

令和6年度保存版

お得な健康情報が
満載！

今年は
『健活』



令和6年度 長浜市 健康づくり 日程表

Cratograma do Exame de Saúde para Adulto e Criança de Nagahama
Referente o Ano 2024

健康づくり推進キャラクター
『むびょうたん+1』

◎大人の健康（健診／健康づくりサポート）

Saúde para Adulto (Chequeo médico / Apoio à Promoção da Saúde)

◎子どもの健康（妊娠・出産・子育て／乳幼児健診）

Saúde de Criança (Gravidez · Parto · Criação dos Filhos/ Exames Pediátricos)

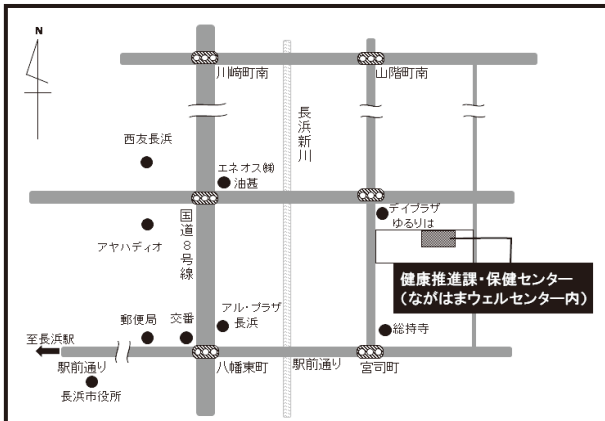
◎予防接種

Vacinação Preventiva

◎健診・予防接種 実施医療機関一覧

Lista dos Locais que Realizam os Exames e as Vacinações

長浜市健康推進課（長浜市保健センター）



Maiores Informações (Nagahama Hoken Center)

〒526-0845

長浜市小堀町32-3ながはまウェルセンター内

☎65-7759 (大人の健康)

☎65-7751 (予防接種・子どもの健康)

北部健康推進センター（保健センター高月分室）



〒529-0233

長浜市高月町渡岸寺160 高月支所 西側

☎85-6420

自分が受けられる健診を確認！

健診の種類・料金

【総合健診】 保健センター等公共施設で受診できます。

【医療機関健診】 身近な医療機関でご都合に合わせて受診できます。

【注意】 胃がん検診・子宮頸がん検診・乳がん検診・肝炎ウイルス検診を医療機関で受診する際、検診履歴がわからない場合は、健康推進課へお問い合わせください。◆結核健康診断・骨粗しょう症検診・0次健診については、5ページ

健（検）診項目		対象者 (令和7年3月末年齢)	受診料	
			総合健診（6ページ）	医療機関健診（17ページ）
胃がん検診	バリウム検査	40歳以上の男女 <small>令和5年度に胃がん検診（内視鏡検査）を受けた人は対象外</small>	900円	2,700円
	内視鏡検査 (2年に1度)	50歳以上の男女 <small>令和5年度に胃がん検診（内視鏡検査）を受けた人は対象外</small>		
大腸がん検診		40歳以上の男女	500円	800円
			<small>今年度41歳になる人は無料クーポン送付後受診してください。</small>	
肺がん検診		40歳以上の男女	500円 (喀痰検査有 1,100円)	1,100円 (喀痰検査有 1,900円)
子宮頸がん検診 (2年に1度)		20歳以上の女性	1,400円	1,500円
			<small>今年度21歳になる人は無料クーポン送付後受診してください。</small>	
乳がん検診 (2年に1度)		40歳以上の女性	49歳以下2方向 1,500円 50歳以上1方向 1,200円	49歳以下2方向 1,800円 50歳以上1方向 1,500円
			<small>今年度41歳になる人は無料クーポン送付後受診してください。</small>	
肝炎ウイルス検診		40歳以上で市の肝炎ウイルス検診を受けたことがない人	1,000円	1,500円
			<small>今年度41歳になる人は無料クーポン送付後受診してください。</small>	
歯周病検診		19歳以上の男女	無料	
生活習慣病健診 <small>※6月から2月</small>		19～39歳の男女	1,000円	1,000円
国民健康保険 特定健診 <small>※6月から2月</small>		40～74歳 国保加入者の男女	無料	無料
後期高齢者健診 <small>※6月から2月</small>		75歳以上の男女 (後期加入者)のうち受診券を送付している方		無料
			<small>クーポン発送は6月頃</small>	

クーポン対象	大腸がん・乳がん・肝炎ウイルス検診	昭和58年4月2日～59年4月1日生
	子宮頸がん検診	平成15年4月2日～16年4月1日生

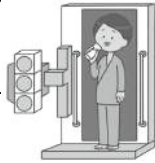

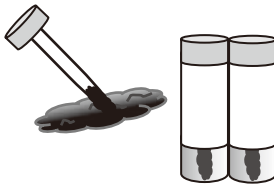
どんな検査をするのか確認！

検査内容






「検診内容」と「受診できない人」をよく読んでから、お申し込みください。
 医療機関での受診申込みは、各医療機関へお申し込みください。(17~20ページ参照)
 総合健診での受診申込みは6ページをご確認ください。

注 意 点 の 共 通

- ◆現在経過観察中や治療中・過去に手術をした人は、お申込みの際にご相談ください。また、職場で受ける機会のある人は、職場での受診を優先してください。
- ◆検査の結果、『要精検』となった場合は、必ず医療機関で精密検査を受けてください。精密検査が未受診の場合は市の検診を受診することができません。
- ◆現在自覚症状のある人は検診ではなく医療機関で診察を受けてください。

	検診内容	受診できない人
胃がん検診	<p>(総)(医)</p> <p>《バリウム検査》</p> <ul style="list-style-type: none"> ●バリウムを飲んでの胃部X線撮影 (検査前は、禁煙・絶飲食が必要です) 	<ul style="list-style-type: none"> ●バリウムを飲んでアレルギー反応があった、または体調不良を起こしたことがある人 ●極度の便秘の人、普段から飲食時にむせやすい人 ●寝返りするなど姿勢の転換が1人ではできない人 ●妊娠中または妊娠の可能性がある人 ●胃を切除する手術を受けた人 ●令和5年度、市の胃がん検診(内視鏡検査)を受診した人
	<p>(医)</p> <p>《内視鏡検査》</p> <ul style="list-style-type: none"> ●カメラを口または鼻から挿入し、食道、胃、十二指腸を直接観察する検査 (検査前は、絶食が必要です) <p>※2年に1度の検診</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●胃の病気で治療中・経過観察中の人(ピロリ菌除菌中を含む) ●胃の全摘手術を受けた人 ●抗血栓薬で治療中の人 ●のどや鼻に内視鏡の挿入ができないような疾患がある人 ●明らかに出血しやすい、またはその疑いがある人 ●急性心筋梗塞や心房細動、重篤な不整脈などの心疾患がある人 ●呼吸不全がある人 ●妊娠中または妊娠の可能性がある人 ●令和5年度、市の胃がん検診(内視鏡検査)を受診した人 
大腸がん検診	<p>(総)(医)</p> <ul style="list-style-type: none"> ●便の潜血反応 (必ず2日分の便提出が必要です。同一日2回分は無効) 	<ul style="list-style-type: none"> ●便に血の混じる可能性のある人 (痔、ポリープ、採便時月経中など) 

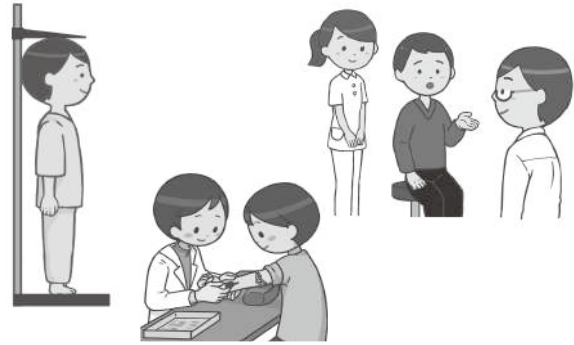
(総) …総合健診(6~12月) (医) …医療機関健診(通年)

