

令和8年度 健康づくり年間予定表 (2026年度)

高萩市総合福祉センター内
健康づくり課 ☎24-2121
日程や会場を変更する場合は市報等でお知らせします。



妊娠・出産・子育て



妊娠前

特定不妊・不育症治療費助成

特定不妊治療（保険適用）と併用して行われた先進医療費の一部を助成します。
▶対象 治療開始時の妻の年齢が43歳未満
▶助成額 上限10万円/回 ※回数制限あり

不育症治療で行う検査・治療費の一部を助成します。
▶対象 医師に不育症治療が必要と判断された人
▶助成額 上限5万円/年 ※回数制限あり

妊娠期

母子健康手帳(母子手帳)の交付

出産予定日が分かったら、健康づくり課へ妊娠届を提出し、母子手帳を受け取りましょう。
▶対象 医療機関で妊娠判定がされた人
▶持ち物 出産予定日証明書、身分証明書、振込口座が分かるもの、印鑑

妊婦健診(費用助成)

妊婦健診(16回分)費用の一部が助成となる受診券を、母子手帳交付の際にお渡しします。

パパ・ママレッスン **要予約**

赤ちゃんの沐浴体験、妊婦体験、出産に向けた話など
▶対象 パパ・ママになる人 おひとりでの参加も可

妊婦のための支援給付金

妊娠から出産・子育て期までサポートします。
▶給付額 胎児心拍確認後に5万円 出産後に5万円

助産師なんでも相談 **要予約**

妊娠や育児、赤ちゃんのことなどの疑問や悩みなど、お気軽にご相談ください。
▶対象 妊娠中の人、0歳児とその保護者

出産

新生児聴覚検査、乳児・産婦健診(費用助成)

生まれたばかりの赤ちゃんの聴覚検査、産後2週間・1か月の産婦健診、生後1か月の乳児健診(3回分)費用の一部が助成となる受診券を、母子手帳交付の際にお渡しします。

こんにちは赤ちゃん訪問

保健師/助産師が生後4か月までの赤ちゃんのいるすべての家庭を訪問し、子育て情報の提供や相談に応じます。
※出生後手続きの際に日程を調整します。

産後ケア

産後の心身ケア、夜泣きの悩み、授乳がうまくいかない場合など、医療機関や自宅で、サポートが受けられます。(日帰りまたは宿泊、訪問)

すこやか健診

お子さんの発達面やかかわり方などの相談、専門医による診察を行います。

すこやかランド

サーキットやリトミックなどお子さんの成長を促す親子遊びを行います。
▶対象 発達に不安のある未就園児

子育て

すくすくクラス **要予約**

助産師によるクラスで、赤ちゃんに触れ合い、遊びながら交流します。離乳食や歯みがき、生活リズムのお話など、専門職からのお話も聞けます。
▶対象 0歳児とその保護者、妊娠中の人

幼児健康診査日程 (水曜日午後)

1歳6か月児健診	2歳児歯科健診	健診日	3歳児健診	健診日	5歳児健診	健診日
対象児	対象児	健診日	対象児	健診日	対象児	健診日
R6.9~11月生	R6.1~3月生	R8.4/8	R4.11~R5.1月生	R8.6/3	R3.4/2~5/15生	R8.5/20
R6.12~R7.2月生	R6.4~6月生	7/1	R5.2~4月生	9/2	R3.5/16~7/15生	8/19
R7.3~5月生	R6.7~9月生	10/7	R5.5~7月生	12/2	R3.7/16~9/30生	11/18
R7.6~8月生	R6.10~12月生	R9.2/3	R5.8~10月生	R9.3/3	R3.10/1~R4.1/15生	R9.1/20
					R4.1/16~4/1生	3/17

※年度内に健診該当年齢に達するすべての幼児が対象です。
※対象者には、健診日の約1か月前に通知を郵送します。

がん検診

がん検診 無料クーポン券

下記の対象者に、無料でがん検診が受けられるクーポン券を6月頃送付します。
子宮頸がん(子宮頸部):20歳の女性(平成17年4月2日~平成18年4月1日)
乳がん(マンモグラフィ):40歳の女性(昭和60年4月2日~昭和61年4月1日)



