



令和8年度の健診の日程や内容のお知らせです。健康で元気の毎日を過ごすために、ぜひ健診を受けましょう。

## 主な成人健診

※対象が制限される健診もあります。 詳細は各ページをご覧ください。

種 類		詳 細	対象年齢（令和9年3月31日時点）・資格						
			20 代	30 代	40 代	50 代	60 代	70 代以上	
がん検診	胃 が ん 検 診	4 ページ		35 歳以上	○	○	○	○	
	大 腸 が ん 検 診			35 歳以上	○	○	○	○	
	肺がんＣＴ検診	6 ページ			○	○	○	○	
	肺がんＸ線検診				○	○	○	○	
結 核 検 診						65 歳以上	○		
肝炎ウイルス検診		8 ページ			40 歳・45 歳・50 歳・55 歳・60 歳・65 歳・70 歳				
歯科健診	成 人 歯 科 健 診	9 ページ	20 歳・30 歳・40 歳・50 歳・60 歳						
	シ ニ ア 歯 科 健 診							68 歳・70 歳・73 歳	
	後期高齢者歯科口腔健診								76 歳・81 歳、 通知が届いた方
若年者健診		10 ページ	○	○					
健 康 診 査					40 歳以上の生活保護受給者				

## 女性対象の検診

種 類		詳 細	対象年齢（令和9年3月31日時点）					
			20代	30代	40代	50代	60代	70代以上
がん検診	マンモグラフィ検診	5ページ			○	○	○	○
	乳房超音波検診			○	○	○	○	○
	子宮頸がん検診		○	○	○	○	○	○
骨粗しょう症健診		8ページ			40歳・45歳・50歳・55歳・60歳・65歳・70歳			

## 国保特定健診・後期高齢者健診

※いずれか1つを選んでください。 ☎0263-71-2473(国保年金課)

種 類	詳 細	対象年齢（令和9年3月31日時点）・資格					
		30 歳	40 歳	50 歳	60 歳	70 歳	75 歳以上
集 団 健 診	11 ページ	30 歳～ 74 歳の安曇野市国民健康保険加入者					
個 別 健 診		40 歳以上の安曇野市国保加入者又は後期高齢者医療加入者					
み な し 健 診		40 歳～ 74 歳の安曇野市国民健康保険加入者					
職 場 健 診 情 報 提 供		40 歳～ 74 歳の安曇野市国民健康保険加入者					
人 間 ド ッ ク		受診日に 35 歳以上の市国保加入者又は後期高齢者医療加入者					

## 母子保健

妊娠から幼児期まで切れ目なくサポートします

- ・妊娠・出産・子育ての相談
- ・乳幼児健康診査・健康相談
- ・母子手帳アプリ

「あづみっこ すくすくナビ」など



詳しくは  
13ページへ

各種健診の  
申込方法は  
次ページへ



## お問い合わせ

予防接種の内容は掲載していません。対象の方には個別にお知らせします。  
各種健診と母子保健は各ページにお問い合わせ先の記載があります。

### 穂高健康支援センター

〒399-8303 安曇野市穂高9181 番地  
TEL：0263-81-0726(代)  
FAX：0263-81-0703

### 安曇野市役所 健康推進課 ※予防接種のお問い合わせはこちら

〒399-8281 安曇野市豊科6000 番地 本庁舎1階11 番窓口  
TEL：0263-71-2000(代)  
(直通 71-2470・71-2471 FAX：71-2328)

## ●お申し込みの前に

- ▶申込はがきは「成人検診・女性対象の検診」、「国保特定・後期高齢者健診」の2種類あります。それぞれ対象の世帯に郵送します。
- ▶健診によって対象年齢や資格が異なります。対象年齢は、令和9年3月31日時点の年齢です。
- ▶各健診は、1人につき年度内に1回まで受けることができます。
- ▶健診は症状がない人が対象です。気になる症状がある人は、医療機関を受診してください。
- ▶どのような健診でも100%の精度ではありません。健診後に症状があらわれた場合、早めに医療機関を受診してください。
- ▶歯科健診、生活保護受給者対象の健康診査の受診については、詳細ページをご覧ください。
- ▶受診券は、お申し込み後、健診の約1か月前に届きます。

## ●主な成人検診・女性対象の検診 申込方法

はがきで申し込み

対象

胃がん検診 大腸がん検診 子宮頸がん検診  
マンモグラフィ検診 結核検診

受付期間 はがきが届いた日から**令和8年3月17日（火）**まで

- ▶申込はがきを2月中～下旬に該当する世帯の**世帯主宛**に郵送します。
- ▶はがきの受付期間以降は、窓口・お電話で申し込めます。
- ▶どの検診も希望しない場合は、提出不要です。



