

1 1 . 健康

(1) 怀孕时

怀孕生子是一件对将要出生的孩子负有重责大任的事情。

为了夫妻和将要出生的孩子、尽可能在无忧无虑的环境下完成怀孕、分娩。

当确定怀孕后、请到医疗机构就诊并尽快向市政府提交《妊娠申报书》

分发《母子健康手册》和《长滨母子健康手册增补本（孕产妇健康检查优惠券在内）》

※在健康推进课也可以领取外国语版本的“母子健康手册”。

种类	对象	内 容	实施地点	备 注
发放母子健康手册	孕妇	发放母子健康手册。（请持医疗机构等机构发行的“妊娠登记书”、本人确认证件。）	健康推进课 北部健康推进中心	母子健康手册可作为成长记录、记录从怀孕期间的孩子成长状况及预防接种疫苗的情况。
孕产妇健康检查	孕妇	对国家规定的标准孕妇检查项目提供检查费用的补贴。	县内的医疗机构（妇产科） ※若为县外的医疗机构请咨询。	在发放母子健康手册的同时发放“体检券”。
孕妇咨询	孕妇	保健师会提供孕期中关于身心的烦恼及担心事项等情况的咨询服务。	健康推进课 北部健康推进中心	

(2) 孩子出生后

(1) 出生申报及国籍的获得、国籍的选择

孩子出生后、由医生及助产士发行“出生证明书”。

即使父母为外国人出生的婴儿也适用日本户籍法、因此请在出生当日起 14 日内前往市政府提交“出生申报书”。在此之前、请决定好孩子的姓名并准备好其他所需材料一同提交。如果孩子不拥有日本国籍、必须到入境管理局申请“获取在留资格”等。

【出生登陆】

所需材料：出生申报（出生证明书）、申报人的印章（没有印章时也可用签名代替）、母子健康手册、健康保险证、护照、在留卡等、其他

※在日本境内出生的新生儿、还需向父母的出身国进行申报。办理手续的方法等请向出身国的驻日大使馆或领事馆确认。

【新生儿国籍的获得】

国籍对孩子的将来是非常重要的事项。无论要取得哪个国家的国籍、都需要办理必要的申请手续。在孩子出生前、请事先向各大使馆及市政府的市民课、法务局等机构咨询并确认好所需材料。

父母的国籍	新生儿的国籍	申请手续
父母双方中有一方为日本国籍并互为婚姻关系	日本国籍	1. 向居住地的市政府提交出生申报 2. 对外国国籍的获得、请咨询其国家驻日大使馆或领事馆
父母双方均为外国国籍	外国国籍	请咨询父母出身国的大使馆或领事馆。

【国籍的选择】

新生儿获得日本以外的国籍时、向日本的相关部门提交出生申报的同时请一同提交“国籍保留”申报书。由于日本法律不承认同时持有日本国籍与外国国籍两个国籍（双重国籍）、因此在满 22 周岁前必须选择其中一方的国籍。详情请向法务局确认。

【早产儿养育医疗费支付事业】

婴儿出生时体重未满 2000 克的婴儿或根据医生（指定医疗机构）的判断并符合一定条件的未满一周岁的婴儿、在进入指定医疗机构住院、接受治疗的情况下、医疗费（医疗保险部分）的个人负担的一部分可获得补贴。请与健康推进科或者北部健康推进中心联系。

（3）婴幼儿的各种体检

为了孩子的健康成长、提供各类咨询并提供体检等服务。

时间、地址、对象儿童、所持物品等详细内容将通过“长滨广报”保险快讯等公布。

种 类	对 象	内 容	备 注
新生儿访问	全体新生儿 (婴儿)	保健师、助产士等相关人员将访问新生 1~3 个月左右婴儿的家庭、并就育儿等事项提供建议。	请邮寄母子健康手册之别册所附的请通过邮送「新生儿访问指导委托书」、电话或者再网上申请。
婴幼儿体检 	4 个月婴儿	婴幼儿时期的疾病预防和早期发现、就育儿事项提供咨询和支援。※详细内容请参见《长滨广报》、长滨市官方网站。	健康推进课 北部健康推进中心
	10 个月婴儿		
	1 岁 8 个月幼儿		
	2 岁 8 个月幼儿		
	3 岁 8 个月幼儿		