	検診内容	受診できない人
肺がん検診	<p>① ②</p> <ul style="list-style-type: none"> ●胸部レントゲン撮影 ●喀痰検査(50歳以上の人で喫煙歴により、必要と認められた人のみ) 	<ul style="list-style-type: none"> ●65歳以上の人で、令和6年度結核健康診断を受けた人 ●医療機関等で、年に1回以上胸部レントゲン撮影またはCT検査を受けている人 ●痰に血が混じる人 ●妊娠中または妊娠の可能性がある人 
乳がん検診	<p>① ②</p> <ul style="list-style-type: none"> ●マンモグラフィ撮影検査 乳房を装置に挟んで圧迫し、X線撮影する検査。 <p>※乳房の張る月経前や月経期間中は、避けてください。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●授乳中、卒乳後6か月以内、妊娠中の人 ●ペースメーカー、V-Pシャント挿入、豊胸手術(脂肪注入等を含む)を受けた人 ●自覚するしこりや、乳頭から分泌物がある人 ●令和5年度、市の乳がん検診を受けた人(令和6年度クーポン券の対象者は除く) 
子宮頸がん検診	<p>① ②</p> <ul style="list-style-type: none"> ●子宮頸部の視診 ●子宮頸部細胞採取(子宮頸部の細胞をこすり取り、顕微鏡で診断) 	<ul style="list-style-type: none"> ●妊娠中または妊娠している可能性がある人 ●令和5年度、市の子宮頸がん検診を受けた人(令和6年度クーポン券の対象者は除く) ●不正出血がある人 
肝炎ウイルス検診	<p>① ②</p> <ul style="list-style-type: none"> ●血液検査 	<ul style="list-style-type: none"> ●市の肝炎ウイルス検診を受けたことがある人(申込み時に受診歴を調べます。) 
歯周病検診	<p>①</p> <ul style="list-style-type: none"> ●歯科検診、歯周ポケット測定 ●ワンポイントブラッシング指導 	<ul style="list-style-type: none"> ●歯周病で治療中の人 ●総入れ歯の人  <p>ピカリン</p>

① …総合健診(6~12月) ② …医療機関健診(通年)

健診内容

- 身体測定
- 血圧測定
- 血液検査
- 腹囲測定（後期高齢者健診にはありません）
- 内科診察
- 検尿
- 問診



＜内科診察で必要と認められた人のみ＞
 （後期高齢者健診にはありません）

- 貧血検査
- 心電図
- 眼底検査

※健診期間：6月から2月

健診種類	対象年齢	ご加入の健康保険	受診できない人
生活習慣病健診 (総)(医)	19～39歳	すべての健康保険	勤務先などで受診の機会のある人。
国民健康保険 特定健診 (総)(医)	40～74歳	長浜市国民健康保険	市の助成を受けて人間ドックを受診する人、今年度0次健診を受ける人、健康診査受診券が発行されていない人。
後期高齢者健診 (医)	75歳以上 (65歳以上の後期高齢者医療制度加入者)	後期高齢者医療制度	病院や施設に入院・入所中の人など『健康診査受診券』が発行されていない人。

(総)…総合健診（6～12月） (医)…医療機関健診（6～翌2月）

(※)総合健診会場については7～9ページ、医療機関については17～20ページを参照。

国民健康保険特定健診・後期高齢者健診の『受診券』について

5月下旬から6月にかけて受診券を保険年金課から郵送します。

お問合せ：保険年金課 国民健康保険特定健診 ☎65-6512
 後期高齢者健診 ☎65-6527



健診で血糖値が高いって言われたけど…。

血圧が高いけど塩辛いものはやっぱり控えるべき？

不規則な生活習慣。改めなくちゃと思うんだけど、どうしたら…。

ご利用ください

健康栄養相談

健診結果の見方や生活習慣の改善、高血圧や糖尿病、高脂血症などの予防について、保健師、管理栄養士が相談をお受けします。



【健康推進課】☎65-7759

個別通知がある健診

健診種類	通知時期	受診料、持ち物など				
結核健康診断 【無料】 地域巡回健診 4月～6月 医療機関健診 17ページ～参照	対象者には 3月中に 受診票送付	対象者：65歳以上の男女（昭和35年4月1日以前に生まれた人） 検診内容：胸部レントゲン撮影 持ち物：受診票（緑色のはがき） ※令和6年度に肺がん検診を受診希望の人、医療機関等で年1回以上胸部レントゲン撮影またはCT検査を受けている人は受診できません。 医療機関でも受診できます。実施医療機関は17ページ～をご覧ください。				
骨粗しょう症 検診	対象者には 5月頃に 通知	<p style="text-align: center;">対象者：生年月日が下記の女性</p> <table border="1" style="margin-left: auto; margin-right: auto;"> <tr> <td>昭和49年4月2日～昭和50年4月1日（50歳）</td> </tr> <tr> <td>昭和44年4月2日～昭和45年4月1日（55歳）</td> </tr> <tr> <td>昭和39年4月2日～昭和40年4月1日（60歳）</td> </tr> <tr> <td>昭和34年4月2日～昭和35年4月1日（65歳）</td> </tr> </table> <p>検診期間・会場：令和6年6月～令和6年12月まで医療機関で実施 受診料：1,800円 申込方法：受診希望日の2週間前までに健康推進課に申し込み 検診内容：腰椎、大腿骨の骨密度測定（DEXA法） 持ち物：受診料、保険証、市から送付の受診案内と検診票（受診できない人）</p> <ul style="list-style-type: none"> 骨粗しょう症や骨折等で治療中、経過観察中の人 両方の股関節に人工関節が入っている人 仰向けの姿勢がとれない人 ・腰椎骨折をしたことがある人 検診希望日から6か月以内にDEXA法の検査を受けた人 より多くの方に検診を受診していただけるよう前回DEXA法による骨粗しょう症検診を受診された人（H29年度以降に市の骨粗しょう症検診を受診された人）は対象となりませんのでご注意ください。 	昭和49年4月2日～昭和50年4月1日（50歳）	昭和44年4月2日～昭和45年4月1日（55歳）	昭和39年4月2日～昭和40年4月1日（60歳）	昭和34年4月2日～昭和35年4月1日（65歳）
昭和49年4月2日～昭和50年4月1日（50歳）						
昭和44年4月2日～昭和45年4月1日（55歳）						
昭和39年4月2日～昭和40年4月1日（60歳）						
昭和34年4月2日～昭和35年4月1日（65歳）						
ながはま 0次予防 コホート事業 （0次健診）	対象者には 別途通知	<p>・0次健診は、市と京都大学大学院医学研究科が市民の健康づくりと医学研究への貢献を目的に実施する健診です。過去に1度も0次健診を受診したことがない人は対象者ではありません。（約5年に1度の健診です。）</p> <p>長浜市国保・後期高齢者医療の人 0次健診を受診することで特定健診・後期高齢者健診も受けたこととなりますので下記の健診は受診できません。0次健診当日に健診受診券を提出してください。</p> <ul style="list-style-type: none"> 市の実施する生活習慣病健診・国民健康保険特定健診（治療中患者情報提供含む）・後期高齢者健診 長浜市国民健康保険の助成を利用する人間ドック 				

湖北歯科医師会事業のご案内

湖北歯科医師会では、お口の健康を守るために各種事業をおこなっています。

親と子の
強い歯をつろう運動(無料)

妊婦さんと1～6歳までのお子さんと保護者を対象に、お口の健診とフッ化物塗布を実施しています。

訪問歯科診療

通院困難な人を対象に、ご自宅や施設にうかがい、歯科治療や口腔ケアをおこないます。

みずは
瑞歯を守ろう運動(無料)

60歳以上の人を対象に、年に1度、お口の衛生指導と健診を実施しています。

詳しくは、湖北歯科医師会のホームページを参照ください。

<https://www.kohokusika.jp/>

歯科医師会ホームページ QR ▶



ピカリン

総合健診 申込み

お申込みはインターネットがおすすめ！

健診はすべて予約が必要です。(インターネットなら24時間申込みOK)ご希望のがん検診や特定健診を組み合わせることで予約できます。託児・通訳がある日や土日の日程もあります。(7~9ページ参照)

【総合健診申込方法 Forma de Reservar】

インターネット (Internet)



下記QRコードを読み込むか、『長浜市総合健診』と検索し、申し込みWebサイトから予約。



長浜市 総合健診 検索

※健診希望日の2週間前までにお申し込みください。
※各日定員があります。お申し込みはお早めに！

郵送 (Correio)



最後のページの申込書に必要事項を記入し、切手を貼らずにポストへ投函。

【5月10日(金)必着】

電話 (Telefone)



健康推進課

☎65-7759

保健センター高月分室

☎85-6420

【受付時間】

平日：午前8時30分

～午後5時15分

健診が予約されます。(内容確認のため折り返し連絡する場合があります。)