### 【成人・女性検診 はがきの書き方】

令和8年度 検診申し込み票	安曇野 太郎 65歳	安曇野 花子 30歳		
740				
② 切り取り				
「○」以外は記入しないでください				
胃がん検診	市の検診を 申し込み <input type="radio"/>	市の検診を 申し込み <input checked="" type="radio"/>	市の検診を 申し込み <input type="radio"/>	市の検診を 申し込み <input type="radio"/>
大腸がん検診	市の検診を 申し込み <input type="radio"/>	市の検診を 申し込み <input checked="" type="radio"/>	市の検診を 申し込み <input type="radio"/>	市の検診を 申し込み <input type="radio"/>
子宮頸がん検診	市の検診を 申し込み <input checked="" type="radio"/>	市の検診を 申し込み <input type="radio"/>	市の検診を 申し込み <input type="radio"/>	市の検診を 申し込み <input type="radio"/>
マンモグラフィ検診	市の検診を 申し込み <input checked="" type="radio"/>	市の検診を 申し込み <input checked="" type="radio"/>	市の検診を 申し込み <input type="radio"/>	市の検診を 申し込み <input type="radio"/>
結核検診	市の検診を 申し込み <input type="radio"/>	市の検診を 申し込み <input checked="" type="radio"/>	市の検診を 申し込み <input type="radio"/>	市の検診を 申し込み <input type="radio"/>
※上記の記入方法をご確認ください。直接機械で読み取りますので汚したり折り曲げないでください。 ※お名前下の番号は市役所健康推進課の整理番号であり、個人を特定できるものではありません。				
② 切り取り				

- ①希望する検診に、黒えんぴつまたはボールペンで「○」
- ②ミシン目で切り取り、ポストに投函または市役所本庁舎 健康推進課・穂高健康支援センターに提出

(例) 太郎さんが胃がん検診・結核検診を申し込みの場合  
花子さんが子宮頸がん検診を申し込みの場合



「成人検診・女性対象の検診」、「国保特定健診・後期高齢者健診」  
はがき受付期間が過ぎたあとは、どちらも窓口またはお電話で申し込みを

### 成人検診・女性対象の検診

(穂高健康支援センター)

☎0263-81-0713、81-0726

### 国保特定健診・後期高齢者健診

(市役所本庁舎1階10番窓口 国保年金課)

☎0263-71-2473

## LINE・電話で申し込み

対象

乳房超音波検診 肺がんCT・X線検診  
骨粗しょう症健診 若年者健診

▶はがきでは申し込みできない健診です。それぞれの健診の申込期間中に LINE または電話でお申し込みください。

### 【LINE で申し込み】

- 初めてのの方は  
安曇野市 LINE 公式  
アカウントを友だち追加  
※市から受け取る情報の  
受信設定もできます。



- 友だち追加ができたなら、申込期間中に  
トーク画面メニュー「予約」→「健診予約」  
各健診のページの二次元コードからもアクセスできます。



申込期間、電話番号は各健診のページへ



LINE なら、  
受付初日・最終日以外は 24 時間受付可能です。  
初日の受付は午前 8 時 30 分から  
最終日の受付は午後 5 時 15 分まで  
ご注意ください。

## ●国保特定健診・後期高齢者健診 申込方法

▶受診日に安曇野市国民健康保険の資格がある人、後期高齢者医療保険の資格がある人が対象です。年齢や医療保険の資格によって、申し込める健診が異なります。詳しくは 11 ページをご確認ください。

はがきで申し込み 受付期間 はがきが届いた日から令和 8 年 3 月 17 日（火）まで

- ▶ 2 月中～下旬に該当する世帯の世帯主宛に郵送します。
- ▶ はがきの受付期間以降は、窓口・電話・インターネットで申し込みます。

### 【特定健診 はがきの書き方】



- ①希望する健診に、黒えんぴつ、またはボールペンで「○」
- ②ミシン目で切り取り、ポストに投函または市役所本庁舎 国保年金課に提出  
※ご回答いただいた後は、再度の意向調査はしません。

令和 8 年度 健診申し込み票	安曇野 一郎 65 歳 (国)	安曇野 花美 78 歳 (後)		
741				
集団健診	集団健診を 申し込む <input type="radio"/>	集団健診を 申し込む <input checked="" type="checkbox"/>	「○」は 1 人 1 つです	
個別健診	個別健診を 申し込む <input type="checkbox"/>	個別健診を 申し込む <input type="checkbox"/>	個別健診を 申し込む <input type="checkbox"/>	個別健診を 申し込む <input type="checkbox"/>
みなし健診	みなし健診を 申し込む <input type="checkbox"/>	みなし健診を 申し込む <input checked="" type="checkbox"/>	受けられない健診は 「×」と印刷されています	
人間ドック	人間ドック 受診予定 <input type="checkbox"/>	人間ドック 受診予定 <input type="checkbox"/>	人間ドック 受診予定 <input type="checkbox"/>	人間ドック 受診予定 <input type="checkbox"/>
職場健診情報提供	健診結果を 提出する <input type="checkbox"/>	健診結果を 提出する <input checked="" type="checkbox"/>	健診結果を 提出する <input type="checkbox"/>	健診結果を 提出する <input type="checkbox"/>

