

2024年度 健診カレンダー

(2024年4月～2025年3月)

お問い合わせ お申し込みは… 佐久穂町役場健康福祉課 電話 86-2528 又は 2525
ホームページ <https://www.town.sakuho.nagano.jp/> E-mail kenkoudukuri@town.sakuho.nagano.jp

集団健康診査

*対象/18歳以上

月日	受付時間	対象地区
11月26日 火	8:30~11:00	大日向全域
	13:00~15:30	余地・川久保・かさなり・館・旭
11月27日 水	8:30~11:00	海瀬新田・下海瀬・赤屋・花岡・東町
	13:00~15:30	畑ヶ中・四ッ谷
11月28日 木	8:30~11:00	上全域・三本木・雁明
	13:00~15:30	相生町・桜町・榎田・柳町・みどり町
11月29日 金	8:30~11:00	羽黒下・平林・曾原・宿岩・中川原
	17:00~19:00	夜の健診日
12月3日 火	8:30~11:00	清水町・上畑・宮前・大石・八千穂高原
	13:00~15:30	佐口・城山・下畑・中畑・上野・大久保
12月4日 水	8:30~11:00	女性限定の日(託児つき)
	13:00~15:30	天神町・八郡・松井・大門・高根
12月5日 木	8:30~11:00	崎田・穴原・中央・高岩・筆岩
	13:00~15:30	馬越・柳沢・大石川・うそのくち・千ヶ日向

町民ドック

※直接医療機関に申し込んでください。

- *対象/35歳以上(年齢基準日 2025年3月31日現在)
(生年月日がH2.4.1以前に生まれた方)
- *医療機関/千曲病院・八千穂クリニック
佐久総合病院(本院・小海分院)
- *町助成金/10,000円まで
ただし、町の国保加入者で35~39歳の方、もしくは後期高齢者医療保険被保険者の方は18,954円
- *持ち物/・保険証・健康手帳・料金
・40~74歳の方は**特定健診受診券**
(町の国保加入者は不要)

オプション

- 肺らせんCT(千曲病院・佐久総合病院(本院・小海分院))
※対象/40・45・50・55・60歳の方
※町助成金/3,000円まで
- 子宮頸がん検診(佐久総合病院 本院)
※対象/町の子宮頸がん検診を受診しない女性の方
※町助成金/3,000円まで
- 乳がん超音波検査(佐久総合病院(本院・小海分院))
※対象/町の乳房超音波検査またはマンモグラフィ検査を受診しない女性の方
※町助成金/3,000円まで

- ◆必ず予約をしてください。
- ◆健診を受けたら結果報告会に参加しましょう!!

*会場/茂来館

完全予約制

持ち物

- ・保険証・健康手帳・問診票・尿容器
 - ・便潜血検査容器(40歳以上)
 - ・40~74歳の方は**特定健診受診券**
または**特定健診相当額(3,500円)**
 - ・健診料 1,000円(基本額)
- ※ただし、加入保険によって特定健診料の一部負担金が追加になることがあります。

検診を受ける時の注意

- 追加での申込や受診日の変更も可能です。
健康福祉課 健康づくり係 にお問い合わせください。
- 問診票はご自宅でご記入のうえ、ご持参ください。
- 個人ごと受付時間のご案内となります。(時間厳守)
- 健診時間は、1時間30分程度になります。
- 肺レントゲン検診のみの受診も可能です。
- 健診の結果は、1月より結果報告会でお返しします。



施設健診

- *対象/18歳以上
- *医療機関/千曲病院・八千穂クリニック
- *健診料/基本料 2,000円
※特定健診対象者(40~74歳)の方は、特定健診料の一部負担又は特定健診相当額(2,500円)が追加になることがあります。
- *持ち物/・保険証・健康手帳
・40~74歳の方は**特定健診受診券**
(町の国保加入者は不要)
- 胃カメラ検査と一緒に受診することができます。
- 申込者には各医療機関から直接日程等が通知されます。

胃カメラ検診

- *対象/35歳以上で町民ドックを受けない方
- *医療機関/千曲病院・八千穂クリニック
- *検診料/4,000円
- 申込者には各医療機関から直接日程等が通知されます。

マンモグラフィ検診

完全予約制

検診日	*対象者/40~74歳の女性(2年に1回)
6月3日(月)	*検診会場/八千穂福祉センター
6月4日(火)	*受付時間/8時45分~14時15分 通知に記載される受付時間をご確認ください。
6月5日(水)	*持ち物/検診料1,000円 日程通知 健康手帳

- ※注意事項
- 町の乳房超音波検診および佐久穂ドックオプションで超音波を受診する方は、重複できません。
 - 妊娠中、授乳中、断乳後1年未満、出産後1年未満の方は受診できません。
 - 完全予約制のため、日時の希望があれば、事前に健康福祉課へご連絡ください。
希望日の受付期間: 4月1日~4月12日 厳守
 - ※なお、時間ごとに受診可能人数が決まっているため、先着順とさせていただきます。
 - キャンセルをする場合は、必ず、役場の健康福祉課へご連絡ください。
※自覚症状(しこり、乳頭分泌、乳頭びらん等)のある方は、専門医を受診してください。