検診名	対象年齢 (R9.3.31現在)	内容	医療機関又は実施日	料金	申込方法
子宮頸がん	20歳以上	内診・細胞診 ※医師の指示があった場合のみ子宮頸部検診を実施	県北医療センター 高萩協同病院 北茨城市民病院	2,500円 (頸部のみ) 4,200円 (頸部及び体部)	電話又はインターネット、発行(郵送)された受診券を持参し医療機関で受診。(有効期限内)
乳がん	30歳~39歳(1年に1回) 40歳~59歳(マンモグラフィは2年に1回) 60歳以上(2年に1回)	超音波 超音波又はマンモグラフィ マンモグラフィ	県北医療センター 高萩協同病院 北茨城市民病院 (マンモグラフィのみ)	1,700円	子宮頸がん検診 申込期限:1/29(金) 乳がん検診 申込期限:10/30(金) 有効期限:2/27(土)
子宮頸がん	20歳以上	内診・細胞診 移動検診車 ※子宮頸部のみ検診	5/7(木)、11(月)、14(木)、16(土)	1,400円	4/7(火)~4/21(火) 電話又はインターネット
乳がん	30歳~59歳(1年に1回) 40歳以上	超音波 移動検診車 マンモグラフィ 移動検診車 ※令和7年度中にマンモグラフィ検診を受診された方は受診できません。	12/7(月)、R9.1/14(木) 12/10(木)、15(火) R9.1/15(金)	1,200円	10/13(火)~11/10(火) 電話又はインターネット
胃がん	40歳以上	胃部X線検査(バリウム検査) 移動検診車	5/21(木)、22(金)、6/2(火)、6(土)、8(月)、18(木)、25(木)	1,700円	4/10(金)~5/1(金) 電話又はインターネット
大腸がん	40歳以上	便潜血反応検査 2日分の便を容器に入れ健康づくり課へ提出	【容器配布日】 6/4(木)~6(土) 【配布時間】 平日9:00から17:00まで 6/6(土)のみ: 9:00から12:00まで 【容器回収日】 容器配布の際に提示	600円	初めてのの方は、配布時に問診票を作成します。
胸部CT検査	50歳以上 (2年連続受診し、異常なしの人を除く)	胸部CT撮影 移動検診車	5/18(月)	3,800円	4/10(金)~4/24(金) 電話のみ

※胃がん、大腸がん:令和5~7年度に検診を受診された方には、問診票を送付します。

相談

茨城県 急な病気やケガで、救急車を呼ぶか迷ったら
プッシュ回線の固定電話、携帯電話からは局番なしの
おとな15歳以上 救急相談電話 #7119
子ども15歳未満 救急相談電話 #8000
その他の電話からは 050-5445-2856

相談内容	日時
栄養・歯科相談 ※予約制	離乳食や栄養の相談、歯みがきや歯並び・口腔内の相談 栄養士・歯科衛生士 (水曜日10:30~11:30) 4/8、6/3、7/1、9/2、10/7、12/2、R9.2/3、3/3
こころの相談 ※予約制	心の悩みや病気等 ご本人・家族の相談 精神保健相談員 (金曜日9:30~12:00) 4/24、5/22、6/26、8/21、10/23、12/11、R9.1/22、2/26 精神科医 (水曜日13:00~14:30) 5/13、7/8、9/9、11/11、R9.1/13、3/10

高萩市 健康マイレージ

県健康推進アプリ『元気アップ!りいばらき』でポイントをためながら、楽しく健康を維持しましょう。



各種予防接種

お子さんの予防接種は、生後2か月になる前に予診票綴りをお送りしています。



RSウイルス予防接種(妊婦)

※対象となる方へ予診票をお送りします。

定期接種	令和8年4月1日以降に妊娠28週0日~36週6日になる妊婦
------	-------------------------------

以下の予防接種は、医療機関が定める接種料金から助成額を差し引く方法で助成を行っています。生活保護受給者の予防接種にかかる費用は原則無料です。

インフルエンザ予防接種(希望者)

接種期間:令和8年10月1日~令和9年1月30日

助成対象者(接種時年齢)	助成回数	助成額
定期接種 65歳以上の人(※)	1回/年	1回あたり2,100円
任意接種 6か月以上13歳未満の人	2回/年	
13歳以上19歳未満の人	1回/年	

新型コロナウイルス予防接種(希望者)

接種期間:令和8年10月1日~令和9年3月31日

助成対象者(接種時年齢)	助成回数	助成額
定期接種 65歳以上の人(※)	1回/年	7,500円
任意接種 6か月以上19歳未満の人	1回/年	7,500円
妊婦	1回の妊娠につき1回	全額

※60歳~64歳で、心臓・腎臓・呼吸器などに疾患がある人(障害者手帳1級程度)も含まれます。

接種医療機関	定期接種	市内医療機関(直接医療機関に予約) 茨城県内医療機関(健康づくり課にお問い合わせください)
	任意接種	市内医療機関(直接医療機関に予約)

高齢者肺炎球菌予防接種(希望者)

※今までに一度も接種をしたことが無い人が対象です。

接種期間:令和8年4月1日~令和9年3月31日

助成対象者(接種時年齢)	申し込み方法	助成額
定期接種 65歳(※1)	インターネット・電話・窓口で申請	3,200円
任意接種 66歳以上		

※60歳~64歳で、心臓・腎臓・呼吸器などに疾患がある人(障害者手帳1級程度)も含まれます。

帯状疱疹予防接種(希望者)