ご回答いただいた後は、再度の意向調査はいたしません。  
※お名前の下の方には市役所へお問い合わせの電話番号が記載されています。

(例) 一郎さんが集団健診を申し込む場合      花美さんが人間ドックを受診する予定の場合

## インターネットで申し込み

受付期間 令和 8 年 4 月 1 日（水）から  
令和 9 年 2 月 5 日（金）まで

▶ 右の二次元コードをスマートフォン等で読み取り、「ながの電子申請」サイトで  
必要事項を入力してお申し込みください。



早期発見・早期治療  
のために！

# がん検診の豆知識

～がん検診は症状のない人が対象です～



## 受診の流れ

### 1. 検診の申込

- 検診によって申込方法・期間が異なります。  
詳細は1～2ページ、各がん検診案内ページをご覧ください。

### 2. 受診券が届く

検診の種類	受診券発送時期
胃がん検診	・4/28(火)までにお申し込みされた方 →5月中
大腸がん検診	・4/30(木)以降にお申し込みされた方 →約1～2週間後
子宮頸がん検診	※子宮頸がん検診、マンモグラフィ検診のみ 4/30(木)～5/29(金)にお申し込みされた方 →6月下旬
マンモグラフィ検診	
肺がんCT検診	検診の約1か月前
肺がんX線検診	
乳房超音波検診	

### 3. 受診

### 4. 結果通知

- 胃がん検診、大腸がん検診、乳房超音波検診、肺がん検診  
→4～6週間後
- マンモグラフィ検診、子宮頸がん検診  
→6～8週間後

### ◆精密検査が必要な場合

- 必ず医療機関を受診してください。
- 受診する病院がわからない場合は検診結果に同封されている通知や案内を参考にしてください。
- 精密検査後の流れ

精密検査結果	異常なし	次年度も検診を受けましょう
	経過観察	医師の指示に従いましょう
	他疾患がん(確定診断)	医療機関で治療しましょう



受診したがん検診を無駄にしないよう  
精密検査を受けましょう！

- ◆がん検診には、推奨されている受診間隔があります。  
おすすめの受診間隔やメリット・デメリットを参考に  
にがん検診を受けましょう。

## おすすめの受診間隔

検診の種類	受診間隔
大腸がん検診	1年に1回
子宮頸がん検診	2年に1回
マンモグラフィ検診	2年に1回
肺がんX線検診	1年に1回

※「がん予防重点健康教育及びがん検診実施のための指針」に記載されている検診のみ掲載。

## がん検診のメリット・デメリット

### メ リ ッ ト

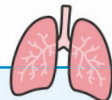
- ✓ 早期発見・早期治療により
  - ① 身体への負担が少ない治療で済む。
  - ② 亡くなることを防ぐ。
- ✓ 「異常なし」と診断された場合に安心感が得られる。

### デ メ リ ッ ト

- ✓ がんがあるのに、がんの疑いなしと判定されて治療が遅れる。
- ✓ がんがないのに、がんの疑いありと判定されて、不要な精密検査を受けたり、検査結果がわかるまで不安になる。

- ◆デメリットを補うために定期的になん検診を受けましょう。

- ◆まれに検診と検診の間にがんが発生することがあります。気になる症状がある場合は、検診を待たず早めに医療機関を受診してください。



NEW

## 肺がんX線検診が追加

肺がんは がんの部位別死亡数 第1位

日本では肺がんで亡くなる人が増え続けており、  
年間7万人以上が肺がんで亡くなっています。

40歳以上の方は  
1年に1回肺がん検診を受けましょう。

※詳細は6ページをご覧ください。



# 胃がん・大腸がん検診

☎ 穂高健康支援センター：0263-81-0713

胃がん検診		料金：500円
内容	胃レントゲン撮影（バリウム検査）	
対象者	35 歳以上の市民	
注意事項	検診前日・当日等の注意事項は、受診券に同封するチラシ・同意書に記載してあります。 事前に必ずご確認ください。	

大腸がん検診		料金：500円
内容	便潜血反応検査（採便の提出）	
対象者	35 歳以上の市民	
注意事項	<ul style="list-style-type: none"> <li>・専用の検査容器が必要です。事前に配布会場へ取りに来てください。</li> <li>・使用期限があるため昨年の容器は使えない場合があります。</li> <li>・未使用の容器は配布会場へお返しください。</li> <li>・受診券に同封するチラシを確認し、採便可能日・保存に注意してください。</li> </ul>	
検査容器 配布日程	配布期間 4 月 21 日（火）～7 月 31 日（金） ※土日祝日除く	
	配布時間 午前 8 時 30 分～午後 5 時 15 分	
	配布会場	
	豊科地域	・豊科保健センター ・市役所健康推進課
	穂高地域	・穂高健康支援センター ・穂高支所
	三郷地域	・三郷支所
	堀金地域	・社協堀金支所
	明科地域	・明科保健センター（総合福祉センターあいりす）
10 月の大腸がん（単独）検診を受ける人で、配布期間中に容器を取りに来られなかった人は、市役所健康推進課か穂高健康支援センターでお渡しします。		

【胃がん・大腸がん検診 会場・日程】		
穂高保健センター	5 月 20 日（水）～26 日（火）	<b>【受付時間】</b> 午前 7 時～午前 9 時 30 分 （開場 午前 6 時 50 分）  ※土日を除く
	6 月 18 日（木）～26 日（金）	
明科保健センター	5 月 27 日（水）※大腸がん検診のみ 5 月 28 日（木）	
三郷保健センター	5 月 29 日（金）～6 月 4 日（木）	

