

令和3年度 (2021年4月～2022年3月)

保存版



健診(検診)カレンダー

目次

こどもの健康	P 3 ~ 8
こどもの予防接種	P 9 ~ 11
高齢者の予防接種	P 12
おとなの健康	P 13 ~ 19
指定歯科医療機関一覧	P 20
こころの健康	P 21
献血	P 22
指定医療機関ガイド	P 23 ~ 24
健康推進アプリ(BIWA-TEKU)・健康推進員	...	P 25

新型コロナウイルス感染症対策に
気をつけて健診を受けましょう



- ・手指消毒
- ・手洗い
- ・会話の距離に気をつけて

お問い合わせ先

甲賀市すこやか支援課

〒528-8502 甲賀市水口町水口6053番地(甲賀市役所)
TEL0748-69-2167(代) FAX0748-63-4085(代)

母子保健係 TEL0748-69-2169 健康増進係 TEL0748-69-2168
(乳幼児健診・予防接種等) (おとなの検診等)

ホームページアドレス <https://www.city.koka.lg.jp/>

外国語版でポルトガル語もあります。
Temos o calendário de exames em outros idiomas (português).

各ページの切り取り線に沿って切り取ると、知りたいページをインデックスで開くことができます。

広告

指定医療機関
ガイド

献血

歯周疾患検診

特定健診

医療機関
がん検診

がん検診一覧

高齢者の
肺炎球菌感染症

こどもの健康
(予防接種)

こどもの健康
(せきやかぜ・リトルマザロ)

こどもの健康
(乳幼児健診)

特定不妊治療・
あかちゃん訪問
ベビーママ教室

目次
費用免除について

令和3年度

軽症か重症か...

休日・夜間の受診判断に迷ったら

小児救急電話相談

☎ #8000 または ☎ 077-524-7856

平日・土曜日: 16時~翌朝8時

日曜・祝日・年末年始: 9時~翌朝8時

今、診てくれるお医者さんを探すなら...

医療ネット滋賀

<https://www.shiga.iryo-navi.jp/>

または ☎ 62-3799(自動音声)



医療のかかり方

不意な病気やケガ...いざというときに相談できると安心です
日常的な診療や健康相談ができる「かかりつけ医」をもちましょう



発症

重い症状・緊急

意識なし・呼吸困難・激痛・出血過多など

すぐに救急車 ☎ 119

軽い症状

受診が必要

1次救急

比較的軽症の患者が対象
「かかりつけ医」または
近くの診療所

公立甲賀病院

検査・入院が必要

2次救急

入院治療が必要な重症患者が対象

救急病院

公立甲賀病院
甲南病院
信楽中央病院 など

症状が軽く緊急性が低いにも関わらず救急病院を受診したり、救急車を呼ぶと、緊急性の高い患者さんの治療や搬送に支障をきたすことが心配されています。かけがえのない命を守るために、医療機関・救急車の適正利用をお願いします。

台風等で暴風警報が出た時は健診等は中止または延期になります。その他の警報が出た時は、延期または中止することがあります。甲賀市のホームページや電話でご確認ください。

こどもの健康

妊娠

出産

出生届時に、「すこやかセット」をお渡し
します。(乳幼児健康診査質問票・予防
接種予診票、予防接種と子どもの健康)

1歳

2歳

3歳

就学前(5歳児)

P4

一般不妊治療費助成制度
特架妊治療費・男性不妊治療費助成制度
不育症治療費助成制度
大人の風しん予防接種費助成制度

P3

母子健康手帳交付
妊婦健康診査
プレパパママ教室
マタニティ歯科健診

P4

ベビーママ教室
あかちゃん訪問
新生児聴覚検査助成制度

P5

4か月児健診

P7

離乳食教室

P7

ママ健診

P5

10か月児健診

P6

1歳8か月児健診

P6

2歳6か月児健診

P6

3歳6か月児健診

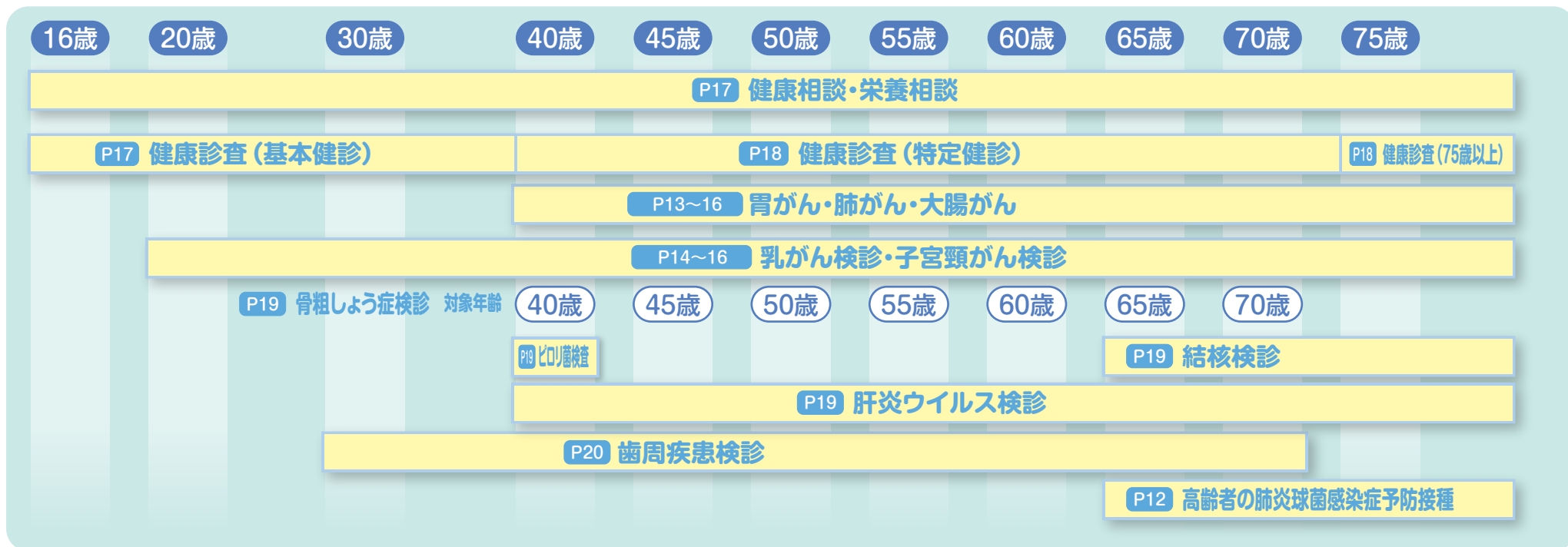
P8 すこやか相談・リトルママサロン

P9~11 予防接種

P23~24

各種検診・予防接種 指定医療機関ガイド

おとなの健康



費用免除申請について

健診（検診）受診料・予防接種料（高齢者インフルエンザ・高齢者の肺炎球菌感染症）が事前申請により免除になります。

※特定健診・健康診査・結核検診、および70歳以上（昭和27年4月1日以前生）は受診料が無料のため申請は不要です。

※健診（検診）受診後・接種後の申請はできません。

対象者 生活保護世帯、市民税非課税世帯、市民税免除世帯

申請方法 免除可否決定の審査が必要になりますので、事前にすこやか支援課または各保健センター（裏表紙参照）まで、申請書を提出してください。申請書は市のホームページからダウンロードすることもできます。

来所が難しい場合は申請書を郵送しますので、ご連絡ください。

■健診（検診）受診日の1か月前までに提出してください。→健康増進係（電話69-2168）

■高齢者インフルエンザは10～11月末までに提出してください。

高齢者の肺炎球菌感染症は個別通知を参照してください。→母子保健係（電話69-2169）

こどもの健康

妊娠がわかったら…

母子健康手帳の交付

母子健康手帳は、妊婦健康診査やお子さんの健診、予防接種などの記録をする大切な手帳です。妊娠されたら、出産予定日を確認のうえ、各保健センターまでお越しください。

交付時間 9:00~17:00

持ち物 妊娠届出書又はエコー写真、個人番号カード



交付日

	水口 保健センター	土山 保健センター	甲賀 保健センター	甲南 保健センター	信楽 保健センター
曜日	火曜日 金曜日	要予約 ☎66-1105	金曜日	水曜日	火曜日

妊婦健康診査

母子健康手帳交付時に、妊婦健康診査受診券を綴った別冊をお渡しします。妊婦健康診査受診時に受診券を医療機関に提出してください。費用の一部を公費負担します。県外の医療機関を受診される方は事前申請が必要です。

**甲賀市外へ
転出される方**

甲賀市発行の妊婦健康診査受診券は使用できません。妊婦健康診査の助成制度について、転出先の市区町村にお問い合わせください。

**他市区町村から
転入された方**

甲賀市発行の妊婦健康診査受診券と交換が必要です。すこやか支援課または各保健センターにお問い合わせください。

プレパパママ教室

予約が必要です

妊娠中や出産後の体調管理のことなどについて学びませんか。交流会も行います。ご夫婦での参加もお待ちしています。1コース2回の受講になっています。

- 内 容**
- 1回目 妊娠中の体の変化と食生活
ご家族の妊婦体験、交流会
 - 2回目 出産にむけての心とからだの準備
交流会、沐浴体験など

対 象 妊娠5~7か月の妊婦さんとご家族

時 間 10:00~12:00 (受付時間9:45~10:00)

持 ち 物 母子健康手帳と別冊 **定 員** 各回10組程度

会 場 水口保健センター **スタッフ** 保健師・栄養士・助産師

予約方法 1日前までにQRコードより予約または、すこやか支援課(69-2169)に電話予約をしてください。

定員になりましたら予約受付は終了とします。

予約用QRコード



	4・5月 コース	6・7月 コース	8・9月 コース	10・11月 コース	12・1月 コース	2・3月 コース
1回目	4月28日(水)	6月26日(土)	8月27日(金)	10月 2日(土)	12月10日(金)	2月19日(土)
2回目	5月14日(金)	7月17日(土)	9月10日(金)	11月13日(土)	1月14日(金)	3月12日(土)