受診日の約1週間前に、受診案内・問診票等が届きます。

【注意事項】

- 予約された順に受付時間をわけてご案内します。受診履歴やご加入の健康保険によって、受診対象外となり、予約が受け付けられていない場合があります。健診前に届く受診案内で受付時間・受診内容を必ずご確認ください。
- 当日午前6時の時点で暴風を含む警報または何らかの特別警報が発令された場合、健診は中止です。
- 受診料の免除は必ず健診受診日までに申請してください。
- 託児、通訳のご利用は予約制です。希望日の2週間前までにお申し込みください。
Pessoas que necessitam de assistência p/ cuidados de crianças ou intérprete devem solicitar até 2 semanas antes da data desejada
- 胃がん・肺がん・乳がん・子宮頸がん検診の検診車への乗降が難しい方は、医療機関での受診をお勧めします。

受診料の免除について

住民税非課税世帯、生活保護世帯の方は、生活習慣病健診、がん検診、骨粗しょう症検診、肝炎ウイルス検診の受診料が無料になります。6月以降に必ず健診受診日までに申請してください。

健康推進課、保健センター高月分室での申請、または右記QRコードを読み込んでWebサイトから申請 ▶



事前に
申請

無料券
発行

発行された
無料券を持参
して受診

総合健診 年間日程表

Cronograma Anual do Exame Geral de Saúde e Exame de Câncer, para adultos.

【日程表の見方】

○肺がん検診で、「※リフト車」の表示のある日は、専用の椅子に座ったままで検診が受けられます。

ご希望の方は予約の際にお申し込みください。

○胃がん検診で、「◎」表示がある日は、検診車が2台の予定です。

WEB予約はこちら



😊 : 託児 assistência p/ cuidados de crianças 🗣️ : 通訳 c/ intérprete (português/espanhol)

6月 (Junho)

受付時間：全日程 午前9時～午前11時

実施日	会場名	生	特	肝炎	胃	大	肺	子	乳	歯	託・通
7 (金)	浅井 浅井文化ホール	○	○	○	◎	○	○	○	○	○	
9 (日)	長浜 長浜市保健センター (ながはまリエルセンター内)	○	○	○	◎	○	○	○	○	○	🗣️
13 (木)	びわ びわまちづくりセンター	○	○	○	○	○	○	○	○		
17 (月)	湖北 湖北福祉ステーション	○	○	○	○	○	○	○	○		
19 (水)	余呉 余呉まちづくりセンター	○	○	○	○	○	○	○	○		
22 (土)	高月 保健センター高月分室	○	○	○	◎	○	○	○	○	○	
27 (木)	長浜 長浜サンパレス ♥女性限定♥	○	○	○	○	○	○	○	○		😊
28 (金)	長浜 長浜サンパレス	○	○	○	○	○	○				

7月 (Julho)

実施日	会場名	生	特	肝炎	胃	大	肺	子	乳	歯	託・通
4 (木)	長浜 神照まちづくりセンター	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
5 (金)	虎姫 虎姫まちづくりセンター	○	○	○	○	○	○	○	○		
8 (月)	木之本 木之本まちづくりセンター	○	○	○	○	○	○	○	○		
10 (水)	浅井 浅井文化ホール	○	○	○	◎	○	○	○	○		
13 (土)	長浜 長浜市保健センター (ながはまリエルセンター内)	○	○	○	◎	○	○	○	○		😊 🗣️
16 (火)	長浜 六荘まちづくりセンター	○	○	○	○	○	○				
21 (日)	高月 保健センター高月分室	○	○	○	◎	○	○	○	○		
24 (水)	西浅井 西浅井まちづくりセンター	○	○	○	○	○	○	○	○	○	

知っ得情報!

国民健康保険特定健診は、令和5年度から、前年度受診履歴に関係なく、**全員無料!** ぜひご受診ください。

長浜市公式ハヴィメタル「受けよう特定健診」
YouTubeで動画配信中!



8月 (Agosto)

受付時間：全日程 午前9時～午前11時

実施日	会場名		生	特	肝炎	胃	大	肺	子	乳	歯	託・通
4 (日)	長浜	長浜市保健センター (ながはまビル内)	○	○	○	◎	○	○	○	○		
5 (月)	長浜	長浜市保健センター ♥女性限定♥	○	○	○		○		○	○		😊
6 (火)	高月	保健センター高月分室	○	○	○	◎	○	○	○	○		
24 (土)	高月	保健センター高月分室	○	○	○	◎	○	○	○	○	○	
30 (金)	長浜	長浜市保健センター (ながはまビル内)	○	○	○	○	○	○				

9月 (Setembro)

実施日	会場名		生	特	肝炎	胃	大	肺	子	乳	歯	託・通
5 (木)	長浜	神照まちづくりセンター	○	○	○	○	○	○	○	○		
9 (月)	湖北	湖北福祉ステーション	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
11 (水)	浅井	浅井文化ホール	○	○	○	◎	○	○	○	○		
14 (土)	長浜	長浜市保健センター (ながはまビル内)	○	○	○	◎	○	○ <small>※リフト車</small>	○	○	○	💬
17 (火)	長浜	六荘まちづくりセンター ♥女性限定♥	○	○	○		○		○	○		😊
18 (水)	余呉	余呉まちづくりセンター	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
29 (日)	高月	保健センター高月分室	○	○	○	◎	○	○	○	○		😊
30 (月)	虎姫	虎姫まちづくりセンター	○	○	○	○	○	○	○	○	○	

10月 (Outubro)

実施日	会場名		生	特	肝炎	胃	大	肺	子	乳	歯	託・通
9 (水)	浅井	上草野まちづくりセンター	○	○	○	○	○	○				
10 (木)	木之本	木之本まちづくりセンター	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
13 (日)	長浜	長浜市保健センター (ながはまビル内)	○	○	○	◎	○	○	○	○	○	💬
17 (木)	長浜	長浜サンパレス ♥女性限定♥	○	○	○	○	○	○	○	○		😊
21 (月)	長浜	長浜市保健センター (ながはまビル内)	○	○	○	○	○	○				
26 (土)	高月	保健センター高月分室	○	○	○	◎	○	○	○	○		
31 (木)	西浅井	保健センター西浅井分室	○	○	○	○	○	○	○	○		

11月 (Novembro)

受付時間：全日程 午前9時～午前11時

実施日	会場名	生	特	肝炎	胃	大	肺	子	乳	歯	託・通
1 (金)	長浜 市民交流センター	○	○	○		○		○	○		😊
6 (水)	びわ びわまちづくりセンター	○	○	○	◎	○	○	○	○	○	
9 (土)	長浜 長浜市保健センター (ながはまエリアセンター内)	○	○	○	◎	○	○	○	○		💬
12 (火)	長浜 長浜サンパレス ♥女性限定♥	○	○	○	○	○	○	○	○	○	😊
13 (水)	長浜 長浜サンパレス	○	○	○	○	○	○				
15 (金)	浅井 浅井文化ホール	○	○	○	◎	○	○	○	○		
20 (水)	湖北 湖北福祉ステーション	○	○	○	○	○	○	○	○		
24 (日)	高月 保健センター高月分室	○	○	○	◎	○	○	○	○	○	
29 (金)	長浜 北郷里まちづくりセンター	○	○	○	○	○	○				

😊: 託児 assistência p/ cuidados de crianças

💬: 通訳 c/ intérprete (português/espanhol)

12月 (Dezembro)

実施日	会場名	生	特	肝炎	胃	大	肺	子	乳	歯	託・通
4 (水)	浅井 浅井文化ホール	○	○	○	◎	○	○	○	○	○	
7 (土)	長浜 長浜市保健センター (ながはまエリアセンター内)	○	○	○	◎	○	○	○	○		💬
9 (月)	長浜 長浜市保健センター (ながはまエリアセンター内)	○	○	○	◎	○	○				
13 (金)	高月 保健センター高月分室	○	○	○	◎	○	○	○	○	○	
15 (日)	長浜 長浜市保健センター (ながはまエリアセンター内)	○	○	○	◎	○	○	○	○	○	