豊科保健センター・堀金保健センターは会場が使用できないため、検診を行いません。


【大腸がん（単独）検診 会場・日程】		
穂高保健センター	10 月 27 日（火）・28 日（水）	<b>【受付時間】</b> 午前 9 時～午前 11 時

- ・胃がん検診を受けない人は、大腸がん（単独）検診でも受診できます。  
胃がん・大腸がん検診と受付時間が異なりますので、ご注意ください。
- ・市が行う国保特定健診（集団健診）で大腸がん検診を受ける場合も申し込みが必要です。  
当日は受診券・検診票・検査容器をお持ちください。
- ・人間ドックや医療機関等で胃がん検診・大腸がん検診を受ける人は、市の検診を受ける必要はありません。

# 乳がん検診

☎ 穂高健康支援センター：0263-81-0713  
※重複受診はできません。(1)、(2) のどちらかを選んでください。

料金：1,000円

	(1) マンモグラフィ検診 ※ 2年に1度の検診をお勧めしています。	(2) 乳房超音波検診							
内容	乳房レントゲン撮影	乳房超音波検査							
対象者	40 歳以上の女性市民	30 歳以上の女性市民							
注意事項	・妊娠中、授乳中の人や自覚症状のある人、 乳腺疾患で治療中の人を受診できません。 ・詳細は申し込み後に送付される「マンモ グラフィ検診のご案内」をご確認のうえ、 医療機関にご相談ください。	・妊娠中、授乳中の人や自覚症状のある人、乳腺疾患で 治療中の人を受診できません。 ・乳がん手術後 10 年が経過していない人や豊胸手術をし たことがある人は受診できません。							
申込方法	◆申込はがき 受付期間：令和8年3月17日（火） まで  ◆電話申込 午前8時30分～午後5時15分 ※土日祝日を除く	予約受付期間：7月30日（木）午前8時30分 ～8月3日（月）午後5時15分  ◆LINE 申込 右の二次元コードまたは安曇野市のトーク 画面メニューよりお申し込みください。 ・初めての方は友だち追加が必要です。 ・2 ページ「LINE で申し込み」参照   ◆電話申込 午前8時30分～午後5時15分（平日のみ） 0263-81-0713、0263-81-0711、0263-81-0714 ※定員になり次第受付を終了します。 ※予約後の日程変更は予約状況によりできない場合が あります。							
会場・日程	◆期間 令和8年6月1日（月） ～令和9年2月27日（土）  ◆検診を受けられる医療機関 申込後に送付される「マンモグラフィ 検診のご案内」に記載の医療機関	◆受付時間（30 分ごとの時間予約） 午前9時30分～午前11時30分 午後1時～午後3時 <table><tr><td>豊科保健センター</td><td>10月1日（木）・2日（金）</td></tr><tr><td>穂高保健センター</td><td>10月3日（土）・5日（月）</td></tr><tr><td>三郷保健センター</td><td>10月6日（火）・7日（水）</td></tr></table>		豊科保健センター	10月1日（木）・2日（金）	穂高保健センター	10月3日（土）・5日（月）	三郷保健センター	10月6日（火）・7日（水）
豊科保健センター	10月1日（木）・2日（金）								
穂高保健センター	10月3日（土）・5日（月）								
三郷保健センター	10月6日（火）・7日（水）								

# 子宮頸がん検診

☎ 穂高健康支援センター：0263-81-0713

料金：1,000円

内容	子宮頸部の細胞診、内診
対象者	20 歳以上の女性市民
注意事項	申し込み後に送付される「子宮頸がん検診のご案内」に注意事項の記載があります。 医療機関へ予約される前に必ずお読みください。
期間	令和8年6月1日（月）～令和9年2月27日（土）
検診機関	申し込み後に送付される「子宮頸がん検診のご案内」に記載の医療機関

下記の対象者へ無料クーポン券・ご案内・検診票を5月中旬に郵送します。


◆対象者（下記の生年月日の該当する人）

乳がん検診（マンモグラフィ検診）	子宮頸がん検診
昭和60年4月2日～昭和61年4月1日	平成17年4月2日～平成18年4月1日

# 肺がん検診

☎ 穂高健康支援センター：0263-81-0713

※重複受診はできません。(1)、(2)のどちらかを選んでください。

	(1) 肺がんCT検診		料金：1,000円	(2) 肺がんX線検診		料金：500円
内容	低線量X線CT撮影：肺を輪切りにした断面を撮影			胸部X線撮影：肺を正面から見た画像を撮影		
対象者	40 歳以上の市民					
注意事項	・妊娠中、妊娠している可能性のある人や自覚症状がある人、呼吸器疾患で治療中の人は受診できません。 ・持続血糖モニター、インスリンポンプを装着している人で、取り外しができない場合は受診できません。 ・肺がんCT検診は、心臓ペースメーカーをご使用の人は主治医の許可を得てから受診してください。 ・バリウムの胃がん検診を受けた後、1 週間程度は肺がん検診を受けられません。 ・肺がん検診を受ける人は、同じ部位のX線撮影になりますので、結核検診を受ける必要はありません。 ・肺がんCT検診とX線検診の両方は受けられません。どちらか一方を選んで受診してください。					
申込方法	予約受付期間：6月23日(火) 午前8時30分 ～6月26日(金) 午後5時15分			予約受付期間：7月3日(金) 午前8時30分 ～7月6日(月) 午後5時15分		
	<div>◆LINE 申込</div> <div>右の二次元コードまたは安曇野市のトーク画面メニューよりお申し込みください。</div> <div>・初めての方は友だち追加が必要です。</div> <div>・2 ページ「LINE で申し込み」参照</div> <div>◆電話申込 午前8時30分～午後5時15分(平日のみ)</div> <div>0263-81-0713、0263-81-0711、0263-81-0714</div> <div>※定員になり次第受付を終了します。</div> <div>※予約後の日程変更は、予約状況によりできない場合があります。</div> <div></div>					
会場日程	◆受付時間 (30 分ごとの時間予約)			豊科保健センター	9月11日(金) 午後1時～午後3時30分 (30分ごとの時間予約)	
	午前9時30分～午前11時30分 午後1時～午後3時					
	豊科保健センター	8月25日(火)・26日(水)		穂高保健センター	9月29日(火) 午前9時～午前11時30分 (30分ごとの時間予約)	
	三郷保健センター	8月27日(木)				
穂高保健センター	8月28日(金)・29日(土) 午前のみ 8月31日(月)					