マタニティ歯科健診

健診内容 歯・歯肉の診察、歯の健康のためのアドバイス

対 象 妊婦さん

実施費用 無料 **実施回数** 妊娠中に1回

実施医療機関・受診方法・持ち物については、母子健康手帳交付時にご案内します。

あかちゃんを望まれる方は… 特定不妊治療費・男性不妊治療費助成制度

不妊治療の経済的負担を軽減するために、医療保険が適用されない特定不妊治療《体外受精及び顕微授精等》に要する費用の一部を助成します。

この制度は、「滋賀県不妊に悩む方への特定治療支援事業の承認を受けている方」に限ります。

一般不妊治療費助成制度

不妊治療の経済的負担を軽減するために、医療保険が適用されない一般不妊治療《体外受精及び顕微授精等以外》に要する費用の一部を助成します。

不育症治療費助成制度

不育症治療の経済的負担を軽減するために、医療保険が適用されない不育症治療等に要する費用の一部を助成します。



大人の風しん予防接種費助成制度

滋賀県が実施する風しん抗体検査を受けた方で、条件に該当する方に風しん予防接種費用の一部を助成します。

あかちゃんが生まれたら… 新生児聴覚検査助成制度



聴覚障がいを早期に発見して、できるだけ早い段階で適切な療育が受けられるようにするために、生後2日程度の時期に聴覚検査を産科の医療機関で行います。

検査費用の一部助成のための受診券を母子健康手帳交付時にお渡しする別冊に綴じています。

あかちゃん訪問

母子健康手帳別冊の裏表紙「新生児訪問依頼書・低出生体重児出生届」を記入のうえ、出生届出時に提出してください。

直接、すこやか支援課に送付いただいても結構です。

保健師または助産師が訪問し、あかちゃんの体重測定や授乳指導、産婦さんの心身の健康相談に応じます。

ベビーママ教室

予約が必要です

お子さんとの遊び方や発達、危険防止、予防接種、お母さんの健康管理のことについてお話をします。

また、保護者同士の交流会も行います。

対象 生後2～3か月のお子さんと保護者

時間 10：00～11：30（受付時間9：45～10：00）

持ち物 母子健康手帳、健診（検診）カレンダー
バスタオル

出生届時にお渡しした「すこやかセット」

スタッフ 保健師

予約方法 1週間前までにQRコードより予約してください。

または、各会場の保健センターに電話予約をしてください。

予約用QRコード



実施日	会場 (保健センター)	対象児の めやす	実施日	会場 (保健センター)	対象児の めやす
4月	15日(木) 水口保健センター	令和3年 2月生	10月	14日(木) 水口保健センター	令和3年 8月生
	20日(火) 信楽保健センター			19日(火) 信楽保健センター	
	21日(水) 甲賀保健センター			20日(水) 甲賀保健センター	
5月	18日(火) 信楽保健センター	令和3年 3月生	11月	11日(木) 水口保健センター	令和3年 9月生
	19日(水) 甲賀保健センター			16日(火) 信楽保健センター	
	20日(木) 水口保健センター			17日(水) 甲賀保健センター	
6月	15日(火) 信楽保健センター	令和3年 4月生	12月	14日(火) 信楽保健センター	令和3年 10月生
	16日(水) 甲賀保健センター			15日(水) 甲賀保健センター	
	17日(木) 水口保健センター			16日(木) 水口保健センター	
7月	15日(木) 水口保健センター	令和3年 5月生	1月	13日(木) 水口保健センター	令和3年 11月生
	20日(火) 信楽保健センター			18日(火) 信楽保健センター	
	21日(水) 甲賀保健センター			19日(水) 甲賀保健センター	
8月	18日(水) 甲賀保健センター	令和3年 6月生	2月	10日(木) 水口保健センター	令和3年 12月生
	19日(木) 水口保健センター			15日(火) 信楽保健センター	
	24日(火) 信楽保健センター			16日(水) 甲賀保健センター	
9月	15日(水) 甲賀保健センター	令和3年 7月生	3月	8日(火) 信楽保健センター	令和4年 1月生
	16日(木) 水口保健センター			16日(水) 甲賀保健センター	
	21日(火) 信楽保健センター			17日(木) 水口保健センター	

令和3年度

乳幼児健康診査

実施健康診査

4か月児健診・10か月児健診・1歳8か月児健診・
2歳6か月児健診・3歳6か月児健診

注意事項

予約用QRコード



- 予約が必要です。3日前までに右のQRコードより予約してください。またはすこやか支援課(69-2169)に電話予約をしてください。
- 水口保健センターは、駐車場が混雑しますのでご了承ください。
- 健診会場での食事はお控えください。
- 土山・信楽地区の方で、健診会場までお越しにならない場合はすこやか支援課へご相談ください。

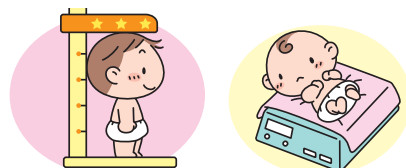
〈2歳6か月児相談 受診者へお願い〉

耳の聞こえの確認をします。質問票に綴じている説明を読み、事前に「ささやき声検査」をお家で実施したうえでお越しください。

〈3歳6か月児健診 受診者へお願い〉

視力検査と尿検査があります。視力検査は質問票に綴じている説明を読み、お越しください。

尿検査は会場で採尿が難しい場合、清潔な容器に当日の尿を採ってお持ちいただいても結構です。容器はお持ち帰りください。



4か月児健診

- 内容** 内科健診・身体計測・保健相談・栄養相談
- 受付時間** 12：45～13：30
- 持ち物** 母子健康手帳・質問票・バスタオル・おむつ・着替え・必要な方はミルク

会場	水口保健センター	甲賀保健センター	甲南保健センター	信楽保健センター	対象児
対象地区	水口・信楽	土山・甲賀 甲南	土山・甲賀 甲南	信楽	
4月	8日(木)	13日(火)			令和2年 12月生
	22日(木)				
5月	13日(木)		20日(木)		令和3年 1月生
	27日(木)				
6月	10日(木)	3日(木)		29日(火)	令和3年 2月生
	24日(木)				
7月	15日(木)		20日(火)		令和3年 3月生
	29日(木)				
8月	3日(火)	24日(火)			令和3年 4月生
	26日(木)				
9月	9日(木)		14日(火)	28日(火)	令和3年 5月生
	27日(月)				
10月	14日(木)	18日(月)			令和3年 6月生
	28日(木)				
11月	11日(木)		15日(月)		令和3年 7月生
	25日(木)				
12月	9日(木)	16日(木)		21日(火)	令和3年 8月生
	23日(木)				
1月	13日(木)		18日(火)		令和3年 9月生
	27日(木)				
2月	10日(木)	15日(火)			令和3年 10月生
	24日(木)				
3月	10日(木)		14日(月)	22日(火)	令和3年 11月生
	24日(木)				

10か月児健診

- 内容** 内科健診・身体計測・保健相談・
栄養相談・歯科相談
- 受付時間** 12：45～13：30
- 持ち物** 母子健康手帳・質問票・バスタオル・おむつ・着替え・必要な方はミルク

会場	水口保健センター	甲賀保健センター	甲南保健センター	信楽保健センター	対象児
対象地区	水口・信楽	土山・甲賀 甲南	土山・甲賀 甲南	信楽	
4月	8日(木)	13日(火)			令和2年 5月生
	22日(木)				
5月	13日(木)		20日(木)		令和2年 6月生
	27日(木)				
6月	10日(木)	3日(木)		29日(火)	令和2年 7月生
	24日(木)				
7月	15日(木)		20日(火)		令和2年 8月生
	29日(木)				
8月	3日(火)	24日(火)			令和2年 9月生
	26日(木)				
9月	9日(木)		14日(火)	28日(火)	令和2年 10月生
	27日(月)				
10月	14日(木)	18日(月)			令和2年 11月生
	28日(木)				
11月	11日(木)		15日(月)		令和2年 12月生
	25日(木)				
12月	9日(木)	16日(木)		21日(火)	令和3年 1月生
	23日(木)				
1月	13日(木)		18日(火)		令和3年 2月生
	27日(木)				
2月	10日(木)	15日(火)			令和3年 3月生
	24日(木)				
3月	10日(木)		14日(月)	22日(火)	令和3年 4月生
	24日(木)				

1歳8か月児健診

内容 内科健診・歯科健診・身体計測・保健相談・栄養相談・歯科相談

受付時間 12:45~13:30

持ち物 母子健康手帳・質問票・おむつ

会場	水口保健センター	甲賀保健センター	甲南保健センター	対象児
対象地区	水口・信楽	土山・甲賀 甲南	土山・甲賀 甲南・信楽	
4月	5日(月)	19日(月)		令和元年 8月生
	12日(月)			
	26日(月)	20日(火)		
5月	10日(月)		19日(水)	令和元年 9月生
	24日(月)			
	31日(月)			
6月	8日(火)	16日(水)		令和元年 10月生
	14日(月)	17日(木)		
	22日(火)			
7月	5日(月)		14日(水)	令和元年 11月生
	6日(火)		16日(金)	
	12日(月)			
8月	5日(木)	17日(火)		令和元年 12月生
	23日(月)	20日(金)		
	31日(火)			
9月	2日(木)		16日(木)	令和2年 1月生
	6日(月)		21日(火)	
	13日(月)			
10月	4日(月)	19日(火)		令和2年 2月生
	5日(火)	20日(水)		
	26日(火)			
11月	8日(月)		16日(火)	令和2年 3月生
	9日(火)		18日(木)	
	30日(火)			
12月	6日(月)	13日(月)		令和2年 4月生
	7日(火)	17日(金)		
	20日(月)			
1月	6日(木)		20日(木)	令和2年 5月生
	24日(月)		21日(金)	
	25日(火)			
2月	7日(月)	17日(木)		令和2年 6月生
	8日(火)	18日(金)		
	21日(月)			
3月	3日(木)		15日(火)	令和2年 7月生
	7日(月)		17日(木)	
	8日(火)			

2歳6か月児健診

内容 歯科健診・身体計測・保健相談・栄養相談・歯科相談

ささやき声検査(必要な方のみ)

受付時間 12:45~13:30

持ち物 母子健康手帳・質問票・耳に関するアンケート

会場	水口保健センター	甲賀保健センター	甲南保健センター	対象児
対象地区	水口・信楽	土山・甲賀 甲南	土山・甲賀 甲南・信楽	
4月	7日(水)	16日(金)		平成30年 9月生
5月	25日(火)		18日(火)	平成30年 10月生
6月	7日(月)	1日(火)		平成30年 11月生
7月	8日(木)		26日(月)	平成30年 12月生
8月	30日(月)	18日(水)		平成31年 1月生
9月	1日(水)		17日(金)	平成31年 2月生
10月	6日(水)	21日(木)		平成31年 3月生
11月	5日(金)		17日(水)	平成31年 4月生
12月	1日(水)	15日(水)		令和元年 5月生
1月	5日(水)		19日(水)	令和元年 6月生
2月	3日(木)	16日(水)		令和元年 7月生
3月	4日(金)		16日(水)	令和元年 8月生