◎: 胃がん検診車 2 台の日

※リフト車: 肺がん検診を座ったままで受診可能

WEB 予約はこちら ▶



健診会場・住所	西浅井まちづくりセンター	西浅井町大浦 2590	浅井文化ホール	内保町 2500
	保健センター西浅井分室	西浅井町塩津浜 1795	上草野まちづくりセンター	野瀬町 809
	余呉まちづくりセンター	余呉町中之郷 1117-1	神照まちづくりセンター	神照町 286-1
	木之本まちづくりセンター	木之本町木之本 1757-2	北郷里まちづくりセンター	東上坂町 976-7
	保健センター高月分室	高月町渡岸寺 160	六荘まちづくりセンター	勝町 490
	湖北福祉ステーション	湖北町速水 1860	長浜サンパレス	八幡中山町 1316-3
	虎姫まちづくりセンター	田町 108	市民交流センター	地福寺町 4-36
	びわまちづくりセンター	難波町 448		

健診結果について 個別相談 が受けられます。

国保特定健診
結果説明会

年間10回午前中開催
予約制・各回定員あり
無料

『今回ちょっと数値が悪いだけ…大丈夫、大丈夫』なんて思っていないですか？

生活習慣病の多くは自覚症状なく進行していきます。元気に自分らしく生活できるよう、生活習慣を見直しましょう。健診結果を見ながら保健師・管理栄養士からアドバイスが受けられます！

(約1時間)

お申込み・お問い合わせ/ ☎ 65-7759

●オプション●

『ベジチェック®』・『1日の塩分摂取量測定』・『食事の汁物塩分濃度測定』・『歯のお話』

健康づくりをサポート

健診を受けたら、次のステップ！！

健康で自分らしい豊かな生活を送るため、健診結果から身体の状態を知り、日々の生活習慣を振り返りましょう！

国保特定健診の結果『特定保健指導が必要』の判定が出たらぜひ『特定保健指導』を受けましょう。

Step 1

面談で今の身体の状態を確認。これからの計画・目標を設定。



Step 2

電話や面談、メールなどでアドバイスを受けながら目標に向けチャレンジ！



GOAL

深刻な生活習慣病にならないように健康習慣を身につけましょう。

保健師や管理栄養士があなたの健康づくりを応援します

健診結果により、特定保健指導の対象になった方には、後日、市または、委託業者からご連絡します。 お問い合わせ 65-7759

**「今日はどのくらい歩きましたか？」「野菜、十分摂れていますか？」
皆さんの健康チェックをサポートします。**



あるくん

いい汗かこう！

健康推進アプリ BIWA-TEKU

スマートフォンを活用して、楽しく運動習慣がつけられるウォーキングアプリです。1年間の頑張りで、素敵な賞品が当たります。



ダウンロードはこちら▲

健活チャレンジ

血圧計・体組成計を **2 か月間無料**でお貸しします！

毎日の血圧・体重測定の実践に役立ちます。

問合せはこちらまで↓

【長浜市健康企画課】

☎65-7779

ながはま健康ステーションに行こう！

最新測定器ベジチェック®による野菜摂取量（推定）の測定など、様々な健康チェックや、天気にも左右されず、店内でウォーキングを楽しめる取り組みを行っています。今より、ちょっと健康になるきっかけづくりをぜひお試しください！

実施場所：アル・プラザ長浜 1階

開催日時や場所、詳しい内容については、市ホームページをご覧ください。

ながはま健康ステーション

検索



妊娠 出産 子育てまで

さまざまなシーンに応じて、訪問や電話、オンラインなど、いろいろな方法でサポートします。お気軽にご利用、ご相談ください。

電話相談・お問い合わせ先 ☎65-7751



妊産婦健康診査

妊娠週数に応じて国が定める標準的な妊産婦健康診査項目の費用や新生児聴覚検査にかかった一部費用の助成をしています。また、産後は産婦健康診査費用の助成（2回分）も行います。

産婦・新生児訪問

生後1か月から生後2か月頃のお子さんおよびお母さんを対象に、助産師や保健師が全家庭の新生児訪問を実施しています。お子さんの身体計測、育児や産後の体調などについて相談や支援を行います。



▲産婦・新生児訪問

妊産婦・乳幼児の保護者への オンライン相談

妊娠、出産、子育て期を安心して過ごしていただけるよう、オンラインで無料相談をしています。



▲オンライン相談

多胎児家庭支援事業

〇ピアサポート

多胎児の妊娠中や育児中の方に対し、多胎児育児経験者とながりをもち、悩みや情報を共有することで多胎育児に対する不安の軽減を図る事業です。



▲多胎児
家庭支援事業

ハッピー子育て事業

妊娠期から出産後の時期に安心して子育てができるよう、母子手帳交付時に「ハッピー子育てチケット」を配布しています。市が指定する事業所で使用できますので、ぜひご利用ください。



▲ハッピー子育て
事業

〇健診つきそいサポート

4か月、10か月児健診で、希望する多胎児の保護者を対象に、多胎児ピアサポーターが受診のつきそいをします。

空き時間に多胎児育児についておしゃべりすることもできます。（要申込）

〇ふたご手帖の交付

多胎児を妊娠された方に、多胎の妊娠・出産・育児を知る手帖と妊娠中の記録やお子さんの成長の記録ができるノートを配布しています。

〇妊婦健康診査の公費負担の拡充

従来の妊婦健康診査助成に加え、受診券等を追加で交付します。



産後ケア事業

出産後に、医療機関や自宅等にて、休息や授乳・育児相談が受けられる事業です。育児や授乳でお困りの方はぜひご利用ください。



▲産後ケア事業

子育て個別相談会・離乳食のおはなしタイム（要予約・計測のみでも可）

※いずれも定員があり、先着順となります。

対象者	長浜、浅井、びわ、虎姫地区にお住まいの人	湖北、高月、木之本、余呉、西浅井地区にお住まいの人
会場	長浜市保健センター (ウェルセンター内) Nagahama-shi Hoken Center (c/ interprète)	保健センター 高月分室
令和6年	4月19日(金)	4月25日(木)
	5月15日(水)	5月28日(火)
	6月14日(金)	6月27日(木)
	7月16日(火)	7月31日(水)
	8月19日(月)	8月30日(金)
	9月13日(金)	9月30日(月)
	10月15日(火)	10月28日(月)
	11月18日(月)	11月28日(木)
令和7年	12月13日(金)	12月24日(火)
	1月21日(火)	1月30日(木)
	2月17日(月)	2月28日(金)
	3月14日(金)	3月26日(水)
●時間	午前9時30分～午前11時／予約制(1人あたり30分程度)	
●対象	市内にお住まいの妊婦さん、0歳～就学前のお子さんと保護者	
●持ち物	母子健康手帳、バスタオル	

妊娠中の心身のこと、おっぱいのこと、お子さんの発育・発達、予防接種、歯科、栄養、離乳食、あそびのことなど、子育てについて感じていることはありませんか。疑問や不安に専門のスタッフが個別にお答えします。

おしえて！栄養士さん。

● 離乳食のおはなしタイム

離乳食を始めて「そろそろ2回食にしようかな?」「2回食始めたけど、今の時期でよかったのかな?」など『離乳食の進め方』について悩んでるあなた。もう一度離乳食の進め方についてお話聞いてみませんか?わかりやすいお話で不安も解消!

赤ちゃんとの楽しいお食事タイムのお手伝いをします。

●対象
7か月以降、または2回食を始めるお子さんをもつ保護者

●時間
午前10時～午前11時

★集団で実施します。



先着
15組

予約先

※変更・キャンセルはお電話でご連絡ください。

長浜市保健センター
65-7751

保健センター高月分室
85-6420



子育て個別相談会予約
離乳食のおはなしタイム予約

オンラインでも個別相談を受け付けます。

保健センターに来場が難しい人には、オンラインでも個別相談会を実施しています。

※Zoomを使用しますので、希望される方はアプリのインストールが必要です。



離乳食動画(市作成)

管理栄養士が離乳食の作り方動画を作成しました。離乳食についてわかりやすく説明し、保護者から寄せられる悩みや質問にも答えています。3分程度の短い動画です。



▲離乳食動画



子育てコンシェルジュ～地区担当の保健師～

妊娠・出産・育児に関する疑問やお悩みに

『子育てコンシェルジュ(保健師)』がお答えします。

一人で抱え込まないで
お気軽にお電話ください。

体重が増えて
いるかな

まだ歩けないけど
大丈夫かな

まだしゃべらない
けど大丈夫かな

育児がしんどい



お問い合わせ

長浜市健康推進課 ☎65-7751

北部健康推進センター ☎85-6420



健康づくりのスタートライン

子どもの健康

健康づくりは、お母さんのおなかの中にいる胎児期から始まり、乳幼児期の生活習慣はその後の成長や発達、さらには大人になってからの健康を左右します。乳幼児期はとても大切な特別な時期といえます。健診では、病気の予防と早期発見、育児についての相談や支援を行います。