（4）疫苗接种

疫苗接种法规定、育苗针接种的目的是预防传染病的感染、以预防疾病的感染及发病、减轻疾病的症状以及防止疾病蔓延。

为了不受疾病感染、平时加强免疫力也是非常重要的。

◆疫苗接种法规定的疫苗接种

个别接种 随时都可在指定医疗机构进行接种。

※需要事先预约、请直接向医疗机构申请。

※免费接种。（非对象年龄者需负担全额费用。）

※如果在长滨・米原市以外进行接种、请务必提前在长滨市官网申请。

种 类	接种年龄	接种方法
BCG（结核病）	截至在 1 岁生日的前一天	接种一次 标准为在出生后的 5~8 个月
轮 状 病 毒 (rotarikkusu)	出生后 6 周至 24 周的期限内	间隔 27 天以上接种 2 次 ※第 1 次在出生后 14 周零 6 天之内接种

种 类	接种年龄	接种方法
轮状病毒 (rotatekku)	出生后 6 周至 32 周的期限内	间隔 27 天以上接种 3 次 ※第 1 次在出生后 14 周零 6 天之内接种
五联疫苗预防针 (白喉、百日咳、破伤风、灭活脊髓灰质炎和乙型流感嗜血杆菌感染)。	2 个月至 7 岁半前 1 天。 *未接种过四联疫苗和 Hib 疫苗 (b 型流感嗜血杆菌疫苗)	1 期: 20 天以上一次、总计 3 次 1 期追加: 第 1 期初次的第三次接种结束后 6 个月至 18 个月接种
四联疫苗预防针 (白喉、百日咳、破伤风、不活化小儿麻痹)	出生后 2 个月至满 7 岁半的前一天 *接种过一次四联疫苗和 Hib 疫苗	1 期: 接种 3 次、两次之间需间隔 20~56 天 1 期追加: 第 1 期初次的第三次接种结束后的一年后再接种一次
脊髓灰质炎灭活疫苗	出生后 3 岁至满 7 岁半的前一日 ※优先接种四联疫苗	1 期: 接种 3 次、两次之间需间隔 20 天以上 1 期追加: 第 1 期初次的第三次接种结束后的一年后再接种一次
三联疫苗 (白喉、百日咳、破伤风)	出生后 3 岁至满 7 岁半的前一日 ※优先接种四联疫苗 ※仅限于因前往国外有疫情等理由而需要接种者	1 期: 接种 3 次、两次之间需间隔 20~56 天 1 期追加: 第 1 期初次的第三次接种结束后的一年后再接种一次
麻疹风疹混合 (麻疹与风疹的混合疫苗) 	1 期: 1 岁起至满 2 岁的前一日	1 期: 接种一次
	2 期: 相当于幼稚园的大班组的年龄 (5 岁以上未满 7 岁并且在进入小学的 1 年前 (4 月 1 日~3 月 31 日) 间)	2 期: 接种一次 
二联疫苗 (白喉、破伤风)	11 岁至满 13 岁的一天前	接种一次
日本脑炎	1 期 (初次、追加): 从出生后 6 个月起到年满 7 岁零 6 个月的前一天为止 2 期: 9 岁起至满 13 岁一日前 ※若前往疫情发生地等、建议早日接种。	1 期初次: 间隔 6 日~28 日、接种 2 次。 (标准的接种期间为 3 岁至未满 4 岁) 1 期追加: 第 1 期初次的第 2 次接种结束后的一年后再接种一次 (标准的接种期间为 4 岁至未满 5 岁) 2 期: 接种一次 (标准的接种期间为 9 岁至满 10 岁的前一日) ※特别措施 1995 年 4 月 2 日至 2007 年 4 月 1 日的出生者、在满 20 岁前 2 天为止可以接受总共 4 次的疫苗接种、以补接尚未接种的疫苗。