令和7年4月1日から帯状疱疹予防接種が定期接種化されました。助成を受けられるのは生涯のうち、定期接種の期間(1年間)のみです。

ワクチンの種類	助成回数	申し込み方法	助成額
定期接種 生ワクチン(ビケン)	1回	インターネット・電話・窓口で申請	4,000円
組換えワクチン(シングリックス)	2回		1回あたり10,000円

<帯状疱疹予防接種 定期接種対象者>

年齢	生年月日	年齢	生年月日
65歳	昭和36年4月2日生~昭和37年4月1日生	85歳	昭和16年4月2日生~昭和17年4月1日生
70歳	昭和31年4月2日生~昭和32年4月1日生	90歳	昭和11年4月2日生~昭和12年4月1日生
75歳	昭和26年4月2日生~昭和27年4月1日生	95歳	昭和6年4月2日生~昭和7年4月1日生
80歳	昭和21年4月2日生~昭和22年4月1日生	100歳	大正15年4月2日生~昭和2年4月1日生
60歳~64歳でヒト免疫不全ウイルスによる障害がある人			

健康診査(集団)

会場:総合福祉センター



健康診査(集団)は、予約制です。受診を希望される方は、必ずお申し込みください。

40歳以上で国民健康保険に加入されている方	受診歴に関わらず案内通知を送付します。予約方法をご確認の上、お申し込みください。※人間ドックの補助を受ける方はお申し込みできません。
後期高齢者医療保険に加入されている方	5月頃、前年度受診者に案内通知を送付します。初めて受診される方は健康づくり課にお問い合わせください。
19歳~39歳の方(料金:1,000円)	市の集団健診を利用できるか、ご加入の保険者にお問い合わせください。65歳以上の方には案内通知を送付します。(胸部レントゲンのみ受診できます)
社会保険に加入されている方	

当日、健診会場でお申し込みできる検診

検診内容	対象年齢(R9.3.31現在)	料金
肺がん	胸部レントゲン	40歳以上 400円(65歳以上は無料)
	喀痰	50歳以上で喫煙指数600以上 1,300円
肝炎ウイルス	40歳以上	700円
前立腺がん	50歳以上の男性	2,400円
詳細項目 (※貧血・心電図・眼底・尿酸・腎機能検査の5点セット:単独受診不可)	19歳以上	2,410円 (40歳~国保・後期は無料)

【健診日程等】"○"の日程は、男女共通の健診日です。

月	日	曜日	午前	午後	受付時間・定員	申込期限	
7月	6	月	○	○	<午前> ①9:00~9:30 ②10:00~10:30 ③11:00~11:30	5/26~5/29 (火)(金) 9:00~12:00 13:00~16:00 0293-44-3301	
	7	火	○	○			
	8	水	○	○			
	9	木	○	○	<午後> ④13:00~13:30 ⑤14:00~14:30 ⑥15:00~15:30		
	21	火	女性のみ	女性のみ			
	22	水	女性のみ	女性のみ			
	8月	23	木	女性のみ	○		<定員> ①②④⑤ 各35名 ③⑥ 各30名
		24	金	男性のみ	○		
		2	日	○	○		
3		月	女性のみ	女性のみ			
26		水	女性のみ	○			
27		木	女性のみ	○			
12月	28	金	○	○			
	11	金	○	○			
	14	月	○	○			

胃がんセット健診 会場:総合福祉センター 申込:5/26(火)~健診日程の1週間前まで

月	日	曜日
8月	20	木
	21	金
	22	土

バリウム(胃がん)と健康診査の両方を受けることができます。
※バリウム検査をしない方は、予約できません
【対象者】国民健康保険・後期高齢者医療保険加入者
【受付】①8:00~8:30 ②9:00~9:30 ③10:00~10:30
【料金】1,700円 肺がん検査(胸部レントゲン)受診の40歳~64歳の方:別途400円
大腸がん(便潜血反応検査)検診の方:別途容器代600円(検査料含)

【申込先】



コールセンター受付:5/26(火)~29(金) 9:00~12:00、13:00~16:00

健診予約コールセンター 0293-44-3301

※6/1以降は、健康づくり課(0293-24-2121)にお申し込みください。

街頭献血(全血献血)

会場	実施日
高萩市役所	5/21(木)10:00~16:00、9/15(火)13:00~16:00、1/12(火)13:00~16:00
ベイシア高萩モール店	12/17(木)13:30~16:00

※日時は変更になる場合があります。詳しくは「茨城県赤十字血液センター」のHPをご覧ください。