子どもの健康

乳幼児健診 Exames Pediátricos (申込みは不要)



令和6年度より、保健センター高月分室で開催される4か月児健診と10か月児健診は同日開催になります。**【日程】**と**【受付時間】**にご注意ください。

【お願い】

- 発熱等のかぜ症状が持続している方は、体調が回復した上で次回健診にお越しください。
- 健診受診についてご不安等ございましたら、事前にお気軽にご相談ください。

受付時間

- 【長浜市保健センター】
 - 【保健センター高月分室 1歳8か月児・2歳8か月児・3歳8か月児健診】
 - 偶数日生まれ:午後1時～午後1時35分
 - 奇数日生まれ:午後1時35分～午後2時15分
 - 【保健センター高月分室】
 - 4か月児健診:午後1時～午後1時35分
 - 10か月児健診:午後1時35分～午後2時15分
 - お住まいの地区以外で受ける場合は健診日の2日前までに健康推進課へご連絡ください。
 - Pessoas que necessitam de intérprete (português, espanhol), favor comparecerem no Nagahama-shi Hoken Center (no Well center).
- 【通訳あり】 : c/ intérprete (português/espanhol)

4か月児健診 Exame de 4 meses	対象児 (出生年月)		長浜、浅井、びわ、虎姫地区のお子さん		湖北、高月、木之本、余呉、西浅井地区のお子さん
			長浜市保健センター(Well Center内) 【通訳あり】 Nagahama-shi Hoken Center (c/ intérprete)		保健センター高月分室
			1～15日生まれ	16～末日生まれ	受付時間:1時～1時35分
持ちもの ・母子健康手帳 ・質問票2枚 ・アンケート1枚 (すこやか手帳内) ・バスタオル	2023年	12月生	4月24日(水)	4月25日(木)	4月26日(金)
		1月生	5月30日(木)	5月31日(金)	5月24日(金)
	2024年 (R6)	2月生	6月24日(月)	6月25日(火)	6月28日(金)
		3月生	7月25日(木)	7月26日(金)	7月29日(月)
		4月生	8月27日(火)	8月28日(水)	8月29日(木)
		5月生	9月24日(火)	9月26日(木)	9月27日(金)
		6月生	10月29日(火)	10月30日(水)	10月25日(金)
		7月生	11月25日(月)	11月26日(火)	11月29日(金)
		8月生	12月18日(水)	12月19日(木)	12月20日(金)
		9月生	1月27日(月)	1月28日(火)	1月31日(金)
		10月生	2月26日(水)	2月27日(木)	2月21日(金)
11月生	3月19日(水)	3月21日(金)	3月25日(火)		

10か月児健診 Exame de 10 meses	対象児 (出生年月)		長浜、浅井、びわ、虎姫地区のお子さん		湖北、高月、木之本、余呉、西浅井地区のお子さん
			長浜市保健センター(Well Center内) 【通訳あり】 Nagahama-shi Hoken Center (c/ intérprete)		保健センター高月分室
			1～15日生まれ	16～末日生まれ	受付時間:1時35分～2時15分
持ちもの ・母子健康手帳 ・質問票1枚 (すこやか手帳内) ・バスタオル	2023年 (R5)	6月生	4月22日(月)	4月23日(火)	4月26日(金)
		7月生	5月20日(月)	5月21日(火)	5月24日(金)
		8月生	6月20日(木)	6月21日(金)	6月28日(金)
		9月生	7月19日(金)	7月23日(火)	7月29日(月)
		10月生	8月23日(金)	8月26日(月)	8月29日(木)
		11月生	9月19日(木)	9月20日(金)	9月27日(金)
	2024年 (R6)	12月生	10月22日(火)	10月24日(木)	10月25日(金)
		1月生	11月21日(木)	11月22日(金)	11月29日(金)
		2月生	12月16日(月)	12月17日(火)	12月20日(金)
		3月生	1月23日(木)	1月24日(金)	1月31日(金)
		4月生	2月19日(水)	2月20日(木)	2月21日(金)
5月生	3月17日(月)	3月18日(火)	3月25日(火)		

<p>1歳8か月児健診 Exame de 1 ano 8 meses</p> <p>持ちもの</p> <ul style="list-style-type: none"> ・母子健康手帳 ・質問票1枚 ・アンケート1枚 (すこやか手帳内) ・お子さんの歯ブラシとコップ ・バスタオル 	<p>対象児 (出生年月)</p>	長浜、浅井、びわ、虎姫地区のお子さん		湖北、高月、木之本、余呉、西浅井地区のお子さん
		長浜市保健センター(ウエルシア内) 通訳あり Nagahama-shi Hoken Center (c/ intérprete)		保健センター高月分室
		1~15日生まれ	16~末日生まれ	
2022年 (R4)	8月生	4月17日(水)	4月18日(木)	4月19日(金)
	9月生	5月16日(木)	5月17日(金)	5月14日(火)
	10月生	6月12日(水)	6月13日(木)	6月11日(火)
	11月生	7月17日(水)	7月18日(木)	7月11日(木)
	12月生	8月20日(火)	8月21日(水)	8月9日(金)
2023年 (R5)	1月生	9月11日(水)	9月12日(木)	9月10日(火)
	2月生	10月9日(水)	10月10日(木)	10月11日(金)
	3月生	11月14日(木)	11月15日(金)	11月6日(水)
	4月生	12月11日(水)	12月12日(木)	12月10日(火)
	5月生	1月17日(金)	1月20日(月)	1月16日(木)
	6月生	2月13日(木)	2月14日(金)	2月18日(火)
	7月生	3月12日(水)	3月13日(木)	3月11日(火)

<p>2歳8か月児健診 Exame de 2 ano 8 meses</p> <p>持ちもの</p> <ul style="list-style-type: none"> ・母子健康手帳 ・質問票1枚 ・ささやき声検査結果票1枚 (すこやか手帳内) ・お子さんの歯ブラシとコップ ・バスタオル 	<p>対象児 (出生年月)</p>	長浜、浅井、びわ、虎姫地区のお子さん		湖北、高月、木之本、余呉、西浅井地区のお子さん
		長浜市保健センター(ウエルシア内) 通訳あり Nagahama-shi Hoken Center (c/ intérprete)		保健センター高月分室
		1~15日生まれ	16~末日生まれ	
2021年 (R3)	8月生	4月12日(金)	4月16日(火)	4月11日(木)
	9月生	5月8日(水)	5月9日(木)	5月13日(月)
	10月生	6月6日(木)	6月7日(金)	6月10日(月)
	11月生	7月8日(月)	7月9日(火)	7月5日(金)
	12月生	8月6日(火)	8月7日(水)	8月8日(木)
2022年 (R4)	1月生	9月5日(木)	9月6日(金)	9月9日(月)
	2月生	10月7日(月)	10月8日(火)	10月4日(金)
	3月生	11月11日(月)	11月12日(火)	11月5日(火)
	4月生	12月4日(水)	12月5日(木)	12月6日(金)
	5月生	1月14日(火)	1月15日(水)	1月8日(水)
	6月生	2月6日(木)	2月7日(金)	2月12日(水)
	7月生	3月4日(火)	3月5日(水)	3月6日(木)

<p>3歳8か月児健診 Exame de 3 ano 8 meses</p> <p>持ちもの</p> <ul style="list-style-type: none"> ・母子健康手帳 ・質問票1枚 ・アンケート1枚 (すこやか手帳内) ・お子さんの歯ブラシとコップ ・お子さんの尿 (できるだけ朝一番の尿を清潔な容器に入れて来て下さい) ・バスタオル 	<p>対象児 (出生年月)</p>	長浜、浅井、びわ、虎姫地区のお子さん		湖北、高月、木之本、余呉、西浅井地区のお子さん
		長浜市保健センター(ウエルシア内) 通訳あり Nagahama-shi Hoken Center (c/ intérprete)		保健センター高月分室
		1~15日生まれ	16~末日生まれ	
2020年 (R2)	8月生	4月9日(火)	4月10日(水)	4月5日(金)
	9月生	5月2日(木)	5月7日(火)	5月10日(金)
	10月生	6月4日(火)	6月5日(水)	6月3日(月)
	11月生	7月1日(月)	7月2日(火)	7月3日(水)
	12月生	8月1日(木)	8月2日(金)	8月5日(月)
2021年 (R3)	1月生	9月3日(火)	9月4日(水)	9月2日(月)
	2月生	10月2日(水)	10月3日(木)	10月1日(火)
	3月生	11月7日(木)	11月8日(金)	11月1日(金)
	4月生	12月2日(月)	12月3日(火)	12月9日(月)
	5月生	1月9日(木)	1月10日(金)	1月7日(火)
	6月生	2月3日(月)	2月4日(火)	2月5日(水)
	7月生	3月7日(金)	3月10日(月)	3月3日(月)

