10月19日(月)
11月19日(木)			
11月24日(火)	医師会	○	10月26日(月)
11月27日(金)		—	10月27日(火)
11月28日(土)			10月28日(水)
11月29日(日)	厚生連		10月29日(木)

- 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・アネシスでの集団健診では、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
- 託児を希望の方は、地域保健課【☎055(237)2505】へ電話で予約してください

※厚生連…厚生連健康管理センター(飯田1-1-26)、医師会…医師会健診・検査センター(幸町14-6)、アネシス…健康の杜センターアネシス(下向山町910)

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 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	10月5日(月)午後	厚生連健康管理センター	受診票※1 自己負担金 マイナ保険証等 ※1『健康ガイド』から切り取るかコピー、または市ホームページからダウンロード	・市公式LINE ・地域保健課へ電話、来所で予約 ※: 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
	10月6日(火)午後	南公民館		
	10月19日(月)午後	医師会健診・検査センター		
	10月26日(月)午後	健康支援センター		
	10月28日(水)午後	医師会健診・検査センター		
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)	10月26日(月)午後	健康支援センター	受診券(兼問診票) 自己負担金 マイナ保険証等	・地域保健課へはがき ・市公式LINE ・やまなしくらしねっとで受診券を申込 ※電話での申込はできません
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)	10月28日(水)午後	医師会健診・検査センター		
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	指定医療機関	受診券(兼問診票) 自己負担金 マイナ保険証等	・健康保険課へはがき ・やまなしくらしねっとで受診券を申込 ※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)			受診券(兼問診票) マイナ保険証または資格確認書	

救急医療

※受付時間など詳細は市ホームページをご確認ください



- ①救急安心センターやまなし(救急電話相談窓口)…
(短縮ダイヤル) ☎ # 7119 または ☎ 055 (223) 1418
- ②山梨県救急医療情報センター… ☎ 055 (224) 4199
- ③山梨大学医学部附属病院 初期救急医療センター…
☎ 055 (273) 1122
- 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)…
☎ 055 (226) 3399

- ⑤山梨県小児救急電話相談…
(短縮ダイヤル) ☎ # 8000 または ☎ 055 (226) 3369
- ⑥小児初期救急医療センター… ☎ 055 (226) 3399
- ⑦甲府市歯科医師会 歯科救急センター… ☎ 055 (220) 1199
- ⑧山梨県精神科救急受診相談センター… ☎ 0551 (20) 1125
- ※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

10月のオレンジカフェ(認知症カフェ)

☎ 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
7 日(水)午後1～3時	オレンジカフェ城東(城東4-13-15)	☎ 055 (233) 6411
10 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
10 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
15 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
18 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
20 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
24 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
24 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
24 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) 3500
31 日(土)午後1～3時	オレンジカフェ朝日(朝日3-11-28)	☎ 055 (298) 6461

健康談話室

健康ガイド25ページ

申問健康談話室… ☎ 055 (221) 3560

問健康政策課… ☎ 055 (237) 2586

市ホームページ▶



10月の教室

脳！活性化教室 頭の体操や楽しいゲームで認知症予防	対象	要介護認定を受けていないおおむね60歳以上の方
	時間	午前10時～11時15分
出張版 脳！活性化教室 脳！活性化教室を市内公民館で行います	会場	月・水曜日コース若干名空きあり
	申込	健康支援センター2階健康談話室
	対象	要介護認定を受けていないおおむね60歳以上の方
	日時	①10月22日(木)②10月29日(木)ともに午前10時～11時15分
	会場	①東公民館1階地域集会所②西公民館2階多目的集会所
	申込	①②とも前日までの平日午前9時15分～11時30分に健康談話室へ電話で

高齢者インフルエンザワクチン・新型コロナワクチンの定期接種が始まります！

☎ 055 (237) 2587

	高齢者インフルエンザワクチン	新型コロナワクチン
対象	接種日時時点で甲府市に住民票がある方のうち	①満65歳以上の方(令和9年3月1日時点で) ②60～64歳で対象となる方 ^{*1}
実施期間	10月1日(木)～令和9年2月28日(日)	
助成額	2,000円 ^{*2}	7,800円 ^{*2}
申込	実施期間中に1回限り。生活保護受給者は全額助成	
使用ワクチン	医療機関へ直接予約をしてください	
予診票について	ワクチンは医療機関によって異なります。医療機関へお問い合わせください	
注意事項	予診票(氏名印字済み)を個別通知でお送りします ①満65歳以上の方(令和9年3月1日時点で)⇒個別通知が届きます(申請は不要です) 令和8年11月1日から令和9年3月1日の間に65歳の誕生日を迎える方への個別通知は、誕生月の前月下旬にお手元に届くよう発送します ②60～64歳で対象となる方⇒申請が必要です。医療感染症課までご連絡ください	



本文中の(会)は会場、(申)は申込先、(問)は問合せ先

^{*1} 心臓、腎臓または呼吸器の機能に障がいがあり、身の回りの生活が極度に制限される方、ヒト免疫不全ウイルス(HIV)による免疫の機能に障がいがあり、日常生活がほとんど不可能な方(障害者手帳1級相当) ^{*2} 接種料金の詳細については、医療機関へお問い合わせください