※内科健診はありませんが、お子さんの発達段階で大切な時期です。必ず受診しましょう。

3歳6か月児健診

内容 内科健診・歯科健診・身体計測・保健相談・栄養相談・歯科相談・視力検査・尿検査

受付時間 12:45~13:30

持ち物 母子健康手帳・質問票

会場	水口保健センター	甲賀保健センター	甲南保健センター	対象児
対象地区	水口・信楽	土山・甲賀 甲南	土山・甲賀 甲南・信楽	
4月	5日(月)	19日(月)		平成29年 9月生
	12日(月)			
	26日(月)	20日(火)		
5月	10日(月)		19日(水)	平成29年 10月生
	24日(月)			
	31日(月)			
6月	8日(火)	16日(水)		平成29年 11月生
	14日(月)	17日(木)		
	22日(火)			
7月	5日(月)		14日(水)	平成29年 12月生
	6日(火)		16日(金)	
	12日(月)			
8月	5日(木)	17日(火)		平成30年 1月生
	23日(月)	20日(金)		
	31日(火)			
9月	2日(木)		16日(木)	平成30年 2月生
	6日(月)		21日(火)	
	13日(月)			
10月	4日(月)	19日(火)		平成30年 3月生
	5日(火)	20日(水)		
	26日(火)			
11月	8日(月)		16日(火)	平成30年 4月生
	9日(火)		18日(木)	
	30日(火)			
12月	6日(月)	13日(月)		平成30年 5月生
	7日(火)	17日(金)		
	20日(月)			
1月	6日(木)		20日(木)	平成30年 6月生
	24日(月)		21日(金)	
	25日(火)			
2月	7日(月)	17日(木)		平成30年 7月生
	8日(火)	18日(金)		
	21日(月)			
3月	3日(木)		15日(火)	平成30年 8月生
	7日(月)		17日(木)	
	8日(火)			

令和3年度

離乳食教室

あかちゃんのお口の育ちと離乳食の進め方のお話をします。
簡単な調理を実演しながら説明します。

予約用QRコード



- 対象** 生後5~7か月のお子さんを持つ保護者
- 時間** 10:00~12:00 (受付時間9:50~10:00)
- 持ち物** 4か月児健診時にお渡しした資料、筆記用具
- スタッフ** 栄養士、歯科衛生士 **定員** 各会場 10名
- 予約方法** 1日前までにQRコードより予約してください。または、すこやか支援課(69-2169)まで電話予約をしてください。定員になりましたら予約受付は終了とします。

実施日	会場	実施日	会場
4月15日(木)	甲賀保健センター	10月14日(木)	甲賀保健センター
5月14日(金)	水口保健センター	11月12日(金)	水口保健センター
6月 9日(水)	水口保健センター	12月15日(水)	水口保健センター
7月15日(木)	甲賀保健センター	1月14日(金)	甲賀保健センター
8月20日(金)	水口保健センター	2月18日(金)	水口保健センター
9月10日(金)	水口保健センター	3月15日(火)	水口保健センター

ママ健診

☎電話で予約が必要です

- 対象者の目安** 産後1年以内のママ
- 内容** 身体測定(身長・体重・腹囲)・医師診察・尿検査・血圧測定・血液検査(脂質・肝機能・腎機能・貧血・血糖)
- 受付時間** 9:30~10:45
- 持ち物** 受診料(1,000円)、健康手帳(お持ちの方)
- 予約方法** 7日前までにすこやか支援課(電話69-2168)へ予約してください。
- 託児について** 託児の対象は、生後6か月~12か月児です。希望される方は7日前までにすこやか支援課(電話69-2168)へ予約してください。託児人数に限りがあるため、予約多数の場合ご希望にそえないことがあります。

★基本健診と同日に実施します。ママ健診と基本健診は同内容です。

実施日	会場	対象者のめやす
5月18日(火)	まる一む	令和2年8月~11月に出産のママ
10月 7日(木)	まる一む	令和2年12月~令和3年4月に出産のママ
1月19日(水)	まる一む	令和3年4月~7月に出産のママ

【上記の日程でご都合の悪い場合】
16歳~39歳の方は、基本健診を受診することができます。基本健診の日程については、P17をご覧ください。



すこやか相談

予約が必要です

お子さんの成長や育児、食生活のことなど保健師と栄養士が相談に応じます。

予約用QRコード



内容 保健相談、栄養相談、妊婦相談など

時間 9:30~11:00

スタッフ 保健師・栄養士

予約方法 1週間前までにQRコードより予約してください。

または、各会場の保健センターに電話予約をしてください。

・定員がありますので、ご希望の日時に予約できない場合があります。

	水口保健センター	土山保健センター	甲賀保健センター	甲南保健センター	信楽保健センター
4月	21日(水)	8日(木)	28日(水)	13日(火)	20日(火)
5月	26日(水)	12日(水)	26日(水)	11日(火)	18日(火)
6月	23日(水)	2日(水)	23日(水)	8日(火)	15日(火)
7月	28日(水)	7日(水)	28日(水)	13日(火)	20日(火)
8月	25日(水)	4日(水)	25日(水)	10日(火)	24日(火)
9月	29日(水)	1日(水)	22日(水)	14日(火)	21日(火)
10月	20日(水)	6日(水)	27日(水)	12日(火)	19日(火)
11月	17日(水)	10日(水)	24日(水)	9日(火)	16日(火)
12月	22日(水)	1日(水)	22日(水)	14日(火)	14日(火)
1月	19日(水)	12日(水)	26日(水)	11日(火)	18日(火)
2月	16日(水)	2日(水)	24日(木)	8日(火)	15日(火)
3月	23日(水)	2日(水)	23日(水)	8日(火)	8日(火)

リトルママサロン

予約が必要です

保護者同士が交流しながら、子育ての悩みなどを話せる場として、保健センター、ここも〜りを開放しています。ご自由にお越しください。体重測定ができます。

予約用QRコード



対象 未就園児とその保護者

時間 9:30~11:00

スタッフ 保健師・看護師

予約方法 1週間前までにQRコードより予約してください。

または、各会場の保健センターに電話予約をしてください。

※土山保健センターをご希望の方は、土山子育て支援センター（66-0375）まで電話にてご予約下さい。

	水口保健センター	土山保健センター	甲賀保健センター	甲南保健センター	信楽保健センター
4月	22日(木)	8日(木)	28日(水)	26日(月)	20日(火)
5月	27日(木)	12日(水)	26日(水)	24日(月)	18日(火)
6月	24日(木)	2日(水)	23日(水)	28日(月)	15日(火)
7月	29日(木)	7日(水)	28日(水)	26日(月)	20日(火)
8月	26日(木)	4日(水)	25日(水)	30日(月)	24日(火)
9月	30日(木)	1日(水)	22日(水)	27日(月)	21日(火)
10月	21日(木)	6日(水)	27日(水)	25日(月)	19日(火)
11月	18日(木)	10日(水)	24日(水)	29日(月)	16日(火)
12月	23日(木)	1日(水)	22日(水)	20日(月)	14日(火)
1月	20日(木)	12日(水)	26日(水)	31日(月)	18日(火)
2月	17日(木)	2日(水)	24日(木)	28日(月)	15日(火)
3月	24日(木)	2日(水)	23日(水)	14日(月)	8日(火)

予 防 接 種

予防接種を受ける前に...

甲賀市に住民登録がある方を対象に、予防接種を実施しています。
 予防接種を受けようとする方（保護者）は、予防接種の説明書または「予防接種と子どもの健康」を必ず読んでください。
 注意事項や副反応を理解した上で、体調のよいときに受けましょう。

当日の持ち物

予防接種予約票、母子健康手帳（持参しない場合は受けられません）
 健康保険証等（本人確認できるもの）

保護者以外の方が予防接種に付き添う場合

同居する祖父母等であっても、保護者以外の方が予防接種に付き添う場合は、甲賀市の予防接種委任状が必要です。
 事前に用意いただき、接種当日に予約票に添えて、医療機関へ提出してください。
 提出がない場合は、接種できません。

★委任状が必要な方は

すこやか支援課または、各保健センターにお越しいただくか、すこやか支援課へご連絡ください。
 甲賀市ホームページからダウンロードすることもできます。

医療機関での接種方法

指定医療機関ガイド（P23～24）で、予約方法及び実施する予防接種をご確認ください。

《市へ予約する医療機関の場合》

予防接種予約専用ダイヤル **0748-69-2170***

予約日 毎月10～25日（土・日・祝日・夏季集中休暇は除く）

受付時間 9：00～17：00（時間外の予約は受付しません）

※受付翌月からの予約が可能です。
 （P23～24の「市へ予約」と記載のある指定医療機関のみの対応になります）

滋賀県内の他市町のかかりつけ医療機関での接種を希望される場合

滋賀県予防接種広域化事業協力医療機関であれば接種が可能です。
 手続きが必要ですので、10日前までにすこやか支援課へご連絡ください。

予防接種の種類

予防接種には、予防接種法に基づき市区町村が実施する定期接種（対象者は受けるように努力する）と、対象者の希望により行う任意接種があります。

子どもの定期接種

不活化ワクチン	Hib（ヒブ）感染症、小児の肺炎球菌感染症、4種混合（ジフテリア・百日せき・破傷風・ポリオ）、ポリオ、B型肝炎、日本脳炎、ヒトパピローマウイルス感染症（子宮頸がん予防）
生ワクチン	BCG、麻しん風しん（MR）、麻しん、風しん、水痘（水ぼうそう）、ロタウイルス