※乳幼児健診は、当日午前11時の時点で暴風を含む警報または何らかの特別警報が発令された場合は中止します。

○市ホームページや広報ながはま、子育て応援アプリ『ながまるキッズ!』でも日程を確認いただけます。

○乳幼児健診の持ち物である質問票やアンケートがお手元がない場合は、長浜市ホームページに掲載している質問票等を印刷してご持参ください。また、長浜市保健センターや北部健康推進センター(保健センター高月分室)でも配布しています。

○乳幼児健診についてのご質問・ご相談は右記 QR コードからも可能です。ご入力の内容については後日担当者から連絡(平日 8:30~17:15)させていただきます。



▲乳幼児健診日程表



▲乳幼児健診質問相談

予 防 接 種

かからないため、^{ひろ}広げないため予防しましょう

ウイルスや細菌が原因で発症する病気の中でも、予防接種で防ぐことができる病気や、発症しても軽く済む病気があります。また予防接種を受けることは、自分がかからないだけでなく、周りの人にうつさない、流行させないという重要な役割があります。

- ◆ 予防接種は全て医療機関での接種となります。医療機関（17～20 ページ参照）に直接予約してください。
- ◆ 記載の予防接種は、接種後に万が一医療機関での治療が必要になったり、生活に支障を残すような健康被害が生じた場合は「予防接種法」による給付を受けることができます。
- ◆ 市内医療機関やそのほか詳しい情報は、下記QRコードを読み込むか『長浜市 高齢者の予防接種』・『長浜市 定期予防接種』で検索し、長浜市ホームページをご確認ください。



大人の定期予防接種

高齢者肺炎球菌感染症ワクチン 接種費用 個人負担：2,600円

※接種対象の人には接種券（はがき）を送付します。接種の際医療機関にご持参ください。

- 接種対象者：長浜市に住民登録があり、初めて高齢者の肺炎球菌感染症ワクチンを接種する人で、接種日に①または②に当てはまる人。
 - ① 65歳の人 ※現在64歳の方は65歳のお誕生日を迎えてからが対象になります
 - ② 60歳以上65歳未満で、心臓、腎臓、呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスにより、免疫の機能に障害を有する人（身体障害者手帳1級程度）
- 接種期間：上記対象年齢の間
 - ★対象者のうち、生活保護世帯の方は接種費用を助成します。助成を受けるには事前申請が必要です。

高齢者インフルエンザワクチン 接種費用（予定） 個人負担：2,260円

- 接種対象者：長浜市に住民登録があり、接種日に次の①または②に当てはまる人
 - ① 65歳以上の人 ※現在64歳の方は65歳のお誕生日を迎えてからが対象になります
 - ② 60歳以上65歳未満で、心臓、腎臓、呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスにより、免疫の機能に障害を有する人（身体障害者手帳1級程度）
- 接種期間：（予定）令和6年10月1日（火）～令和6年12月31日（火）
 - ★対象者のうち、生活保護世帯の方は接種費用を助成します。助成を受けるには事前の申請が必要です。
 - ★ワクチンの供給等の関係で期間が前後する場合は、広報やホームページでお知らせします。

高齢者コロナウイルスワクチン 接種費用 広報やホームページでお知らせします。

- 接種対象者：長浜市に住民登録があり、接種日に次の①または②に当てはまる人
 - ① 65歳以上の人 ※現在64歳の方は65歳のお誕生日を迎えてからが対象になります
 - ② 60歳以上65歳未満で、心臓、腎臓、呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスにより、免疫の機能に障害を有する人（身体障害者手帳1級程度）
- 接種期間：秋から冬 詳細な期間は決まり次第広報やホームページでお知らせします。
 - ★対象者のうち、生活保護世帯の方は接種費用を助成します。助成を受けるには事前の申請が必要です。

子どもの予防接種

『予防接種法』に基づいて実施され、受けるように努めなければならない予防接種です。

接種費用：無料（接種対象年齢外の方は自己負担金が必要です）


- 接種対象者：長浜市に住民登録があり、対象年齢の人（詳細は下表）
- 持ち物：母子健康手帳、保険証などの住所の確認ができるもの

★接種の際は必ず保護者(父または母)が同伴してください。保護者以外の方が同伴の場合は、保護者が記入した委任状が必要です。また、同伴できる人は接種者の普段の健康状態を知っている親族などです。

市が実施する子どもの定期予防接種の種類と対象

- ・子どもの予防接種の詳細については、冊子「予防接種と子どもの健康」をご覧ください。
- ・市内医療機関やそのほか詳しい情報は長浜市ホームページでもご確認いただけます。

【異なった種類のワクチンを接種する場合の interval】注射生ワクチンを接種後、異なった注射生ワクチンを接種する場合は27日間(4週間)以上、間隔をあけてください。

予防接種名		接種回数	接種できる年齢		
定期 予 防 接 種 (医 療 機 関 ・ 個 別 接 種)	ロタウイルス	□タリックス (経口生ワクチン)	2回	生後6週から生後24週まで ★1回目は生後14週6日までに接種してください	
		□タテック (経口生ワクチン)	3回	生後6週から生後32週まで ★1回目は生後14週6日までに接種してください	
	B型肝炎 (不活化ワクチン)		3回	1歳になる1日前まで	
	小児肺炎球菌 (不活化ワクチン)		初回3回 追加1回	生後2か月～5歳になる1日前まで ★接種開始月齢によって回数異なります ★追加接種は1歳になってから接種してください	
	五種混合 又は 四種混合・ヒブ	NEW 五種混合 (不活化ワクチン) 急性灰白髄炎・百日咳 ジフテリア・破傷風・ヒブ	初回3回 追加1回	対象 四種混合・ヒブの接種を 1回も行っていない方	生後2か月～7歳6か月になる1日前まで
		四種混合 (不活化ワクチン) 急性灰白髄炎・百日咳 ジフテリア・破傷風	各 初回3回	対象 令和6年3月31日 以前に四種混合・ヒブ を1回以上接種した方	生後2か月～7歳6か月になる1日前まで
		ヒブ (不活化ワクチン)	追加1回		生後2か月～5歳になる1日前まで ★接種開始月齢によって回数異なります
	BCG (注射生ワクチン)		1回	1歳になる1日前まで ★標準的な接種時期は生後5か月～8か月	
	麻しん風しん混合 (注射生ワクチン)	麻しん・風しん	1回	1期	1歳～2歳になる1日前まで ★1歳になったら早めに受けましょう
			1回	2期	幼稚園・保育園等の年長児(H30.4.2～H31.4.1生) ★年長児になったら早めに受けましょう
水痘 (注射生ワクチン)		2回	1歳～3歳になる1日前まで		
※無 料 ・ 要 予 約	日本脳炎 (不活化ワクチン)		1回	1期	生後6か月～7歳6か月になる1日前まで ★標準的な接種開始時期は3歳から
			1回	2期	9歳～13歳になる1日前まで 【特例対象者】 平成19年4月1日までに生まれた人は、20歳になる1日前まで未接種分を無料で受けられます
二種混合 (不活化ワクチン)		1回	11歳～13歳になる1日前まで ★小学6年生で受けましょう		
子宮頸がん予防 (不活化ワクチン)		長浜市ホームページ 「HPVワクチン(子宮頸がん 予防ワクチン)予防接種」 	対象① 小学6年生～高校1年生の女子(H20.4.2～H25.4.1生) 対象②(キャッチアップ) 平成9年度～平成19年度生まれの女子		

予
防
接
種

健診と予防接種
禁煙外来
実施
医療機関

必ず事前にご予約ください

各医療機関の診療時間等は湖北医師会ホームページから確認できます。臨時休診や診察時間変更の場合もあります。最新の情報は各医療機関個別の電話やホームページからご確認ください。