定期接種に係る
予防接種健康被害救済制度
について



予防接種では健康被害が起こることがあります。極めてまれではあるものの、副反応による健康被害をなくすることができないことから、救済制度が設けられています。健康被害救済制度の申請をご検討される場合は、医療感染症課までご連絡ください。

あなたの食事は☆いくつ？

申間地域保健課…☎055(242)8301

あなたの食事のバランスを短時間で簡単に診断します。生活にあった食事のポイントを管理栄養士が個別にアドバイス(1人20分程度)。

日時 11月4日(水)午後1時20分～3時30分
会場・定員 保健センター・10人
申込 11月2日(月)までに電話で

第49回市社会福祉大会

間市社会福祉協議会…☎055(225)2116

日時 10月21日(水)
会場 リッチダイヤモンド総合市民会館芸術ホール
【式典】午前10時～【記念講演】午前11時～正午
演題 幸せの条件～新しい生き方の3ヶ条～
講師 大谷徹英さん(奈良薬師寺副住職)
定員 500人

あなたの地区の出張保健室(健康づくり同窓会)

間地域保健課…☎055(237)1173

フレイル予防の4本柱(運動・栄養・口腔・社会参加)について、健康教育や健康相談を行います。
詳しくはこちら▶

地区	日時	会場
北新	10月22日(木) 午後1時15分～	北新団地集会所
千代田	10月23日(金) 午後1時30分～	下帯那公会堂
穴切	10月29日(木) 午前9時30分～	旧穴切小体育館

糖尿病予防教室

間地域保健課…☎055(237)2505

血糖値を上げにくくする生活の「コツ」を学びます。健康づくりのきっかけとして参加してみませんか。

対象 74歳以下で血糖値が気になる・もしくは高い方、または、HbA1c値が5.6～6.4%で糖尿病の診断や治療を受けていない方
日時 10月23日(金)午前10時～11時30分
会場 健康支援センター2号館2階大会議室
定員 15人 「その他イベント等の予約」をタップ▶
申込 平日の午前8時30分～午後5時15分に電話または市公式LINEで

ゲートキーパー養成講座 県央ネットやまなし住民向け

間精神保健課…☎055(237)5741
FAX 055(242)6178

ゲートキーパーとは、悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聞いて、必要な支援につなげ、見守る人のことです。「命の門番」とも呼ばれています。

対象 関心のある方、支援者等
日時 10月30日(金)午後1時30分～(受付1時～)
会場 山梨県立文学館(貢川1-5-35)
講師 下園壮太さん(NPO法人メンタルレスキュー協会理事長)
演題 誰かの「助けて」に応えるために
定員 300人
申込 10月26日(月)までに住所、氏名、電話番号を記載しFAX、または電話、やまなしくらしねっとで

毒キノコに注意!!

間衛生薬務課…☎055(237)2550

採らない・食べない・売らない・人にあげないを徹底しましょう。



家族介護教室

間地域保健課…☎055(237)1173

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

★大切な人の介護を頑張る方のためのリフレッシュタイム～レッドコードストレッチ※で心と身体をゆるめませんか?～

日時 10月3日(土)午前10時～(90分程度)
会場 介護付きホーム奏楽上阿原

※天井からつるされた赤いロープを使って、バランスをとりながら行うストレッチ(運動療法)のこと

★頑張る家族介護者のための元気測定会

日時 10月23日(金)午後2時～(90分程度)
会場 城東病院3階デイルーム

【共通事項】

定員 各15人程度
申込 地域保健課またはお近くの地域包括支援センターへ電話で

こつを学んで うんどう続けて ふやせ健康貯金!



間地域保健課…☎055(237)2505

★ウォーキング健康教室

正しい姿勢や効果的な歩き方など基礎を学びます。これから始める方だけでなく、すでに始めている方もご参加ください。

対象 74歳以下で医師からの運動制限がない方
日時 10月30日(金)午前10時～11時30分
会場 旧相生小学校体育館
定員 30人
申込 10月1日(木)～29日(木)の平日午前8時30分～午後5時15分に電話またはやまなしくらしねっとで

★運動教室

無理なく負担なく楽しく自宅で取り組める運動方法を専門講師から学べます。運動が苦手な方も安心して参加できます。

内容 室内で簡単にできるストレッチや筋力トレーニング、ウォーキングの基礎など
対象 74歳以下で運動を始めたいと思っている、持病等がなく運動制限がない方
日時 10月29日(木)午前10時～11時40分
会場・定員 保健センター(プレイルーム)・15人
申込 10月1日(木)～28日(水)の平日午前8時30分～午後5時15分に電話または市公式LINEで

難病患者のつらい これからの生活を考えてみませんか?

間地域保健課…☎055(237)1173

障がい福祉サービスや介護保険サービスについて一緒に学びませんか?交流会も行います。

対象 難病患者さんとその家族
日時 10月30日(金)午後2時～(90分程度)
会場・定員 保健センター・10組
申込 平日午前8時30分～午後5時15分に電話で