# 結核検診

☎ 穂高健康支援センター：0263-81-0713

料金：無料

内容	胸部X線撮影
対象者	65歳以上の市民 ※感染症法で結核検診を1年に1回受けるよう義務付けられています。
注意事項	<p>・健診や人間ドック、医療機関等で胸部レントゲン検査、または肺がんCT・X線検診を受けた人は、同じ部位のレントゲン撮影になりますので、結核検診を受ける必要はありません。</p> <p>・検診当日の注意事項等は、検診票に同封するチラシに記載されています。事前に必ずご確認ください。</p>
会場・日程	次ページの会場を検診車が巡回します。ご都合の良い日時・会場へお越しください。
検診結果	検診日から約4～6週間後に郵送します。

# 【 令和8年度結核検診 会場・日程 】

明科地域		
検診日	時間	会場
9月1日(火)	9:15～9:40	上押野宮農センター
	10:00～10:20	下押野集会センター
	10:35～11:00	荻原農村都市交流センター
	11:15～11:35	原公民館
	13:20～13:40	中条集会センター
	13:55～14:20	宮本公民館
	14:35～15:15	明科複合施設(市明科支所)
9月2日(水)	9:15～9:35	大足地区コミュニティ集会施設
	10:05～10:30	潮沢公民館
	10:45～11:00	潮第5公民館
	11:20～11:30	上生野公民館
	13:30～13:45	小泉農業研修センター
	14:05～14:15	中村農業生活改善センター
	14:30～15:00	明科保健センター

堀金地域		
検診日	時間	会場
9月3日(木)	9:05～9:30	上堀公民館
	9:40～9:55	倉田地区公民館(旧倉田構造センター)
	10:05～10:25	岩原公民館
	10:45～11:00	小田多井交流センター
	11:15～11:30	田尻地区公民館
	13:20～13:40	下堀公民館
	13:55～14:15	中堀神社
	14:30～15:00	市堀金支所(北側駐車場)

三郷地域		
検診日	時間	会場
9月4日(金)	9:30～9:45	室町集落センター
	10:00～10:20	南小倉公民館(旧南小倉林業研修センター)
	10:35～11:00	北小倉公民館
	13:10～13:35	東小倉公民館
	13:50～14:40	上長尾公民館
	14:55～15:25	二木公民館
9月7日(月)	9:30～10:00	野澤公民館
	10:15～11:00	下長尾公民館
	13:15～13:35	住吉公民館
	13:50～15:30	中萱公民館
9月8日(火)	9:15～11:00	三郷保健センター
	13:10～13:40	一日市場東村集会所
	13:55～14:10	及木公民館
	14:25～14:50	楡公民館
9月9日(水)	9:15～10:00	一日市場公民館
	10:15～10:45	七日市場コミュニティセンター

豊科地域		
検診日	時間	会場
9月9日(水)	13:15～13:45	吉野コミュニティセンター
	14:05～15:00	本村区コミュニティセンター
9月10日(木)	9:30～9:45	小瀬幅公民館
	10:00～10:15	田沢公民館
	10:30～10:45	光野田集会所
	11:00～11:15	徳治郎公民館
	13:00～16:00	豊科保健センター
9月11日(金)	9:15～9:30	下飯田公民館
	9:45～10:05	飯田公民館
	10:20～11:10	たつみ原公民館
9月14日(月)	9:15～9:30	中曽根公民館
	9:45～10:20	熊倉公民館
	10:35～11:20	アルプス公民館
	13:15～13:40	上鳥羽農業推進拠点施設
	13:55～14:40	真々部公民館
	14:55～15:15	下鳥羽公民館
9月15日(火)	9:30～10:00	踏入公民館
	10:15～10:30	重柳公民館
	10:45～11:10	細萱公民館
	13:30～14:10	新田公民館
	14:25～14:40	寺所公民館
	14:55～16:00	豊科公民館