种 类	接种年龄	接种方法																						
Hib 疫苗 (b 型流感嗜血杆菌疫苗)	出生后 2 个月至 5 周岁前一天 *接种过一次四联疫苗和 Hib 疫苗	接种标准为出生后 2 个月至 7 个月开始。 接种的时间表随开始接种的年龄而不同、请与医生咨询后再接种。																						
儿童肺炎球菌疫苗	出生后 2 个月至 5 周岁前一天	接种标准为出生后 2 个月至 7 个月开始。 接种的时间表随开始接种的年龄而不同、请与医生咨询后再接种。																						
B 型肝炎疫苗	截至在 1 岁生日的前一天	标准为出生后的 2 个月以上~9 个月之内 第一次 出生后 2 个月以上 第二次 距离第一次接种 27 天以上的间隔 第三次 距离第一次接种 139 天以上																						
水痘疫苗	出生后 1 岁至满 3 岁的前 1 日	标准上、第一次是、在出生后 1 岁到出生后到了 1 岁 3 个月为止的期间开始注射。 追加是、第一次注射后间隔 6 个月到 12 个月为止注射。																						
宫颈癌预防疫苗	小学六年级至高中一年级所对应年龄的女生 ※截 2025 年 3 月 31 日 受众对象： 1997 年 4 月 2 日出生~ 高中二年级的女生	需进行共计三次的肌肉注射接种。 只有 HPV 九价疫苗、在未满 15 岁进行第一回接种 接种分两回完成。 <table border="1" data-bbox="865 1176 1417 1603"> <thead> <tr> <th rowspan="2">HPV 苗卉康疫苗 (Cervarix)</th> <th rowspan="2">加卫苗 (Gardasil)</th> <th colspan="2">九价疫苗</th> </tr> <tr> <th colspan="2">开始接种年龄</th> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <th>15 岁以内</th> <th>15 岁以上</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>第 1 回</td> <td>第 1 回</td> <td>第 1 回</td> <td>第 1 回</td> </tr> <tr> <td>第 1 回接种后的 1 个月后</td> <td>第 1 回接种后的 2 个月后</td> <td>第 1 回结束后的 6 个月后</td> <td>第 1 回结束后的 2 个月后</td> </tr> <tr> <td>第 2 回接种后的 5 个月后</td> <td>第 2 回接种后的 4 个月后</td> <td style="text-align: center;">/</td> <td>第 2 回接种后的 4 个月后</td> </tr> </tbody> </table>	HPV 苗卉康疫苗 (Cervarix)	加卫苗 (Gardasil)	九价疫苗		开始接种年龄				15 岁以内	15 岁以上	第 1 回	第 1 回	第 1 回	第 1 回	第 1 回接种后的 1 个月后	第 1 回接种后的 2 个月后	第 1 回结束后的 6 个月后	第 1 回结束后的 2 个月后	第 2 回接种后的 5 个月后	第 2 回接种后的 4 个月后	/	第 2 回接种后的 4 个月后
HPV 苗卉康疫苗 (Cervarix)	加卫苗 (Gardasil)	九价疫苗																						
		开始接种年龄																						
		15 岁以内	15 岁以上																					
第 1 回	第 1 回	第 1 回	第 1 回																					
第 1 回接种后的 1 个月后	第 1 回接种后的 2 个月后	第 1 回结束后的 6 个月后	第 1 回结束后的 2 个月后																					
第 2 回接种后的 5 个月后	第 2 回接种后的 4 个月后	/	第 2 回接种后的 4 个月后																					
老年人流感病毒疫苗	①65 岁以上的人 ②60 岁以上、65 岁以内的人、如果有心脏、肾脏或者呼吸功能障碍、又或者因免疫缺陷病毒导致免疫功能受损的人。(1 级残疾证) 接种一回的费用是 2,260 日元	每年 10 月至 12 月内接种一回。																						