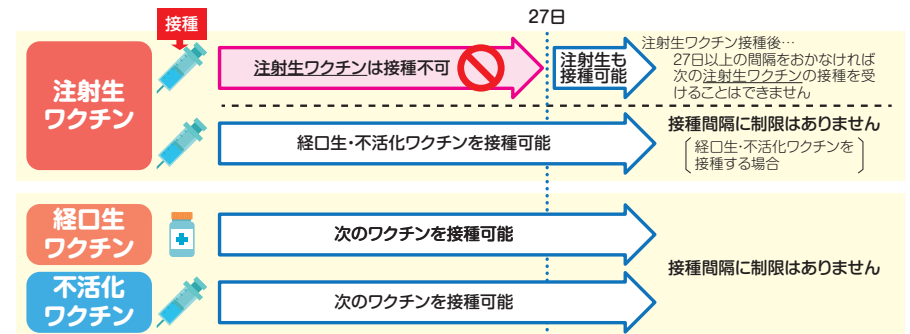
●接種時期や接種間隔はP10定期の予防接種をご確認ください。

子どもの主な任意接種

生ワクチン	おたふくかぜ	1歳以上から5歳までに1回～2回
-------	--------	------------------

●接種については、直接、医療機関へお問い合わせください。

ワクチンの種類による予防接種の間隔



ただし同じワクチンを続けて接種する場合は、それぞれに接種する間隔が異なります。

・医師の判断に基づき、違う種類のワクチンを同時に接種することも可能です。
 医療機関へご確認ください。

定期の予防接種 指定医療機関（P23～24）で接種してください。

・予診票がない場合は、すこやか支援課へご連絡ください。

種類		接種対象年齢	接種回数・望ましい接種間隔	予診票	注意事項等		
不活化ワクチン	Hib（ヒブ）感染症	2か月～5歳の1日前	初回：1歳までに4週～8週の間隔で3回 追加：初回3回目終了後、7～13か月の間に1回	出生届時に「すこやかセット」で配布	※初回接種が7か月をこえる場合は、すこやか支援課までご連絡ください。		
	小児の肺炎球菌感染症	2か月～5歳の1日前	初回：1歳までに4週～8週の間隔で2回 追加：初回2回目終了後、7～13か月の間に1回				
	B型肝炎	2か月～1歳の1日前	3回（標準は2か月以降に1回目、27日以上あけて2回目、1回目から139日以上あけて3回目）				
生ワクチン	BCG（結核）	5～12か月の1日前	1回（標準5～7か月）	出生届時に「すこやかセット」で配布			
	ロタウイルス感染症	ロタリックス：出生6週0日～24週0日まで ロタテック：出生6週0日～32週0日まで	ロタリックス：27日以上の間隔で2回 ロタテック：27日以上の間隔で3回				
不活化ワクチン	急性灰白髄炎（ポリオ）	不活化ポリオ（単独）	初回：3か月～7歳6か月の1日前 追加：1期初回終了後6か月～7歳6か月の1日前	初回：20日以上の間隔で3回 追加：初回終了1年後に1回	出生届時に「すこやかセット」で配布	・ポリオ生ワクチンを2回接種した方は接種対象外です。ポリオ生ワクチンを1回接種した方は3回接種が必要です。任意接種で不活化ワクチンを接種した方は合計4回から接種した回数を引いて接種してください。	
		4種混合（ジフテリア・百日せき・破傷風・ポリオ）	1期初回：3か月～7歳6か月の1日前 1期追加：1期初回終了後6か月～7歳6か月の1日前	1期初回：20日以上の間隔で3回 追加：初回3回目終了1年後に1回			
	ジフテリア百日せき破傷風	3種混合（ジフテリア・百日せき・破傷風）	1期初回：3か月～7歳6か月の1日前 1期追加：1期初回終了後6か月～7歳6か月の1日前	1期初回：20日以上の間隔で3回 追加：初回3回目終了1年後に1回		接種を希望される方は、すこやか支援課までご連絡ください。	ポリオ生ワクチン、不活化ポリオを接種した方で3種混合が接種できていない児が対象です。
		2種混合（ジフテリア・破傷風）	2期：11歳～13歳の2日前	2期：1回		小学6年生に配布予定	できるだけ小学6年生の夏休みが終わるまでに接種してください。
生ワクチン	麻しん風しん（MR）	1期：1歳～2歳の1日前	1期：1回	出生届時に「すこやかセット」で配布	1歳を過ぎたらできるだけ早く接種してください。		
		2期：小学校就学前の1年間	2期：1回		平成27年4月2日～平成28年4月1日生に配布予定	できるだけ8月頃までに接種してください。	
	水痘（水ぼうそう）	1歳～3歳の1日前	6か月以上の間隔を置いて2回	出生届時に「すこやかセット」で配布	1歳を過ぎたらできるだけ早く接種してください。		
不活化ワクチン	日本脳炎	1期初回：3歳～7歳6か月の1日前 1期追加：1期初回終了後6か月～7歳6か月の1日前 2期：9歳～13歳の2日前（標準小学4年生）	1期初回：6日～28日の間隔で2回 1期追加：1期初回2回目終了1年後に1回 2期：1回	出生届時に「すこやかセット」で配布	令和3年度に小学4・5年生に配布予定		
		特例措置①	平成13年4月3日～平成19年4月1日生の方で20歳になる2日前までは、特例措置により接種可能		1期初回：6日～28日の間隔で2回 1期追加：1期初回2回目終了1年後に1回 2期：9歳以上で1回 ・1期追加終了後5年あけることが望ましい。	平成15年4月2日～平成16年4月1日生の方に2期予診票を配布予定	
		特例措置②	平成20年4月3日～平成21年10月1日生の方で9歳～13歳の2日前の期間であれば、特例措置により接種可能		1期初回：6日～28日の間隔で2回 1期追加：1期初回2回目終了1年後に1回 2期：1期追加終了後1週間以上あけて1回	接種が4回できていない方は、すこやか支援課までご連絡ください。	
	ヒトパピローマウイルス感染症（子宮頸がん予防）	平成17年4月2日～平成22年4月1日生の女子 標準年齢：中学1年生 ・積極的な接種勧奨を中止中	3回接種（3回とも同じワクチン【2価又は4価】を使用） 2回目は1回目から1か月または2か月後 ・ワクチンにより異なる。 3回目は1回目から6か月後	接種を希望される方は、すこやか支援課までご連絡ください。	1～2回目の接種間隔は使用するワクチンの種類により異なります。		

令和3年度

子どもの予防接種スケジュール

予防接種は種類により受ける時期・回数などが定められています。下記の表を参考に接種スケジュールをたてて、受け忘れがないようにしましょう。

種類	月 齢	0	1か月	2か月	3か月	4か月	5か月	6か月	7か月	8か月	9か月	10か月	11か月	1歳	2歳	3歳	4歳	5歳	6歳	7歳	8歳	9歳	10歳	11歳	12歳	13歳	14歳	15歳	16歳	17歳	18歳	19歳								
Hib(ヒブ) 感染症				2か月～5歳の1日前まで(接種回数は開始月齢により異なる) ① ② ③ →③ 終了後7～13か月の間に 追加																																				
小児の肺炎球菌感染症				2か月～5歳の1日前まで(接種回数は開始月齢により異なる) ① ② ③ →③から60日以上あけて1歳以上で 追加																																				
B型肝炎				2か月～1歳の1日前までに3回 ① ② ③																																				
ロタウイルス	ロタリックス			出生6週0日～24週0日まで ① ②																																				
	ロタテック			出生6週0日～32週0日まで ① ② ③																																				
BCG(結核)						5か月～1歳の1日前までに1回																																		
急性灰白髄炎(ポリオ) ジフテリア 百日せき 破傷風	不活化ポリオ(単独)			3～90か月(7歳6か月)の1日前までに4回(4種混合または不活化ポリオで受ける) ① ② ③ →③ から1年後に 追加																																				
	4種混合(ジフテリア・百日せき・破傷風・ポリオ)			3～90か月(7歳6か月)の1日前までに4回 ① ② ③ →③ から1年後に 追加																																				
	3種混合(ジフテリア・百日せき・破傷風)			3～90か月(7歳6か月)の1日前までに4回 ① ② ③ →③ から1年後に 追加												ポリオ生ワクチン・不活化ポリオを接種した方で、未接種分を接種することができます。																								
	2種混合(ジフテリア・破傷風)																																		11歳～13歳の2日前までに1回 2期					
麻しん風しん(MR)															1歳～2歳の1日前までに1回 1期					小学校就学前の1年間に1回 2期																				
水痘(水ぼうそう)															1歳をすぎたから6か月以上あけて3歳の1日前までに2回 ①②																									
日本脳炎	特例措置	平成20年4月3日～平成21年10月1日生の方で9歳～13歳になる2日前まで																																	9歳～13歳の2日前までに1回 2期					
		平成13年4月3日～平成19年4月1日生の方で20歳になる2日前まで																																	未接種分を接種することができます ①②→追加 2期					
																																			未接種分を接種することができます ①②→追加 2期					
ヒトパピローマウイルス感染症(子宮頸がん予防)																																			小学6年生～高校1年生に相当する年齢で、1年間のうちに3回 ①②→③ (標準は中学1年生)					

高齢者の肺炎球菌感染症予防接種（65歳以上）

肺炎球菌による肺炎は、成人肺炎の25%～40%を占め、特に高齢者での重篤化が問題になっています。

肺炎球菌は肺炎、中耳炎、副鼻腔炎、気管支炎、髄膜炎などを起こす細菌の一つです。

特に、高齢者の肺炎の約半数は、肺炎球菌が原因とされています。

対象者 甲賀市内に住所を有し、今までに肺炎球菌予防接種を受けたことのない下記の（1）又は（2）に該当する方

（1）令和3年4月1日～令和4年3月31日の間に満65歳、70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、100歳の誕生日を迎える方。

（2）60歳以上65歳未満で一定の心臓、腎臓もしくは呼吸器の機能障がいまたはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能障がいを含む身体障害者手帳1級をお持ちの方。

接種自己負担金 2,500円（医療機関でお支払いください）

持ち物 甲賀市が発行する助成券、健康保険証または後期高齢者医療被保険証、接種自己負担金(2,500円)、身体障害者手帳(対象者(2)に該当する方のみ)