子宮頸がん検診

完全予約制

検診日	対象地区
6月17日(月)	大日向・かさなり
6月18日(火)	畑ヶ中・館・旭
6月19日(水)	海瀬新田・下海瀬・羽黒下・平林・平林本郷・曾原・東町
6月20日(木)	四ッ谷・柳町・みどり町・相生町
6月21日(金)	榎田・桜町・宿岩・中川原・三本木・久保田・針の木沢
6月24日(月)	川久保・余地・雁明
6月25日(火)	上本郷・大張・中尾・屋敷入・影・上新田
6月26日(水)	大石川・崎田・穴原・中央・高岩・筆岩
6月27日(木)	下畑・大久保・上野・佐口
6月28日(金)	大門・高根・清水町・馬越・柳沢
7月5日(金)	宮前・上畑・中畑・花岡・赤屋
7月8日(月)	千ヶ日向・城山・八郡・松井
7月9日(火)	うそのくち・大石・八千穂高原(別荘)・天神町

献血にご協力をお願いします

- *日程・場所/ 7月26日(金) 午後2時~午後4時
○佐久穂町役場
- 12月16日(月) 午後2時~午後4時
○千曲病院

※日程や場所は都合により変更になる場合があります。
※献血について詳しく知りたい方は「長野県赤十字血液センター」ホームページをご覧ください。



健康相談をご利用ください

- *場所/八千穂福祉センター 相談室
- *曜日/毎月第1・第3水曜日
- *時間/午前9時~12時
- *持ち物/健康手帳(ある方)

- 予約不要
- 腹囲・血圧測定、管理栄養士による食事相談、心の健康相談等も行っていきます。
どなた様でもお気軽にお越しください。

※母子健康手帳の交付、乳幼児の相談はこどもセンターの育児・健康相談をご利用ください。
なお、母子健康手帳の交付は佐久穂町役場においても随時行っています。
事前に保健係までご連絡ください。



乳房超音波検診

完全予約制

検診日	*対象者/18歳以上の女性
7月16日(火)	*検診会場/八千穂福祉センター
7月17日(水)	*受付時間/8時45分~14時15分 通知に記載される受付時間をご確認ください。
7月18日(木)	*持ち物/検診料1,000円(75歳以上無料) 日程通知 健康手帳
7月19日(金)	
7月30日(火)	
7月31日(水)	

※注意事項

- 千曲病院ドックを受診する方は、同じ検査が含まれていますので、申込はご遠慮下さい。
- 佐久総合病院(本院・小海分院)ドックを受診する方は、オプションでの受診をお願いします。なお、町から追加の助成金(3,000円)があります。
- マンモグラフィ検査を受診する方は、重複できません。
- 妊娠中、授乳中の方は受診できません。
- 完全予約制のため、日時の希望があれば、事前に健康福祉課へご連絡ください。
希望日の受付期間: 4月1日~4月12日 厳守
- ※なお、時間ごとに受診可能人数が決まっているため、先着順とさせていただきます。
- キャンセルをする場合は、必ず健康福祉課へご連絡ください。
※自覚症状(しこり、乳頭分泌、乳頭びらん等)のある方は、専門医を受診してください。

*対象者/18歳以上の女性

*検診会場/八千穂福祉センター

*受付時間/13時~13時45分

通知に記載される受付時間をご確認ください。

*持ち物/検診料1,000円(75歳以上無料)
日程通知・健康手帳・バスタオル

※注意事項

- 佐久総合病院ドックを受診する方は、オプションでの受診をお願いします。
なお、町から追加の助成金(3,000円)があります。
- 子宮頸がんワクチンの予防接種を受けた方も検診を受けましょう。
- 完全予約制のため、日時の希望があれば、事前に健康福祉課へご連絡ください。
希望日の受付期間: 4月1日~4月12日 厳守
- キャンセルをする場合は、必ず健康福祉課へご連絡ください。

風しん予防接種の助成

これからパパやママになりえる方は予防接種のご検討を!

- *対象者/20歳以上~50歳未満の方
- *助成額/3,000円を上限(1回限り)
- *方法/償還払い(予防接種を受けた翌月から1年以内に申請)
※病院で支払いをしてから、健康福祉課へ助成の申請をしてください。
- *持ち物/予防接種料の分かる領収書
予防接種の内容が分かる証明書
印鑑、口座情報の分かるもの

- 抗体価検査を希望の方は、県の制度が利用できる場合があります。
詳しくは、佐久保健福祉事務所健康づくり支援課へお問い合わせください。
- 昭和37年4月2日~昭和54年4月1日生まれの男性は、抗体価検査と予防接種の無料クーポン券が町から発行されるので、そちらをご利用ください。

こころの健康づくり ~相談窓口の紹介~

一人で悩まずに、ぜひご相談下さい。

相談内容	相談機関	連絡先	時間・内容・備考
こころの相談	役場 健康福祉課 佐久保健福祉事務所 健康づくり支援課 長野県 精神保健福祉センター	86-2528 63-3164 026-266-0280	月~金(祝日除く) 8:30~17:15
「消えてしまいたい」 などの 自死に関する相談	こころの健康相談 統一ダイヤル	0570-064-556	月~金(祝日除く) 9:30~16:00 18:30~22:30 (最終受付:22時)
こころからだの 健康相談 (災害・コロナ感染症)	役場 健康福祉課 保健係(64歳以下) 包括支援センター(65歳以上)	86-2528 86-1550	月~金 (祝日除く) 8:30~17:15