▲湖北医師会
ホームページ

◆：国民健康保険特定健診・後期高齢者健診のみ実施 不：健診予約不要 ■：かかりつけ患者のみ

地区	医療機関名	連絡先	各種健（検）診※1						大人の予防接種※2	
			結核健康診断	生活習慣病 国民健康保険特定 後期高齢者	大腸がん	胃がん (内視鏡検査)	乳がん	子宮頸がん	高齢者 インフル エンザ	高齢者の 肺炎球菌 感染症
長 浜	アップルクリニック	68-0355								
	イワセ整形外科	65-2211						○		
	岩本整形外科	64-1866		◆				○	○	
	岡崎医院	65-0019		○不				○	○	
	おくだ医院	65-5775		○不				○	○	
	算医院	62-7330		○	○			○	○	
	風の街こどもクリニック	68-2100								
	きとうクリニック	65-5100	○	○	○			○	○	
	くもん医院	68-1116	○不					○	○	
	クリニックムライ	65-2125		◆不				○	○	
	小林クリニック	65-6060		○				○	○	
	近藤クリニック	64-2110		○不				○	○	
	佐々木クリニック	53-1701	○不	○不	○	○		○	○	
	佐藤クリニック	65-0100						○		
	佐野クリニック	65-5800		○不	○			○	○	
	メディカルアート澤田医院	62-0875	○	○	○			○	○	
	下坂クリニック	62-0080		○	○			○	○	
	市立長浜病院	(予防接種) 68-2300 ※健診日程は21ページ (健診・平日 13-17時) 68-2335		○	○	○	○	○	○	
	まちのほけんしつ すこやか kidsクリニック	68-3213								
	セフィロト病院	62-1652		○				○	○	
	つかクリニック	53-3410		○	○			○	○	
	つつみクリニック	63-0223						○	○	
	堤整形外科	62-1414						○	○	
	中西医院	63-1812		○不	○			○	○	
	長浜赤十字病院	(代表)63-2111 (子宮頸がん検診) 平日 11~15時 63-0016 注)診察券のない方は登録のため 来院していただく必要があります。		◆ 6月~9月		○ 申し込みは平日 14~16時	○ 申し込み方法は 18ページ※1	○	○ 入院患者のみ	
	長浜メディケアセンター	65-2011						○	○	
	西川医院	62-4412	○不	○	○	○		○	○	
	のざと内科	62-5550						○	○	
	橋場レディスクリニック	63-5555						○		
	華房クリニック	62-1547		○				○	○	
	はまたに内科・循環器内科クリニック	53-3017		○不	○			○	○	
	ばんば内科・消化器内科	53-3600 平日 13:30~15:30	○	○	○	○		○	○	
東野医院	65-3380		○				○	○		
びわこ学園長浜診療所	53-2771						○	○		
布施クリニック	65-3811		○不	○			○	○		
森上内科循環器科クリニック	64-4846		○不	○			○	○		
よしだクリニック	65-2490						○			
リウマチ科みやもと	53-3887						○	○		

医療機関一覧

※1 乳がん検診は、市立長浜病院は直接病院へ、長浜赤十字病院・市立湖北病院は下記 QR コードから Web 予約、または健康推進課に電話予約してください。(☎65-7759)

※2 予防接種は長浜市以外の契約医療機関でも受診できます。予防接種を長浜市以外の医療機関で行う場合は、下記 QR コードから Web で確認いただくか、健康推進課にご相談ください。

- 国民健康保険特定健診・後期高齢者健診・大腸がん検診・子宮頸がん検診・乳がん検診は下記の医療機関のほか、長浜市以外の契約医療機関でも受診できます。契約医療機関については、健康推進課にご相談ください。
- 禁煙外来を希望する場合は、曜日指定や外来休止の場合があるため、まず医療機関へお問い合わせください。

定期予防接種事業(乳幼児)▶



乳がん検診予約▶



医療機関名	子どもの予防接種 ※2														禁煙外来	
	B C G	B 型 肝 炎	ロ タ リ ッ ク ス	ロ タ テ ッ ク	ヒ ブ	小 児 肺 炎 球 菌	四 種 混 合	五 種 混 合	麻しん 風しん		水 痘	日 本 脳 炎	二 種 混 合	子 宮 頸 が ん 予 防		
									一 期	二 期						
アップルクリニック																○
イワセ整形外科																
岩本整形外科															○	
岡崎医院	○	○		○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
おくだ医院													○			
算医院		○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
風の街こどもクリニック	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
きとうクリニック															○	
くもん医院																
クリニックムライ									○	○	○	○	○			
小林クリニック										○	○	○	○	○	○	○
近藤クリニック																
佐々木クリニック	○	○		○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
佐藤クリニック															○	
佐野クリニック										○		○2期				
メディカルアート澤田医院	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
下坂クリニック																
市立長浜病院	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
まのほけんしつ すこやかkidsクリニック	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
セフィロト病院																
つかクリニック															○	
つつみクリニック																
堤整形外科																
中西医院																
長浜赤十字病院	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
長浜メディケアセンター																
西川医院																
のざと内科																
橋場レディースクリニック																
華房クリニック	○	○		○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
はまたに内科・循環器内科クリニック							○	○	○	○	○	○	○	○		
ばんば内科・消化器内科		○													○	
東野医院										○		○2期	○			
びわこ学園長浜診療所									○	○	○		○			
布施クリニック															○	○
森上内科循環器科クリニック													○	○		
よしだクリニック																
リウマチ科みやもと																

医療機関一覧

地区	医療機関名	連絡先	各種健(検)診※1						大人の予防接種※2	
			結核健康診断	生活習慣病 国民健康保険特定 後期高齢者	大腸がん	胃がん (内視鏡検査)	乳がん	子宮頸がん	高齢者 インフル エンザ	高齢者の 肺炎球菌 感染症
浅井	浅井診療所	74-1209		○	○				○	○
	浅井東診療所	76-8111		○	○				○	○
	こだまクリニック(旧あしたクリニック)	74-2011	○	○	○				○	○
	嶋田ファミリークリニック	74-8110			○				○	○
びわ	中川医院	72-8077	○	○	○				○	○
	橋本医院	72-3668		○	○				○	○
	東川クリニック	72-8633	○		○				○	○
	老人保健施設 琵琶	72-8080							○	○
虎姫	太田医院	73-2032			○				○	○
	湖北グリーンブクリニック	73-3917							○ 入居者のみ	○ 入居者のみ
	さざなみ整形外科	73-8111							○	
	虎姫診療所	73-2062	■7~10月	○7~10月					○	○
湖北	安達クリニック	78-0005		○	○				○	○
	江村医院	79-0007	○不	○不	○				○	○
	みやこクリニック	78-1884		○		○			○	○
高月	雨森医院	85-3106		◆不	○				○	○
	上松医院	85-3189	○不	○不	○				○	○
	布施内科医院	85-5600		○	○				○	○
	安井医院	85-3110		○不	○				○	○
木之本	岩根医院	82-2045		○	○				○	○
	荻野医院	82-5177	○不	○不	○				○	○
	長浜市立湖北病院	82-3315 健診(検診) 14:00~16:00 予防接種 13:00~15:00 ※水曜除く平日	○	○		○	○	○	○	○
	前川医院	82-2038		○不	○				○	○
西浅井	にしあざい診療所	89-0012		○不	○				○	○
	塩津出張診療所	88-0341		○不	○				○	○
余呉	中之郷診療所	86-8105	○不	○不					○	○

◆：国民健康保険特定健診・後期高齢者健診のみ実施 不：健診予約不要 ■：かかりつけ患者のみ

『かかりつけ医』『かかりつけ歯科医』『かかりつけ薬局』を持ちましょう

◆「かかりつけ医」「かかりつけ歯科医」「かかりつけ薬局」とは？

「かかりつけ医」「かかりつけ歯科医」とは、あなたのいつもの状態を把握している身近な診療所や医院のことです。診療のほかにも健康について気軽に相談できる「かかりつけ医」「かかりつけ歯科医」を持ち、健康状態を把握してもらうことは、病気の早期発見・治療につながります。また「かかりつけ薬局」を持つことで、薬の重複や飲み合わせなども管理でき、より有効で安全に薬を使用することができます。