接種期間 令和3年4月1日～令和4年3月31日（詳細は各医療機関による）

実施医療機関

地域別・50音順

	医療機関名	住所	電話		医療機関名	住所	電話		
水 口	浅田クリニック	東名坂226-1	69-7755	予約不要	土 山	川端医院	徳原451	67-0018	予約不要
	岩谷医院	中邸2-10	62-0053	予約不要		中西医院	北土山1433-2	66-0712	医療機関に予約
	太田医院	虫生野中央81-2	63-3553	予約不要	甲 賀	隠岐医院	隠岐2089	88-4072	医療機関に予約
	木村医院	虫生野1015-9	62-2143	医療機関に予約		古西医院	拝坂833-141	88-5575	医療機関に予約
	公立甲賀病院	松尾1256	62-0234	医療機関に予約	ますだ内科医院	滝2231-1	88-2277	医療機関に予約	
	さいとう医院内科・消化器内科	松栄3番26号	65-2002	予約不要	甲 南	今村医院	深川2201	86-2119	医療機関に予約
	田代クリニック	新城696	63-0530	医療機関に予約		甲南病院	葛木958	86-3131	医療機関に予約
	田代外科・整形外科医院	泉1272	62-0635	医療機関に予約	竹内リウマチ科整形外科	野尻77-1	86-8205	医療機関に予約	
	つばさクリニック	綾野3-33	63-7766	予約不要	寺井医院	希望ヶ丘本町6丁目857-81	86-1112	医療機関に予約	
	中川内科医院	水口5546-4	65-5410	医療機関に予約	ハートクリニック	野尻411	86-0011	医療機関に予約	
	速水医院	北泉1丁目128	65-3211	医療機関に予約	布留クリニック	寺庄1098	86-3135	医療機関に予約	
	平川クリニック	東名坂184-2	63-6373	予約不要	信 楽	しがらきクリニック	長野619-1	82-7833	医療機関に予約
	深井クリニック	伴中山3802	65-4100	医療機関に予約		信楽中央病院	長野473	82-0249	医療機関に予約
	市立みなくち診療所	貴生川293-1	62-3346	医療機関に予約	独立行政法人国立病院機構紫香楽病院	牧997	83-0101	医療機関に予約	
	みなくち内科・消化器内科	南林口47-2	63-2100	医療機関に予約					
	水口病院	本町2丁目2-43	62-1212	医療機関に予約					
	村上整形外科クリニック	虫生野1095-4	63-7751	予約不要					
	山田外科医院	八坂2-29	62-0893	医療機関に予約					
	やまもと内科・外科クリニック	虫生野中央111	62-9559	医療機関に予約					
	土 山	うだ医院	北土山1684-1	66-1050	医療機関に予約				
かりゆしクリニック		大野401	67-0155	医療機関に予約					

※それぞれの医療機関で、接種日や時間、ワクチンの在庫数が異なりますので、事前に電話などでお問い合わせください。
※上記医療機関以外で接種を希望される方は、必ず事前にすこやか支援課へお問い合わせください。

接種自己負担金の免除申請について

生活保護を受けておられる方、市民税非課税世帯及び市民税免除世帯の方は接種料が免除になりますので、P2をご覧ください。申請をしてください。

おとなの健康

●がん検診一覧…受診される方は、必ずこのページの内容をお読みください。

ページ	がん検診の種類		対象者	受診料	検診内容	受診できない方	注意事項
P 15 ~ 16	胃がん検診 1年に1回	（バリウム） 病院	40歳～74歳 昭和22年(1947年)4月2日 ～昭和57年(1982年)4月1日生	900円	問診 バリウムによる 腹部レントゲン 撮影	<ul style="list-style-type: none"> ■あお向けで寝ることができない方。 ■自分の身体を手で支えることができない・体位変換が指示によってできない方。 ■便秘の方・バリウムに対してアレルギーのある方。 ■今までにバリウムを飲んで気管に入ってしまった方。 	<ul style="list-style-type: none"> ■午前受診の方：検査日前日の午後9時以降は水以外を絶飲食。（水は当日の午前6時以降は控えてください。） ■午後受診の方：朝7時以降は絶飲食。（7時までには軽い食事をよくかんで済ませてください。） ただし、牛乳・ヨーグルト・漬物・肉・魚・ねり製品・硬い物は避けてください。 ■たばこを吸われる方は、起床時から検査まで禁煙してください。 ■入れ歯安定剤をご使用の方は、検診当日の朝から検査が終了するまで、使用を控えてください。
		（バリウム） 集団	40歳以上 昭和57年(1982年)4月1日以前生				
	肺がん検診 1年に1回	病院	40歳以上 昭和57年(1982年)4月1日以前生	200円 ★喀痰検査 追加500円	問診 胸部レントゲン 撮影 ★喀痰検査	<ul style="list-style-type: none"> ■6か月以内に痰に血が混じていたことがある方。 	<ul style="list-style-type: none"> ■検診当日の服装は金具のない下着で、無地のシャツ着用にご協力ください。 ★喀痰検査のみの受診はできません。 ★喀痰検査対象者：50歳以上で喫煙指数が600以上。（喫煙指数＝1日の喫煙本数×喫煙年数）
大腸がん検診 1年に1回	病院	40歳以上 昭和57年(1982年)4月1日以前生	500円	便潜血検査 (2日分)	<ul style="list-style-type: none"> ■痔のある方。 ■便に血が混じる可能性のある方。（市の検診（便潜血検査）ではなく、自己負担にて医療機関を受診してください。） 	<ul style="list-style-type: none"> ■検診の流れ・・・①容器を受け取る。 ②家で2日間の便を採取する。 ③指定場所へ提出する。 	
集団							

P 15 〜 16	乳がん検診 2年に1回	病院 40歳以上の女性 昭和57年(1982年)4月1日以前生	1,500円	問診 乳房レントゲン 撮影 (マンモグラフィ) 40歳代2方向 50歳以上1方向	<ul style="list-style-type: none"> ■ペースメーカー装着の方。 ■VPシャント術を施行されている方。 ■豊胸手術をされている方。 ■授乳中の方。乳房にしごりのある方。 ■乳頭異常分泌のある方。 	■対象は2年に1回となります。
	子宮頸がん 検診 2年に1回	病院 20歳以上の女性 平成14年(2002年)3月31日以前生	1,700円	問診 内診 子宮頸部の 細胞検査	■子宮頸部異形成で経過観察中の方。	<ul style="list-style-type: none"> ■対象は2年に1回となります。 ■注意が必要な方 <ul style="list-style-type: none"> ・月経中・月経直後は正しい判断が困難なため、検診を避けてください。 ・性交経験のない方は集団検診ではなく、指定医療機関(P15)で受診をしてください。
		集団 30歳以上の女性 平成4年(1992年)4月1日以前生	1,000円			

- ・70歳以上の方(昭和27年4月1日以前生)の自己負担金は無料です。
- ・健診(検診)の対象年齢は、令和4年4月1日到達年齢です。ただし、医療機関で受ける子宮頸がん検診は令和4年3月31日到達年齢です。
- ・受診は年(令和3年4月～令和4年3月)に1回です。子宮頸がん検診・乳がん検診は2年に1回です。
- ・健診(検診)日において甲賀市に住民登録がある方のみ受診できます。
- ・住民登録のない方や受診対象外の方が受診された場合は、健診(検診)費用を全額自己負担していただくことになります。
- ・特定健診、後期高齢者の健康診査以外の各種健診(検診)は、健康保険の種類に関係なく受診できます。

がん検診を受診する前にご確認ください!!

- 症状のある人はがん検診ではなく、医療機関を受診してください。また、検診の希望部位を経過観察中、または、がん治療中の方は受診できません。
- 妊娠中・妊娠の可能性のある方は受診できません。
- 乳がん・子宮頸がん検診**・・・2年に1回の検診になります。前回の受診日をご不明な方は、すこやか支援課(69-2168)までお問い合わせください。
- 検診の結果、「精密検査が必要」となった場合は、必ず精密検査を受診してください。そのほか注意事項は、P13をご確認ください。

持ち物

受診料、健康手帳(お持ちの方)、
本人確認できるもの(健康保険被保険者証、免許証など)



がん検診では、100%「がん」が見つかるわけではありません。
検診では見つけにくい「がん」や、検診と検診との間に発生する「がん」もあるためです。気になる症状がある場合は、医療機関を受診してください。



令和3年度

がん検診は医療機関でも 受けることができます。

・予約時、および受診時に必ず「甲賀市の検診を受けたい」とお申し出ください。

病院で受けることができる年齢

胃がん(バリウム) 40歳～74歳(昭和22年4月2日～昭和57年4月1日生)
 肺がん・大腸がん・乳がん 40歳以上(昭和57年4月1日以前生)
 子宮頸がん 20歳以上(平成14年3月31日以前生)

受診可能な病院	住所 (電話番号)	予約方法 検診実施日については 予約時にご確認ください	がん検診の種類(受診間隔)と検診期間				
			胃がん(バリウム) (年に1回) 900円	肺がん (年に1回) 200円	大腸がん (年に1回) 500円	乳がん (2年に1回) 1,500円	子宮頸がん (2年に1回) 1,700円
公立甲賀病院	水口町松尾1256 (65-1612) (健診センター直通)	電話 予約時間 10:00～17:15 月～金 (祝日及び年末年始を除く)	通年 バリウム検診	通年	通年 容器配布は 2月まで	通年	通年
甲南病院	甲南町葛木958 (86-3415) (健診センター直通)	電話・来院 予約時間 14:00～17:00 月～土 (祝日除く)	通年 バリウム検診	通年	通年 容器配布は 2月まで	通年	通年
信楽中央病院	信楽町長野473 (82-0249)	来院 予約時間 8:30～17:15 月～金 5月～2月 (肺がん検診は5月～12月)	5月～3月 バリウム検診	5月～12月	5月～3月 容器配布は 2月まで	—	—
市内の他の 医療機関	P23～24の指定医療 機関ガイドを参照	予約の必要な医療機関があります。	—	—	通年 容器配布は 2月まで	—	—
親愛レディース クリニック	水口町虫生野1098-1 (63-3321)	予約不要(診療時間と同じ)	—	—	—	—	通年
濱田 クリニック	水口町水口5992-1 (65-3737)	インターネット 一度も来院のない方はお問い合わせください。 月～土(祝日除く)8:30～14:00	—	—	—	—	通年
市外の医療機関	甲賀市ホームページ に県内指定医療機関 を掲載しています。	希望の医療機関にお問い合わせください。	—	—	—	通年 乳がん 	通年 子宮頸がん 

右のQRコードを読みとると、県内で受診可能な医療機関をご確認いただけます。

お願い ・医療機関での予約をキャンセルされる場合は、必ず医療機関へ電話してください。

集団検診

申し込みが
必要です

一部自己負担で1年に1回（ただし、乳がん・子宮頸がん検診は2年に1回）受けられる検診です。

各日程、定員があります。ただし、申し込み者が20名未満の場合は検診実施を見合わせる場合があります。

※各会場の開館は、受付時間の10分前です。

実施日	会場	受付時間			
		胃がん・肺がん	大腸がん	乳がん・子宮頸がん	特定健診
		男 9:00～9:15 男 9:30～9:45 女 10:00～10:15 女 10:30～10:45	容器を 販売・配布します 9:00～11:00	13:30～13:45 14:00～14:15 14:30～14:45	9:00～11:00
5月27日(木)	土山体育館	○	○		○
5月28日(金)		○	○	○	○
6月1日(火)	甲南地域 市民センター (旧甲南庁舎)	○	○		○
6月2日(水)		○	○	○	○
6月4日(金)	水口社会福祉センター	○	○		○
6月10日(木)	甲賀保健センター	○	○		○
6月11日(金)		○	○	○	○
6月16日(水)	信楽開発センター	○	○		○
6月17日(木)		○	○		○
6月24日(木)	水口社会福祉センター	○	○		○
6月26日(土)		○	○	○	○
7月1日(木)		○	○	○	
7月8日(木)		○	○		
7月9日(金)		○	○		○
7月17日(土)	甲南地域 市民センター (旧甲南庁舎)	レディースデー 受付時間 9:00～10:45 女性のみ対象です。すべてのがん検診を午前中に実施します。 特定健診はありません。			

