

健康診査を受診しよう 健康ガイド 1～19ページ

①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
8月26日(水)	医師会	—	7月27日(月)
8月27日(木)			
9月1日(火)			8月3日(月)
9月2日(水)			
9月6日(日)	厚生連		8月6日(木)

※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 申 込 6月以降、指定医療機関に電話で
対 象 40歳以上の方

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	7月12日(日)午前	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
	7月17日(金)午後	医師会健診・検査センター		
	7月22日(水)午後	北公民館		
	7月28日(火)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)	7月12日(日)午前	厚生連健康管理センター		
	7月28日(火)午後	医師会健診・検査センター		
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(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
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	
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)	

「あなたのがん検診受診状況をお知らせください」 ①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は、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

回答はこちら▶
(回答期限:12月31日)





7月の教室		備考
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 日時 午前10時～11時15分 (月・水・木・金曜日コース若干名空きあり) 会場 健康談話室(健康支援センター内) 申込 平日午前9時15分～11時30分に電話で	詳しくは、お問い合わせください

7月のオレンジカフェ(認知症カフェ)

問地域包括支援課…☎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
1日(水)午後1～3時	オレンジカフェ城東(城東4-13-15)	☎055(233)6411
11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
11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
16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(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
19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
21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
25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
25日(土)午後1～3時	オレンジカフェ朝日(朝日3-11-28)	☎055(298)6461
25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

家族介護教室

医師と一緒に考える～在宅で安心して暮らすために知っておきたいこと～

申問地域保健課…☎055(237)1173

介護に関する学習や介護者同士の交流、情報交換など。

日時 7月23日(木)午後2時～(90分程度)
会場 北東公民館 多目的集会室
定員 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



元気アップチェックをご活用ください

問地域保健課…☎055(237)1173

75歳以上の奇数年齢の方へ、介護予防・健康づくりのための『元気アップチェック』質問票をお送りします(介護認定または総合事業対象などの方を除く)。回答すると、「結果アドバイス票」が届きます。元気を保つ工夫にお役立てください。回答期限については、質問票をご確認ください。

ひきこもり家族のつどい「かたりどころ」

申問精神保健課…☎055(242)8667

ご家族同士で分かち合い、情報共有できる場です。

対象 市内在住でひきこもり状態にある方のご家族
日時 7月27日(月)午前10時～(2時間程度)
会場 相生福祉センター 2階休養室
申込 7月21日(火)までに電話で



野菜の推定摂取量が測れます！

問地域保健課…☎055(242)8301

手のひらで簡単30秒！あなたの推定野菜摂取量を測定します。結果に基づき、管理栄養士が野菜の食べ方などをアドバイスします。日時・会場など詳しくはホームページをご覧ください。



7月28日は世界肝炎デー

問医務感染症課…☎055(237)8952

肝炎は、肝硬変や肝がんに行進する可能性があるため、早期発見・早期治療が重要です。市保健所では、肝炎ウイルス検査や、肝炎ウイルス陽性者に対する初回精密検査費・治療費の助成申請を受け付けていますので、お気軽にご相談ください。



熱中症警戒アラートにご注意を

問健康政策課…☎055(237)2586

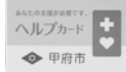
熱中症警戒アラート発表時の予防行動!!

- ・室内等のエアコンなどにより、涼しい環境で過ごしましょう
- ・熱中症のリスクが高い方に声かけをしましょう
- ・のどが渇く前のこまめな水分補給、涼しい服装をしましょう
- ・外での運動は、原則、中止・延期しましょう
- ・暑さ指数を確認しましょう

問障がい福祉課…☎055(237)5240
FAX 055(237)5299

「ヘルプマーク」・「ヘルプカード」は本庁舎2階障がい福祉課、市障害者センター(東光寺1-10-25)および各窓口センターで配布しています※1人につき1つまで

手助けを必要とする方と手助けできる方をつなぐ「ヘルプカード」も配布しています。



「ヘルプマーク」を見かけたら 思いやりのある行動を!!

義足や人工関節の使用、内部障がいや難病、妊娠初期など、外見からわからなくても援助や配慮を必要としている方がいます。

皆さんの手助けが「安心」につながります

※記載のない限り、申込不要・参加無料・定員は先着順