◆専門医(病院)と連携しながら治療を行います。

「かかりつけ医」では、入院や精密検査、高度な治療が必要な場合には、適切な医療機関や専門医を紹介し、治療の経過や薬の情報を共有しながら治療を行います。



医療ネットしが <https://www.shiga.iryu-navi.jp/qqport/kenmintop/>

お近くの医療機関を検索することができます。県内の医療機関の場所や診療時間・診療科目のほか、子どもの応急手当などの役立つ情報を提供しています。



医療ネットしが ▲



医療機関名	こどもの予防接種 ※2													禁煙外来	
	B C G	B 型 肝 炎	ロ タ リ ッ ク ス	ロ タ テ ッ ク	ヒ ブ	小 児 肺 炎 球 菌	四 種 混 合	五 種 混 合	麻しん 風しん		水 痘	日 本 脳 炎	二 種 混 合		子 宮 頸 が ん 予 防
									一 期	二 期					
浅井診療所	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
浅井東診療所	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
こだまクリニック		○		○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
嶋田ファミリークリニック	○	○	○		○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
中川医院	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
橋本医院	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
東川クリニック	○	○	○		○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
老人保健施設 琵琶															
太田医院															
湖北グリープクリニック															
さざなみ整形外科															
虎姫診療所		○			○	○			○	○	○	○	○	○	
安達クリニック	○	○	○		○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
江村医院	○	○	○		○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
みやこクリニック															
雨森医院										○		○	○	○	
上松医院	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
布施内科医院		○			○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
安井医院	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
岩根医院	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
荻野医院		○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
長浜市立湖北病院	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
前川医院										○			○		
にしあざい診療所	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
塩津出張診療所	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
中之郷診療所															

医療機関一覽

軽症の人が休日急患診療所をご利用いただくことで、本来の病院の救急外来の役割を果たせます。

長浜米原休日急患診療所

【感染症対策のお願い】
受診の際は必ずお電話のうえ、マスクを着用してください。

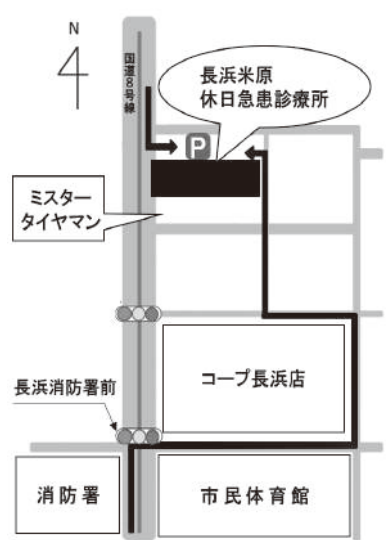
- 【診療科】 内科・小児科
- 【診療日】 日曜・祝日・年末年始（12/30～1/3）
- 【受付時間】 8：30～11：30 / 12：30～17：30
- 【電話番号】 65-1525
- 【場所】 長浜市宮司町1181番地2（湖北医療ビル* - センター「メディカ」内）
- 【持ち物】 健康保険証、福祉医療券、お薬手帳、母子健康手帳（乳幼児の場合）

● 小児救急電話相談 / 電話番号#8000番 または 077-524-7856
平日・土曜日…午後6時～翌朝8時 日曜・祝日・年末年始…午前9時～翌朝8時

● こどもの救急ホームページ <http://kodomo-qa.jp/>
夜間や休日などの診療時間外に病院を受診するかどうかの判断の目安を提供しています。



こどもの救急ホームページ



市立長浜病院でも市の健診・検診が受けられます

**おすすめ
ポイント!**

- ・ゆったりできるラウンジや清潔感のある更衣室を設置しています。
- ・各検診を組み合わせ、ご都合のよい日に受診できます。

曜日/午前・午後 健診・検診 項目	月		火		水		木		金	
	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後
生活習慣病健診 ※6～2月		●		●				●		●
特定健診 (国保) ※6～2月		●		●				●		●
後期高齢者健診 ※6～2月		●		●				●		●
胃がん検診 (バリウム・内視鏡共)		●		●		●		●		●
肺がん検診		●		●		●		●		●
大腸がん検診	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
乳がん検診	●		●	●	●	●	●		●	
子宮頸がん検診	●			●				●		
肝炎ウイルス検診	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●

対象者、料金については、1ページを参照ください。

※祝日・年末年始は除きます。

お申込み先：市立長浜病院 ヘルスケア研究センター

電話：68-2335 ※平日の午後1時から午後5時まで

みんなで
広めよう

『ゲートキーパー』

気づき

傾聴

つなぎ

見守り



ココロン

ゲートキーパーは「心の門番（もんばん）」と訳され、悩んでいる人に気づいて支援につなげる人のことです。一人ひとりが、身近な人の様子を気にかけて、こころのサインに気づくことが、大切ないのちを守ることに繋がります。

相談窓口はこちら ▶



長浜市健康大使 しみずけん 清水健 氏

長浜市健康大使からのメッセージ

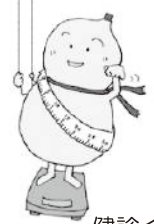
「歩いているかな？」「体重測っているかな？」

「健診行ったかな？」分かってはいるけど、毎日忙しい、忙しいです。毎日、バタバタです。でも、だからこそ！

『知る』ことで気づけることがある。


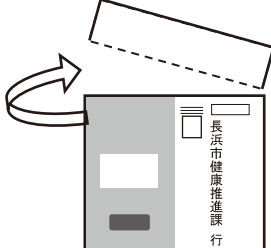
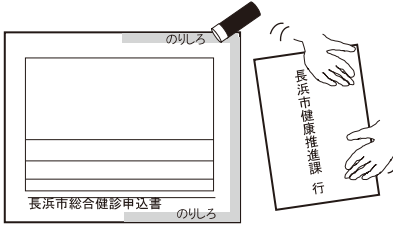

自分のために、大切な人のために。

ご家族で、お友だちで、毎日の「健康」を意識してみてください。



健診くん

▼ 郵便申込書の使い方▼

①必要事項を記入。	②キリトリ線で切り、宛先を外側にして半分に折る。	③中面ののりしろにのりをつけ、しっかり貼り付ける。	④切手を貼らずポストに投函。
			

受診案内は、お申込みいただいた受診日の約 1 週間前に届きます。

申込書のご利用方法

- ①裏面に必要事項を記入する。
- ②切り取り線で切り取り、山折り線で半分に折る。
- ③裏面ののりしろにのりをつけ、しっかり貼り付ける。
- ④切手を貼らずにポストに入れる。

●健診の申込みにより知り得た個人情報、健診事業以外には一切使用しません。

郵便申込み締切
令和6年5月10日（金）
必着

料金受取人払郵便

長浜局
承認
503

差出有効期間
令和6年9月
30日まで
(切手を貼らずに
お出してください)

5 2 6 - 8 7 9 0

山
折
り



長浜市健康推進課(長浜市保健センター)行

長浜市小堀町三二一三
ながはまウエルセンター内

令和6年度 総合健診申込書

【必要事項をご記入のうえお申込みください。】

Inscrição para os Exames Gerais de Saúde para Adultos (Sougou Kenshin) do ano 2024
[favor escreva os itens requeridos e realizar a inscrição]

- 6 ページの総合健診申込方法と注意事項を必ずご確認ください。
- 対象者は1 ページ、総合健診日程表は7 ページです。
- 申込書の使い方は裏面をご覧ください。

郵送締切：5月10日（金）必着。以降はネット予約か電話で受け付けます。

本申込書は機械で読み取りますので、枠内に記載いただきますようご協力をお願いします。

キ リ ト リ

のりしろ

住所	長浜市			
名前 (カタカナで記入)	例 ナガハマ ハナコ			
生年月日	④ 43 3 3 H 年 月 日	S H 年 月 日	S H 年 月 日	S H 年 月 日
日中連絡がつく 電話番号	090-1234-56××	-	-	-
生活習慣病健診 (19~39歳)	月 日	月 日	月 日	月 日
国保特定健診 (40~74歳)	7 月 3 日	月 日	月 日	月 日
胃がん検診 (40歳以上)	7 月 3 日	月 日	月 日	月 日
大腸がん検診 (40歳以上)	7 月 3 日	月 日	月 日	月 日
肺がん検診 (40歳以上)	月 日	月 日	月 日	月 日
子宮頸がん検診 (20歳以上) (2年に1回)	7 月 3 日	月 日	月 日	月 日
乳がん検診 (40歳以上) (2年に1回)	7 月 3 日	月 日	月 日	月 日
肝炎ウイルス検診 (40歳以上) (受けたことある人は対象外)	月 日	月 日	月 日	月 日
歯周病検診 (19歳以上)	月 日	月 日	月 日	月 日

令和6年度総合健診申込書

のりしろ

のりしろ