申し込み方法

胃がん・肺がん・乳がん・子宮頸がん検診は電話でお申し込みください。

予約申込期間

前期【5月～7月実施分】5月10日(月)～5月14日(金)

後期【9月～12月実施分】8月16日(月)～8月20日(金)

専用ダイヤル

0120-614-515

受付時間

9:00～18:00

★回線が混み合う場合があります。しばらく時間を置いておかけ直してください。(特に初日は大変混み合います)

実施日	会場	受付時間			
		胃がん・肺がん	大腸がん	乳がん・子宮頸がん	特定健診
		男 9:00～9:15 男 9:30～9:45 女 10:00～10:15 女 10:30～10:45	容器を 販売・配布します 9:00～11:00	13:30～13:45 14:00～14:15 14:30～14:45	9:00～11:00
9月3日(金)	土山体育館	○	○	○	○
9月8日(水)	信楽開発センター	○	○	○	○
9月16日(木)	水口社会福祉センター	○	○		
9月17日(金)		○	○	○	○
9月18日(土)		○	○	○	○
9月21日(火)	甲南地域 市民センター (旧甲南庁舎)	○	○	○	○
10月22日(金)	水口社会福祉センター	○	○		
10月23日(土)		○	○	○	
11月2日(火)	甲賀保健センター	○	○	○	○

大腸がん検診予約不要

大腸がん検診：検便検査です。検診実施日の9:00～11:00に容器をお渡しします。(提出日は当日案内します)

よくあるお問い合わせ 「結果はいつ届きますか?」

受診日から1～2か月後にお手元に届きます。

※会場の地図は、この健診カレンダー裏表紙にあります。

令和3年度

基本健診 (39歳以下の健診です)

- 対象者** 16歳～39歳 (昭和57年4月1日～平成18年4月1日生)
- 内容** 身体測定 (身長・体重・腹囲)・医師診察・尿検査・血圧測定
血液検査 (脂質・肝機能・腎機能・貧血・血糖)

医療機関で受けることができます!

★医療機関で受診の場合も、受診料は1,000円です。

受診可能な病院	住所 (電話)	予約方法	健診期間 健診日は、予約時にご確認ください
公立 甲賀病院	水口町松尾 1256 (65-1612) (健診センター直通)	電話 予約時間 10:00～17:15 月～金 (祝日及び 年末年始を除く)	通年
甲南病院	甲南町葛木 958 (86-3415) (健診センター直通)	電話・来院 予約時間 14:00～17:00 月～土 (祝日除く)	6月～翌年3月 月・水・木・金 13:30～15:00 ※1月～3月はAMも可 (9:00～10:30)
市立 みなくち診療所	水口町貴生川 293-1 (62-3346)	電話 予約時間 13:00～16:00 月～金 (祝日除く)	6月～翌年1月
市立 信楽中央病院	信楽町長野 473 (82-0249)	直接来院 (予約不要)	6月～翌年1月 月～金 (祝日除く) 9:00～11:30 14:00～16:00

- 受診料** 1,000円 (免除制度あり、P2参照)
- 持ち物** 受診料、健康手帳 (お持ちの方)、
健康保険証 (医療機関で健診を受ける方)

集団健診

予約が必要です

予約方法 7日前までにすこやか支援課 (☎69-2168) へお電話ください。

実施日	会場	受付時間(託児がある健診日は9:30～です)		
		9:00～9:15	9:30～9:45	18:00～18:15
5月18日(火)	まる一む		○	
5月28日(金)	土山体育館	○		
6月2日(水)	甲南地域市民センター	○		
7月13日(火)	まる一む			○
9月8日(水)	信楽開発センター	○		
10月7日(木)	まる一む		○	
11月2日(火)	甲賀保健センター	○		
1月19日(水)	まる一む		○	

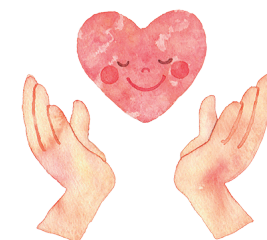
※甲南地域市民センターは、旧甲南庁舎です。(住所：甲南町野田810)

※各会場の開館は、受付時間の10分前です。
託児の対象は、生後6か月～12か月児です。希望される方は、実施日の7日前までにすこやか支援課 (☎69-2168) へ予約してください。託児人数に限りがあるため、予約多数の場合ご希望にそえないことがあります。
★ママ健診と同日に実施します。健診結果がお手元に届くのは約1か月後です。

健康相談・栄養相談 **予約が必要です**

- 内容** 健診結果についての健康相談・栄養相談・こころの相談
- 方法** 電話相談・面談相談 (予約制)
- 場所** 各保健センター
- 予約方法** 面談相談は、事前にお住まいの地域の保健センターへご予約ください。

- ・水口保健センター ☎62-5336
- ・土山保健センター ☎66-1105
- ・甲賀保健センター ☎88-6556
- ・甲南保健センター ☎86-5934
- ・信楽保健センター ☎82-3113



特定健診 (国民健康保険加入者の健診) 詳しくは、個別に通知する案内をご覧ください。(5月～6月頃に順次送付予定)

- 内容** 身体測定(身長・体重・腹囲)・医師診察・尿検査・血圧測定・血液検査(脂質・肝機能・腎機能・血糖)等
受診料 無料 **持ち物** 特定健康診査受診券(ピンク色)、国民健康保険被保険者証、特定健診質問票、健康手帳(お持ちの方)
場所 40～64歳：集団健診・医療機関のどちらか希望の場所 65～74歳：医療機関のみ

**申し込みが
必要です**

集団健診で受ける

- 対象者** 40歳～64歳
(昭和32年4月1日～昭和57年3月31日生)
予約申し込み期間 前期 5月17日(月)～5月26日(水)
後期 8月23日(月)～8月31日(火)
申し込み先 保険年金課 69-2141 8:30～17:15

健診当日の受付時間 9:00～11:00 (※★の日程のみ18:00～19:00)

日程	会場	日程	会場
5月27日(木)	土山体育館	9月 3日(金)	土山体育館
5月28日(金)		9月 8日(水)	信楽開発センター
6月 1日(火)	甲南地域市民センター (旧甲南庁舎)	9月17日(金)	水口社会福祉 センター
6月 2日(水)		9月18日(土)	
6月10日(木)	甲賀保健センター	9月21日(火)	甲南地域市民センター (旧甲南庁舎)
6月11日(金)		11月 2日(火)	甲賀保健センター
6月16日(水)	信楽開発センター	※各会場の開館は受付時間の10分前 となります。ご注意ください。	
6月17日(木)			
6月24日(木)	水口社会福祉 センター	※会場の地図は、この健診カレンダー 裏表紙にあります。	
6月26日(土)			
7月 9日(金)			
★7月13日(火)	★まる一む		

医療機関で受ける

申し込み先 個別に通知する案内をご覧ください。

- 対象者** 40歳～74歳(昭和21年10月1日～昭和57年3月31日生)
実施場所 個別に通知する案内をご覧ください。

特定保健指導

特定健診の結果から、生活習慣病の発症リスクが高く、生活習慣の改善の
 必要性がある方を対象に、専門スタッフ(保健師・管理栄養士)が食事・
 運動についてのアドバイスをし、サポートさせていただきます。

対象者 対象の方には後日案内を通知いたします。

★人間ドック検診費助成について

特定健診を受けずに、人間ドックを受診された場合、費用の2分の1の額(上限2万円、ただし、脳ドックを含む場合は3万円)を助成します。助成にはいくつか条件があり、事前に申請が必要ですので、詳しくは保険年金課へお問い合わせください。

お問い合わせ先：保険年金課 国保年金係 (電話69-2141)

健康診査 (後期高齢者医療保険加入者の健診)

対象者には、個別に受診通知をお送りします。(6月～7月頃)
(今年75歳になる6月～9月生まれの方へは、誕生月の翌月末頃に通知します。)
 ※生活習慣病等で受診中の方や、介護認定を受けておられる方は、健診の
 対象にはなりません。ただし、受診通知が届かない方で、通院を中断し
 たり、生活習慣病等の定期的な検査を受けておられない方は、下記お問
 い合わせ先にご確認ください。

お問い合わせ先：保険年金課 後期高齢者医療係 (電話69-2142)

令和3年度

医療機関で受ける検診・検査

予約時、受診時に必ず「甲賀市の検診を受けたい」とお申し出ください。
検診は当該年度に1度の受診です。2度以上同じ検診を受診された場合は、
検診後に実費負担をしていただくことがあります。

結核検診

- 実施期間** 令和3年6月～令和4年1月
対象者 65歳以上（昭和32年4月1日以前生）
検診内容 胸部レントゲン **受診料** 無料 **持ち物** 健康保険証
- 受診できる医療機関は、P23～24をご参照ください。※予約の必要な医療機関があります。
 - 令和3年度に肺がん検診を受診される方は、結核検診を受ける必要がありません。
 - 特定健康診査・健康診査を受診される方は、同時に受診することができますので、**医療機関窓口で受診前に「結核検診も受診したい」とお申し出ください。**
 - 着脱しやすい服、金具や柄のない服が望ましいです。

肝炎ウイルス検診(B型・C型)

- 実施期間** 令和3年6月～令和4年1月
対象者 40歳以上（昭和57年4月1日以前生）
検診内容 問診・血液検査
持ち物 1,000円（70歳以上は無料・免除制度あり、P2参照）
 健康保険証
- 受診できる医療機関は、P23～24をご参照ください。※予約の必要な医療機関があります。
 - 肝炎で治療を受けている方、また、今までに甲賀市の肝炎ウイルス検診を受けた方は対象になりません。

ピロリ菌検査

- 実施期間** 令和3年4月～令和4年3月
対象者 40歳（昭和56年4月2日～昭和57年4月1日生）
検査内容 問診・血液検査（ピロリ菌検査・ペプシノゲン検査）
持ち物 3,000円 健康保険証
- 検査できる医療機関は、P23～24をご参照ください。※予約の必要な医療機関があります。
 - 検査を受けられない方：ピロリ菌の除菌（検査を含む）をしたことがある方。胃・十二指腸の病気で治療中である方。現在、消化器症状（胃痛・吐き気・嘔吐など）があり胃や十二指腸の病気が強く疑われる方。胃切除をしたことがある方。
 - ピロリ菌が陽性になった場合でも、ピロリ菌除菌（治療）の保険適応の有無については、内視鏡検査が別途必要になります。詳しくは、検査された医療機関へお問い合わせください。