穂高地域		
検診日	時間	会場
9月16日(水)	9:30～11:15	市穂高支所(南側駐車場)
	13:15～14:15	西穂高ふれあいセンター(旧JA西穂高支所)
	14:30～15:30	柏原会館
9月17日(木)	9:15～9:35	等々力会館
	9:50～10:05	狐島会館
	10:20～10:45	青木花見公民館
	11:00～11:20	島新田会館
	13:15～13:40	矢原公民館
	13:55～14:10	白金公民館
	14:25～15:10	穂高会館
9月18日(金)	9:15～9:30	牧公民館
	9:45～10:00	塚原公民館
	10:15～10:40	久保田公民館
	10:55～11:20	上原公民館
	13:30～14:00	JA有明出張所(旧JA有明支所)
	14:10～14:25	耳塚公民館
	14:40～15:05	橋爪公民館
9月28日(月)	9:15～9:55	富田振興センター
	10:10～10:30	豊里公民館
	10:45～11:05	嵩下公民館
	11:15～11:30	小岩嶽公民館
	13:10～13:30	立足会館
	13:45～14:05	古厩会館
	14:20～14:35	宮城公民館
9月29日(火)	14:50～15:25	新屋公民館
	13:00～15:00	穂高保健センター



## 骨粗しょう症健診

☎ 穂高健康支援センター：0263-81-0714

料金：500円

内容	身体計測（身長・体重）・骨密度測定（かかとの超音波検査）・結果説明	
対象者	40・45・50・55・60・65・70歳の女性市民で、下記に該当の人 ・過去の骨粗しょう症健診で要精検になっていない人 ・現在、骨粗しょう症の治療を受けていない人	
申込方法	<p>予約受付期間：6月9日（火）午前8時30分～6月12日（金）午後5時15分</p> <p>◆LINE申込 右の二次元コードまたは安曇野市のトーク画面メニューよりお申し込みください。 ・初めての方は友だち追加が必要です。 ・2ページ「LINEで申し込み」参照</p> <p>◆電話申込：0263-81-0714（平日のみ） 受付時間は各日午前8時30分～午後5時15分です。 ※定員になり次第受付を終了します。 ※予約後の日程変更は、予約状況によりできない場合があります。</p> 	
会場・日程	穂高保健センター	8月18日（火）～8月21日（金）
	<p>◆受付時間（30分ごとの時間予約） 午前9時30分～午前11時30分 午後1時30分～午後3時30分 ※時間指定不可。（時間は後日送付される受診券にてご確認ください。）</p>	
健診結果	健診当日にお渡しします。	

## 肝炎ウイルス検診

☎ 穂高健康支援センター：0263-81-0714

料金：無料

内容	血液検査による B 型・C 型肝炎ウイルス検査		
対象者	40・45・50・55・60・65・70 歳の市民で、下記に該当の人 ・人間ドックや妊婦健診で肝炎ウイルス検査（HBs 抗原・HCV 抗体）を受けたことのない人 ・肝炎の治療を受けたことがない人		
会場・日程	穂高保健センター	12 月 3 日（木）・12 月 4 日（金） 12 月 6 日（日）～12 月 8 日（火）	【受付時間】 午後 1 時 15 分～ 午後 2 時 45 分
	三郷保健センター	12 月 9 日（水）～12 月 11 日（金）	
受診方法	対象者に検診のご案内を郵送します。指定の日時・場所で受診してください。		
連絡事項	・これまでに肝炎ウイルス検査を受けたことのない 41 歳～69 歳の人で検診を希望する人も受診できます。9 月 25 日（金）までに穂高健康支援センターまでご連絡ください。 ・肝炎ウイルス検診対象年齢の人で、市が行う国保特定健診（集団健診）を希望する場合は、同時に検査を受けることができます。		
検診結果	検診日から約 6～8 週間後に郵送・訪問等でお渡しします。		

## 成人歯科健診

☎ 穂高健康支援センター：0263-81-0714

料金：500円

対象者	20・30・40・50・60歳の市民
健診機関 日程	◆市内指定歯科医院 ◆5月1日（金）～12月31日（木）※実施日は健診機関毎に異なります。
受診方法	対象者に健診のご案内を郵送します。同封されている健診実施医療機関一覧表の歯科医院へ予約し、期間中に受診してください。
健診結果	健診当日に医療機関からお渡しします。

## シニア歯科健診

☎ 高齢者介護課：0263-71-2474

料金：無料

対象者	68・70・73歳の市民
健診機関 日程	◆市内指定歯科医院 ◆5月1日（金）～12月31日（木）※実施日は健診機関毎に異なります。
受診方法	対象者には高齢者介護課より健診のご案内を郵送します。同封されている健診実施医療機関一覧表の歯科医院へ予約し、期間中に受診してください。
健診結果	健診当日に医療機関からお渡しします。

## 後期高齢者歯科口腔健診

☎ 長野県後期高齢者医療広域連合：026-229-5320

料金：無料

対象者	◆76・81歳の市民 ◆77～80歳の方で案内が届いた方（直近で生活習慣病に関わる受診をされた経歴があり、かつ、令和7年度に歯科医療の受診がなかった人）
健診機関 日程	◆県内指定歯科医院 ◆7月1日（水）～12月30日（水）※実施日は健診機関毎に異なります。
受診方法	・対象者には長野県後期高齢者医療広域連合より健診のご案内を郵送します。 ・健診を受けられる歯科医院は長野県歯科医師会に加入している歯科医院です。期間中に歯科医院へ予約し受診してください。不明な点は、長野県後期高齢者医療広域連合または直接歯科医院にお問合わせください。
健診結果	健診当日に医療機関からお渡しします。