种 类	接种年龄	接种方法
老年肺炎球菌疫苗 ※2019年4月1日开始到2024年3月31日为特殊措施实施期间。	①65岁的人 ※特殊对象 ・今年满65・70・75・80・85・90・95・100岁 ②60岁以上、65岁以内的人、如果有心脏、肾脏或者呼吸功能障碍、又或者因免疫缺陷病毒导致免疫功能受损的人。（1级残疾证） 接种一回的费用是2,600日元	实施期间的一次接种 接种过一回肺炎球菌疫苗的人、无法接受定期接种。
新型冠状病毒	①65岁及以上者。 ②60岁及以上和65岁以下有心脏、肾脏或呼吸器官功能障碍、或因人类免疫缺陷病毒导致免疫功能受损的人（《残疾证》1级）。 一次接种的费用 待定	接种时间为秋季至冬季。 详细信息一经确定、将在宣传和网站上公布。

（5）成年人的体检

在病状出现前、接受健康诊断确认身体状态。

健康检查分为在本市医疗机构接受检查的“医疗机构”和由保健中心等统一实施的“综合健康诊断”“集体健康诊断”。

※实施日期等详细内容将会在：“长滨广报”、“保持健康日常表”以及长滨市官方网站（<https://www.city.nagahama.lg.jp/>）等媒介上公布。

※也存在因过去的就诊经历或治疗状况而无法接受健康检查的情况。详情请咨询健康推进科。

（医疗机构健康诊断、集体健康诊断）

对象者年龄为2021年3月末的年龄。

健诊（检查）名称	检查内容	对象
国民健康保险 特定体检	尿检、测量身高体重、血压测定、腰围测定、问诊、内科诊察、血液检查、贫血检查（仅被认定为有需要者）、心电图检查、眼底检查	加入长滨市国民健康保险的40周岁至74周岁者
生活习惯病检查 	尿检、测量身高体重、血压测定、腰围测定、问诊、内科诊察、血液检查、贫血检查（仅被认定为有需要者）、心电图检查、眼底检查	①本年度为19周岁至39周岁者 ②本年度满40周岁以上的领取低保者 ③医疗保险有发生变更者 今年度40岁以上到74岁为止 ・A本年度4月2日以后退出国民健康保险者 ・B本年度4月2日以后其医疗保险有发生变更者
乳癌检查	乳房摄影	40周岁以上、前年度未接受该检查者（每两年一次）

健诊（检查）名称	检查内容	对象
子宫颈癌检查	视诊、内诊、宫颈刮片细胞学诊断	20 周岁以上、前年度未接受该检查者（每两年一次）
大肠癌检查	大便潜血试验检查	40 周岁以上的人
胃癌检查	胃部 X 光片	40 周岁以上的人
胃癌检查	内窥镜检查	50 岁以上的人（两年一回）
肺癌检查	胸腔 X 光片 咳痰细胞学检查（仅限有检查必要者）	40 周岁以上的人
肝炎病毒检查	B 型、C 型肝炎病毒检查	40 岁以上且过去未接受过该检查的人
肺结核健康诊断	胸部 X 光	65 岁以上的人

（仅限医疗机构健诊）

健诊（检查）名称	检查内容	对象
后期高龄者健康诊断	尿检、测量身高体重、血压测定、问诊、内科诊察、血液检查	加入后期高龄者医疗制度者。（但住院或入住设施者、正接受需护理认定者、正在治疗循环系统疾病等的病患者、本年度接受了特定健康检查者除外。）
骨质疏松症检查	腰椎及大腿骨的骨密度测量	50 岁以上至 65 岁间、以 5 岁为间隔递增的对应年龄的女性 但是 2017 年以后接受过市内骨质疏松症诊断的人除外

（仅限集体体检）

健诊（检查）名称	检查内容	对象
结核健康诊断	胸腔 X 光片	65 周岁以上的人
牙周炎诊断	口腔内检查、牙齿保健指导	19 岁以上的人

健康推进课（长滨市保健中心、小堀町）	0749-65-7751（疫苗接种・儿童的健康） 0749-65-7759（成人的健康）
北部健康推进中心（保健中心高月分室）	0749-85-6420