骨粗しょう症検診

- 対象者** 40歳・45歳・50歳・55歳・60歳・65歳・70歳の女性の方
 ※対象年齢は、令和4年4月1日到達年齢です。
- 検診内容** 問診・骨密度測定
- 予約方法** 事前予約は不要。随時窓口で申し込み。
- 持ち物** 500円（70歳は無料・免除制度あり、P2参照）健康保険証

指定医療機関	検診期間
甲南病院 甲南町葛木958 電話86-3415	通年 月～土(祝日除く) 受付時間 9:00～16:30 ※詳細は医療機関へお問い合わせください。
市立みなくち診療所 水口町貴生川293-1 電話62-3346	通年 月～金(祝日除く) 受付時間 14:00～16:30 ※上記以外の時間をご希望の場合や詳細は、医療機関へお問い合わせください。
信楽中央病院 信楽町長野473 電話82-0249	5月～11月の月～金(祝日除く) 受付時間 8:30～16:30 ※詳細は医療機関へお問い合わせください。
独立行政法人国立病院機構 紫香楽病院 信楽町牧997 電話83-0101	通年 月～金(祝日除く) 受付時間 8:30～12:00 ※詳細は医療機関へお問い合わせください。

がん患者ウィッグ購入助成事業

がん治療を受けている方の社会参加を応援するため、ウィッグの購入費の一部を助成します。詳しくは、すこやか支援課にお問い合わせいただくか、甲賀市のホームページをご覧ください。

がんに関する相談窓口

公立甲賀病院
 がん相談支援センター
 TEL・FAX 0748-65-1641

申し込みが必要です

歯周疾患検診



対象者 30歳～70歳（昭和26年4月2日～平成4年4月1日生）の方で歯の治療中でない方

- 検診内容**
- ・ 歯科検診（歯や歯ぐきの状況を診察します）
 - ・ パノラレントゲン撮影（歯のエックス線撮影）
 - ・ 歯科相談

予約方法 指定歯科医療機関へ電話または来所にてお申し込みください。
「甲賀市の歯周疾患検診を受けたい」とお申し出ください。

検診期間 令和3年4月～令和4年3月

持ち物 500円（70歳は無料・免除制度あり、P2参照）
健康手帳、健康保険証（本人確認のため）、住所のわかるもの

注意事項 検診の結果、検査や治療が必要な場合は別途自己負担金が必要です。

指定歯科医療機関一覧

	歯科医院名	住所	電話番号
水口	アップルデンタルクリニック	泉1405ベシア甲賀店内	69-7441
	いずみ歯科医院	北泉1丁目49	65-3363
	木村歯科クリニック	城東4-8	63-0118
	KENGO DENTAL CLINIC	虫生野1015-7	62-2222
	公立甲賀病院	松尾1256	65-1612 (健診センター直通)
	さくら歯科	本綾野566-1アルプラザ水口2F	65-4617
	谷歯科医院	古城が丘610-269	63-3377
	富山歯科医院	東名坂78	63-5300
	西田歯科クリニック	伴中山2545	62-2022
	馬場歯科医院	貴生川561-1	62-2307
	堀歯科医院	本町1丁目4-34	62-0155
	松田歯科クリニック	水口5996-1	63-0632
	みね歯科クリニック	的場97	63-2242
	もんや歯科クリニック	東名坂276	65-3006
	安井歯科医院水口診療所	北脇430	62-7650

	歯科医院名	住所	電話番号
土山	桑名歯科クリニック	前野138-17	67-1135
	ひまわり歯科クリニック	北土山1491-2	66-1822
甲賀	えくぼ歯科	上野1202	88-6480
	さん 梨歯科	田堵野932-3	88-8033
	西田歯科医院	大原中1072-9	88-4334
甲南	安井歯科医院	大久保145	88-5522
	今村歯科医院	深川2201	86-6386
	木村歯科医院	野田451	86-6755
	真岡歯科医院	寺庄1081	86-2010
信楽	竹村歯科医院	寺庄952	86-2145
	飯田歯科医院	長野454-6	82-8148
	大矢歯科医院	長野1221-6	82-0713
	村木歯科医院	長野632	82-2755

地域別・50音順

令和3年度

メンタルチェックシステム こころの体温計

★「こころの体温計」とは

日々の生活で無理が続くと、こころのバランスが崩れやすくなります。「こころの体温計」は、気軽にいつでも、どこでも、ストレスや落ち込み度をチェックできるシステムです。



自分自身でストレス、落ち込み度のチェックができます。健康状態や人間関係などの質問に回答していくと、金魚鉢の中で泳ぐ金魚や猫などのキャラクターが登場し、あなたのストレス度や落ち込み度が視覚的に確認できます。金魚鉢の中で泳いでいる『赤金魚』がご自身です。その他のキャラクターは、対人関係や社会的なストレス、落ち込み度などを表しています。キャラクターは、こころの健康に応じて図のようにレベルが表示されます。

ねこ 社会的なストレス

黒金魚 対人関係のストレス

水槽 住環境のストレス

赤金魚 自分自身のストレス

水の透明度 落ち込み度

石 その他のストレス

結果画面 (例)

こころの体温計 (本人モード)

ご本人の健康状態や人間関係、住環境などの4択式の質問13問に回答していただく、ストレス度や落ち込み度が、水槽の中で泳ぐ金魚、猫などの絵になって表示されます。

【赤金魚】自分の病気などのストレス
※レベルが上がる毎にケガをしていきます

【水の透明度】落ち込み度
※レベルが上がる毎に水が濁っていきます

■キャラクター紹介 (各キャラクターはそれぞれ4段階でストレス度を表示します)

赤金魚		自分の体や病気に対するストレスを表します。レベルが上がるごとにケガをしていきます。
黒金魚		対人関係のストレスを表します。レベルが上がるごとに攻撃的になります。
水槽		住環境を表します。レベルが上がるごとにヒビが入ります。
猫		社会的なストレスを表します。レベルが上がるごとに攻撃的になります。
石		その他のストレスを表します。レベルが上がるごとに個数が増えます。
水の透明度		気持ちの落ち込み具合を表します。レベルが上がるごとに濁っていきます。

★携帯電話、スマートフォンからは下のQRコードからご利用いただけます。



★市のホームページからも利用できます。
<http://www.city.koka.lg.jp/10822.htm>

利用料について

利用料は無料です。ただし通信料金は自己負担となります。

ご利用いただくにあたってのお願い

このシステムでの判定は、医学的診断をするものではなく、あくまでもストレスの程度やこころの健康に関心をもっていただくためのものです。

気づいていませんか？こころとからだの「SOS」

～ひとりで悩まず相談してください～

★こころの健康・生活・病気に関する相談窓口★

〔※は、祝日・年末年始を除く〕

こころやからだの不調の相談

- ・甲賀市役所 (月～金/8:30～17:15※)
すこやか支援課 ☎0748-69-2168
各保健センター・地域包括支援センター 電話番号：裏面参照
障がい福祉課 ☎0748-69-2162
- ・甲賀保健所 (アルコールに関する相談可) ☎0748-63-6148 (月～金/8:30～17:15※)

こころの悩み相談

- ・滋賀県自殺予防電話相談 ☎077-566-4326 (9:00～21:00 年末年始除く)
- ・こころの電話 ☎077-567-5560 (月～金/10:00～12:00 13:00～21:00※)
- ・滋賀いのちの電話 ☎077-553-7387 (金・土・日/10:00～22:00)

夫婦・パートナー・家族・職場の人間関係などの相談

- ・甲賀市役所人権推進課 ☎0748-69-2149
(男女の悩みごと相談窓口) (予約優先/月・金/9:00～16:00※)

契約トラブルや多重債務などの相談

- ・甲賀市消費生活センター ☎0748-69-2147
(月～金/9:00～17:00※)
- ・滋賀県消費生活センター ☎0749-23-0999 (月～土/9:15～16:00※)

生活等に関する様々な相談

- ・甲賀市役所生活支援課 (生活支援窓口) ☎0748-69-2158 (月～金/9:00～17:00※)
- ・甲賀市社会福祉協議会生活福祉課 ☎0748-62-8085

大切な人を自死で亡くされた方へ

- 凧 (なぎ) の会 おうみ <http://naginokai.g2.xrea.com/>
☎077-567-5010 (問い合わせ:精神保健福祉センター)



献血にご協力ください



事前申し込み不要

献血の種類

種類	400ml献血
年齢	男性17歳～69歳 女性18歳～69歳 ※65歳以上の献血については、献血される人の健康を考え、60歳～64歳の間に献血経験がある人に限ります。
体重	男女とも50kg以上
次の献血 (献血の間隔)	男性は、12週間後 女性は、16週間後の同じ曜日から

献血の日程

日程は変更される場合がありますので、ご了承ください。

実施日	実施会場	受付時間
5月11日(火)	甲賀市役所	9:30～11:45 13:00～15:30
8月13日(金)	甲賀保健センター	9:30～11:30
	土山体育館	13:30～15:30
9月 8日(水)	甲賀市役所	9:30～11:45 13:00～15:30
1月12日(水)	甲賀市役所	9:30～11:45
		13:00～15:30

☆献血に関する詳しいことは、
滋賀県赤十字血液センター 電話:077-564-6311
へご確認ください。



けんけつちゃん
(滋賀バージョン)

献血の際には…

「献血手帳」または「献血カード」をお持ちの方は、ご持参ください。
献血者の本人確認を、運転免許証・健康保険証・パスポート等で行っています。提示のご協力をお願いします。

献血をご遠慮いただく場合について

献血される方、輸血を受けられる患者さん、それぞれの安全のため献血をご遠慮いただく場合があります。

- 今までに輸血・臓器移植を受けたことのある人
- 服薬中、発熱、妊娠中、授乳中等の人
- エイズ検査目的で献血を希望する人
- 海外から帰国(入国)して4週間以内の人
- エイズ・肝炎などのウイルス保有者、またはそれと疑われる人
- 3日以内に出血を伴う歯科治療(歯石除去を含む)を受けた人

このほか当日の問診により、献血をしていただくことができない場合があります。ご相談ください。

骨髄バンクに登録ください

- 場 所 滋賀県甲賀保健所(甲賀健康福祉事務所)
- 問い合わせ先 滋賀県甲賀保健所(甲賀健康福祉事務所)
地域保健福祉係 TEL 63-6147 FAX 63-6142