早期発見・予防、全身の健康維持のために！

### 定期歯科受診のすすめ

大人も大事な歯科健診♪



#### 定期歯科受診で得られる5つのメリット


1. むし歯・歯周病の早期発見・早期治療  
自覚症状がない初期段階で発見できるため、治療にかかる負担（痛み・期間・費用）を最小限に抑えられます。
2. プロフェッショナルな徹底クリーニング  
普段の歯磨きでは落としきれない歯石や汚れを、専門的な機器で除去し、清潔な口を維持できます。
3. 全身の健康維持  
歯周病は、心臓病や糖尿病、誤嚥性肺炎などの全身疾患のリスクを高めます。口の健康は、全身の健康にも繋がります。
4. 正しいセルフケアの習慣化  
個別のブラッシング指導や、歯間ブラシ・デンタルフロスの使い方のアドバイスを受けられます。
5. 医療費の節約  
口を健康に保つことが全身疾患の予防になり、結果的に医療費全体の減少にも繋がります。

身体にもお財布にも優しい定期歯科受診 ぜひ習慣にしましょう！

## 若年者健診

☎ 穂高健康支援センター：0263-81-0714

料金：1,000円

内容	問診・身体計測・診察・血圧測定・血液検査（中性脂肪・HDL コレステロール・LDL コレステロール・AST・ALT・ $\gamma$ -GT・血糖・HbA1c・赤血球・血色素量・ヘマトクリット・尿酸・クレアチニン）・尿検査（尿糖・尿蛋白・尿潜血）・歯科健診・歯科相談		
対象者	20～39歳の市民（職場の健康診断や市の国保特定健診を受ける方は対象外）		
申込方法	<p>予約受付期間：9月8日（火）午前8時30分～9月11日（金）午後5時15分</p> <p>◆LINE 申込          右の二次元コードまたは安曇野市のトーク画面メニューよりお申し込みください。          ・初めての方は友だち追加が必要です。          ・2ページ「LINE で申し込み」参照</p> <p>◆電話申込：0263-81-0714（平日のみ）          受付時間は各日午前8時30分～午後5時15分です。          ※定員になり次第受付を終了します。          ※予約後の日程変更は、予約状況によりできない場合があります。</p> 		
会場・日程	穂高保健センター	11月13日（金）・16日（月）・17日（火）	【受付時間】 午後1時～午後2時
連絡事項	安曇野市国保加入者で30歳～39歳の人は、国保特定健診（集団健診）または人間ドックの受診ができます。（人間ドックの対象は35歳以上。一部健診内容が異なります。） 詳細は特定健診（次ページ）をご確認ください。		
健診結果	健診日から約6～8週間後に郵送・訪問等でお渡しします。		

## 健康診査

☎ 穂高健康支援センター：0263-81-0714  
 福祉課：0263-71-2252

料金：無料

内容	問診・身体計測・診察・血圧測定・血液検査（中性脂肪・HDL コレステロール・LDL コレステロール・AST・ALT・ $\gamma$ -GT・血糖・HbA1c・赤血球・血色素量・ヘマトクリット・尿酸・クレアチニン・アルブミン）・尿検査（尿糖・尿蛋白・尿潜血）・心電図		
対象者	40歳以上の生活保護受給者		
健診機関 日程	<p>◆市内指定医療機関</p> <p>◆6月1日（月）～12月31日（木） ※実施日は、医療機関毎に異なります。</p>		
受診方法	<p>・対象となる人には、福祉課生活支援担当より健診のご案内をします。</p> <p>・健診を希望する場合は、福祉課生活支援担当へ健康診査希望調査票または電話にてお申し込みください。</p> <p>・申し込み後、健診のご案内を郵送します。健診料金はかかりません。</p>		
健診結果	健診日から約2～3か月後に郵送・訪問等でお渡しします。		