★献血実施時に骨髄バンク登録会を同時開催することがあります。

おとなの検診

予防接種

ヒロリ菌検査	大腸がん検診	肝炎ウイルス検診	結核検診	医療機関名	住所	電話番号	予防接種予約方法	BCG	B型肝炎	ヒブ	小児用肺炎球菌	ロタ		4種混合	DT (ジフテリア破傷風2期)	MR(麻しん風しん)		水痘 (水ぼうそう)	日本脳炎			子宮頸がん予防 中学1年生~高校1年生 相当年齢女子	
												ロタリックス	ロタテック			1期	2期		3歳~ 未就学児	小学生	中学生 以上		
												11月、12月は継続接種の人のみ 木曜日、土曜日は午前中のみ											
○	○	○	○	うだ医院	北土山1684-1	66-1050	市へ予約	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
○	○	○	○	かりゆしクリニック	大野401	67-0155	医療機関へ予約	○	○	○	○	○	×	○	○	○	○	○	○	○	○	○	×
○	○	○	○	川端医院	徳原451	67-0018	市へ予約	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
○	○	○	○	中西医院	北土山1433-2	66-0712	医療機関へ予約	○	○	○	○	○	×	○	○	○	○	○	○	○	○	○	×
○	○	○	○	隠岐医院	隠岐2089	88-4072	市へ予約	○	○	○	○	○	×	○	×	○	○	○	○	○	○	○	×
要予約 月・水・金 午前中のみ				古西医院	拝坂833-141	88-5575	市へ予約	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×
○	○	○	○	ますだ内科医院	滝2231-1	88-2277	医療機関へ予約	×	×	○	○	×	×	○	○	○	○	○	○	○	○	○	×
○	○	○	○	今村医院	深川2201	86-2119	市へ予約	○	○	○	○	○	×	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
11月、12月は継続接種の人のみ 木曜日、土曜日は午前中のみ																							
○	○	○	○	要予約 甲南病院	葛木958	86-3415	市へ予約	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×
要予約				竹内リウマチ科整形外科	野尻77-1	86-8205	市へ予約	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×
○	○	○	○	寺井医院	希望ヶ丘本町6丁目857-81	86-1112	市へ予約	○	○	○	○	○	×	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
○	○	○	○	要予約 ハートクリニックこころ	野尻411	86-0011	医療機関へ予約	×	○	○	○	○	×	○	○	○	○	×	×	×	×	×	×
○	○	○	○	布留クリニック	寺庄1098	86-3135	市へ予約	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×
○	○	○	○	しがらきクリニック	長野619-1	82-7833	医療機関へ予約	×	×	×	×	×	×	×	○	○	○	×	○	○	○	○	×
○	○	○	○	信楽中央病院	長野473	82-0249	市へ予約	○	○	○	○	○	×	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
10月中旬~12月末まで 休み																							
要予約				×	要予約 独立行政法人 国立病院機構 紫香楽病院	牧997	83-0101	医療機関へ予約	○	○	○	○	○	×	○	○	○	○	○	○	○	中学生のみ	×
予約日時：毎月25日~末日(月~金) 13:00~17:00(翌月の予約を受け付けます)																							
×	×	×	×	のざき医院	長野1335	82-7887	市へ予約	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×

☆高齢者インフルエンザ予防接種については、広報こうか10月号をご覧ください。
 ☆高齢者の肺炎球菌感染症予防接種はP12をご覧ください。
 ☆予防接種予約方法が「市へ予約」の場合は、P9をご覧ください。

新型コロナウイルスの予防接種については、個別に通知が届きます。

地域別・50音順

令和3年度

健康寿命を延ばそう事業

～健康推進アプリ～

BIWA-TEKU



健康ポイントをためて『健康で長生き!』を目指そう
自分の健康は『自分』で守る。

健康促進に関する
アクションで
健康ポイント
をためよう!



対象健診の受診や健康イベントへの参加でポイントが貰えます。また、BIWA-TEKUアプリが入ったスマートフォンを持って、ウォーキングすることでポイントをためることもできます。



健康イベントに参加

ポイントGET!

各市町の健康イベントによって取得ポイント数が異なります。

スタンプラリーに参加

ポイントGET!

各市町のお勧めコースの対象スポットをまわり、チェックイン。(※端末のGPSで位置認証)スポットによってポイント数が異なります。

バーチャルラリーに参加

ポイントGET!

端末内蔵のヘルスアプリと連動して歩いた歩数を利用し、アプリ内に設定された各バーチャルコースを達成。コース別のオリジナル認定証も貰えます。

デイリーポイント

ポイントGET!

自分で立てた健康づくりの目標を実践で1日1ポイント。

健診を受診

ポイントGET!

特定健診やがん検診などを受診。

“ポイントの蓄積期間”は2021年1月1日～12月31日です

2
ためた
健康ポイント
で賞品を
もらおう!

応募対象者

19歳以上の方
(応募には各種要件があります)

応募方法

ためたポイントの応募口数を利用してアプリから応募してください。

応募期間

2022年1月1日～1月31日



こちらから無料でダウンロード ▶

楽しく健康づくりを実践・体験し、健康づくりの意識付けと習慣化を目的とした気軽に参加できる健康推進公式アプリ



詳細は BIWA-TEKU
公式サイトへ ▶



※参加者は、事前に健康診断を受けるなど、万全の健康管理のもとご参加ください ※交通ルールや歩行マナーを守り、事故には十分注意してください(歩きスマホ) ※体調が悪いときは無理せず休憩したり中断するなど体調管理に気を配りましょう ※Apple, Appleのロゴは米国および他国のApple Inc.の登録商標です ※「Google」、「Android」および「Android ロゴ」、「Google Play」は、Google Inc.の商標または登録商標です

こんにちは 健康推進員 です



みなさん、「健康推進員」って知っていますか？私たち健康推進員は、みなさんがお住まいの地域で、健康を推進するボランティアとして、いろいろな活動をしています。

Q. 健康推進員の活動ってどんなことをしているの？

A. 健(検)診の受診啓発や食育・運動の推進等、様々な活動をしています。

健康推進員の活動(例)



Q. 健康推進員になるにはどうしたらよいの？

A. 1年間の健康推進員養成講座の受講後、健康推進員となることができます。

健康推進員になるまでの流れ

4月～5月

健康推進員養成講座の受講を希望する。
※区からの推薦による。

6月～1月

健康推進員養成講座を受講する。
(講座内容は、食事・運動・甲賀市の状況等、健康推進員の活動に必要な基礎知識です。)


翌年4月～

健康推進員として地域で活動する。

第2次健康こうか21計画

地域でともに支え合い生きがいをもって、健康長寿で幸せに暮らせるまち 甲賀

市では、市民の皆さん自ら健康づくりに取り組み、健康でいきいきと暮らせるようなまちを目指して、「第2次健康こうか21計画（健康増進計画・食育推進計画）」に基づく健康づくり施策に取り組んでいます。この計画では、特に健康寿命の延伸を推進していきます。



**一人一人に合った運動処方をアドバイスさせていただきます。
まずお気軽にご相談下さい。**

- ◎慢性的な肩こり・腰痛
- ◎加齢による膝の痛み
- ◎不定愁訴
- ◎生活習慣病(肥満症・高血圧・糖尿病)
- ◎運動不足からの体力低下

【営業時間】月～金(9:00～22:30) 土(9:00～22:00) 日(9:00～17:00)

Swimming School & Sports Club
Well-Be.
株式会社 **水ロススポーツセンター**

スイミングスクール & スポーツクラブウェル・ビ
甲賀市水口町北内貴77 (<http://www.well-be.jp>)
TEL 0748-63-1200 FAX 0748-63-1288

えくぼ歯科

診察内容／一般歯科・小児歯科

診察時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00～13:00	○	○	○	—	○	○	○
15:00～19:00	○	○	○	—	○	○	—

※定休日：木曜日・祝日・年末年始

〒520-3421
甲賀市甲賀町上野 1202 番地
電話：0748-88-6480
FAX：0748-88-8211



あなたの近くにある安心
かかりつけの
**薬局・薬剤師を
持ちましょう**

詳しくは
一般社団法人甲賀湖南薬剤師会
☎ 63-8440 まで
FAX 63-1046 まで



地方独立行政法人
公立甲賀病院
KOHKA PUBLIC HOSPITAL

理事長兼院長 **辻川 知之**
〒528-0074 滋賀県甲賀市水口町松尾1256
TEL 0748-62-0234 FAX 0748-63-0588
<https://www.kohka-hp.or.jp/>

主な健診の種類	実施曜日
日帰り人間ドック	月曜日～金曜日
脳ドック	月曜日～金曜日
全国健康保険協会 生活習慣病予防健診	月曜日～金曜日
特定健診・基本健診	要問い合わせ
各種がん検診 (胃・肺・大腸・乳・子宮)	要問い合わせ

※いずれも事前予約が必要です。
予約やお問い合わせは健診センターまでお願いします。
健診センター TEL(直通)：0748-65-1612



(財)日本医療機能評価機構認定病院／救急告示病院



医療法人社団 仁生会 甲南病院

健診センター・人工透析センター・訪問リハビリテーション事業所

名称	実施曜日	実施時間
各種人間ドック	月・水～金	9:00～(要予約)
生活習慣病予防健診	月・水～金	9:00～(要予約)
特定健診	月・水～金	13:30～(要予約)
乳がん検診(マンモグラフィ)	月～土	13:30～(要予約)
子宮頸がん検診	水	9:00～(要予約)
胃がん検診	月～土	9:00～(要予約)
結核・肺がん・大腸がん検診	月～土	診療時間内

〒520-3321
甲賀市甲南町葛木958
健診センター直通
TEL 0748-86-3415
FAX 0748-86-1832

健診予約受付時間
月～土 14:00～17:00



所在地マップ

開所時間 8時30分～17時15分(土日・祝日・12月29日～1月3日は除く)

すこやか支援課(甲賀市役所)

水口町水口6053番地 電話:69-2167

水口保健センター

水口町水口5607番地 電話:62-5336



65歳以上の方の介護に関するご相談は
各地域包括支援センターへ。

水口	☎	65-1170
土山	☎	66-1610
甲南	☎	86-8034
信楽	☎	82-3180
甲賀	☎	88-8136

土山保健センター

土山町北土山1715番地 電話:66-1105



信楽保健センター

信楽町長野1251番地 電話:82-3113



甲南保健センター

甲南町野田810番地 電話:86-5934



甲賀保健センター

甲賀町大久保507番地2 電話:88-6556