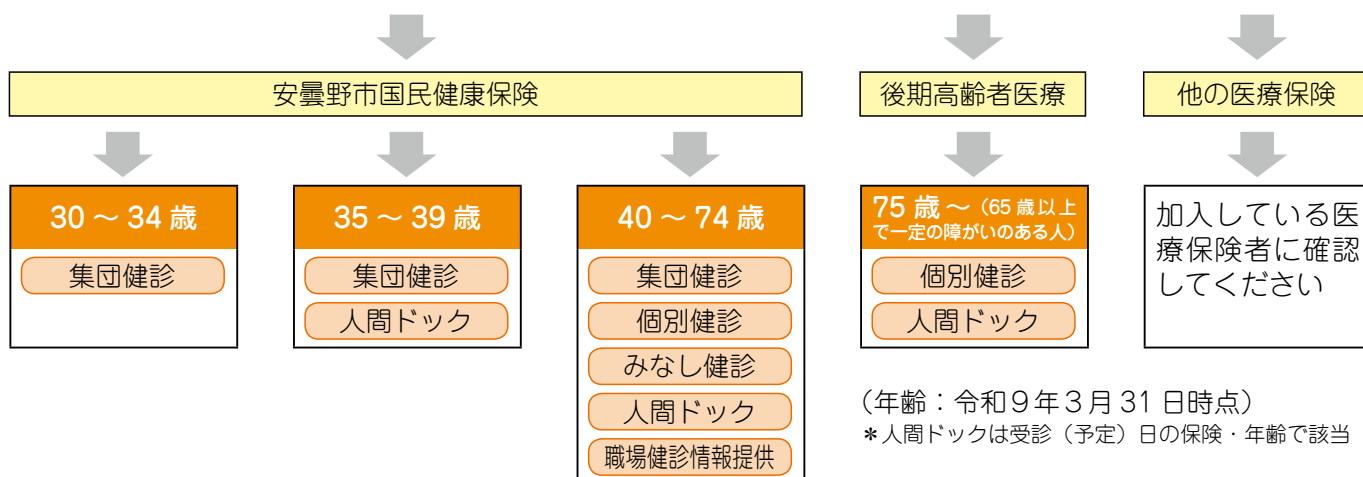
# 国保特定健診・後期高齢者健診

☎ 国保年金課 0263-71-2473  
本庁舎1階 10番窓口


自覚症状が出にくい生活習慣病を早期発見、予防するための健診です。毎年健診を受けることで健診結果と生活習慣のつながりが分かります。年に1回の健診を受けましょう。

特定健診は40歳～74歳の人を対象とした国が定めた健康診断です。

## 加入している健康保険の種類



## 受診・申込方法 ※いずれか1つを選んでください

健診の種類	受診方法	申込
集団健診	必要な書類を郵送します。 保健センター(三郷、穂高)で受診してください。	[受付期間] ◆はがき：令和8年3月17日(火)まで ◆電話：はがき締め切り以降も受付可 ◆インターネット：令和8年4月1日(水)～令和9年2月5日(金)  ←「ながの電子申請サービス」から申し込めます。 [検査・健診結果の提出とは?] 通院中の医療機関、職場健診などで特定健診と同項目の検査を受けている場合は、結果を提出することで受診したとみなす事ができます。 ご提供いただいた結果は、保健指導の実施や保健事業に活用します。
個別健診	必要な書類を郵送します。 6月～2月に実施医療機関で受診してください。	
みなし健診	必要な書類を郵送します。 検査結果を市へ提出してください。	
職場健診情報提供	健診結果の写しを市へ提出してください。	
人間ドック	・希望する医療機関に予約のうえ、受診日の1か月前～前日までに必要書類などを持参して助成の申請をしてください。詳しくは次ページをご覧ください。 ・市の胃がん・大腸がん・結核検診は人間ドックに含まれるので受ける必要はありません。	

◆国保加入者は、健診の種類によりポイントが貯まります。500ポイントごとに500円分の「割引券」として、農産物直売や喫茶、入浴施設等に使用できます。

## 集団・個別健診内容

問診・身体計測・診察・血圧測定・血液検査(中性脂肪・HDL コレステロール・LDL コレステロール・AST・ALT・γ-GT・血糖値・HbA1c・赤血球・血色素量・ヘマトクリット・尿酸・クレアチニン・アルブミン)・尿検査(尿糖・尿蛋白・尿潜血)・心電図

※35～74歳で集団健診を受診する人は、当日大腸がん検診も併せて受診できます。詳しくは4ページをご覧ください。



## 会場・日程・料金

健診の種類	会場・健診機関	日程	料金
集団健診	三郷保健センター	7月1日(水)～7月8日(水) ※土日を除く ◆受付時間 午後1時～午後2時	1,000 円  40・50 歳は無料 (年齢 令和9年3月31日時点)
	穂高保健センター	7月23日(木)～7月31日(金) ※土日を除く ◆受付時間 午後1時～午後2時	
		7月25日(土) ◆受付時間 午前9時～午前11時 午後1時～午後2時	
		11月14日(土)～11月15日(日) ◆受付時間 午前9時～午前11時	
	豊科保健センター	会場が使用できないため実施しません	
個別健診	市内実施医療機関	令和8年6月1日(月)～ 令和9年2月27日(土)	
みなし健診	通院中の医療機関	令和8年9月1日(火)～ 令和9年2月27日(土)	通院にかかる診療費は 自己負担です
職場健診情報提供		通年	
人間ドック	ドック実施医療機関	通年	各医療機関による (助成制度あり)

## 健診結果

集団健診	郵送・訪問等でお渡しします。	健診日から約6～7週間後
個別健診		健診日から約2～3か月後

## 人間ドックの助成を受けるには

### 1. 医療機関に予約

ご自分で予約をしてください。



### 2. 事前申請

受診日の1か月前～前日までに国保年金課が各支所で申請してください。

【持ち物】 ・医療機関発行の案内通知 ・印鑑 ・本人確認書類



#### 助成券方式

### 3. ドック受診・支払い

医療機関に助成券を提出し、差額をお支払いください。

※医療機関・検査項目によって、助成券方式が償還払い方式になります。

※対象には要件があります。詳しくはお問い合わせください。

※人間ドック・集団健診・個別健診の助成は重複して受けられません。

※年度(4月～翌年3月) 毎に1回の助成です。



#### 償還払い方式

### 3. ドック受診・支払い

いったん全額をお支払いください。



### 4. 請求

結果票が届いたら、市役所で請求の手続きをしてください。後日、指定口座に助成金を振り込みます。

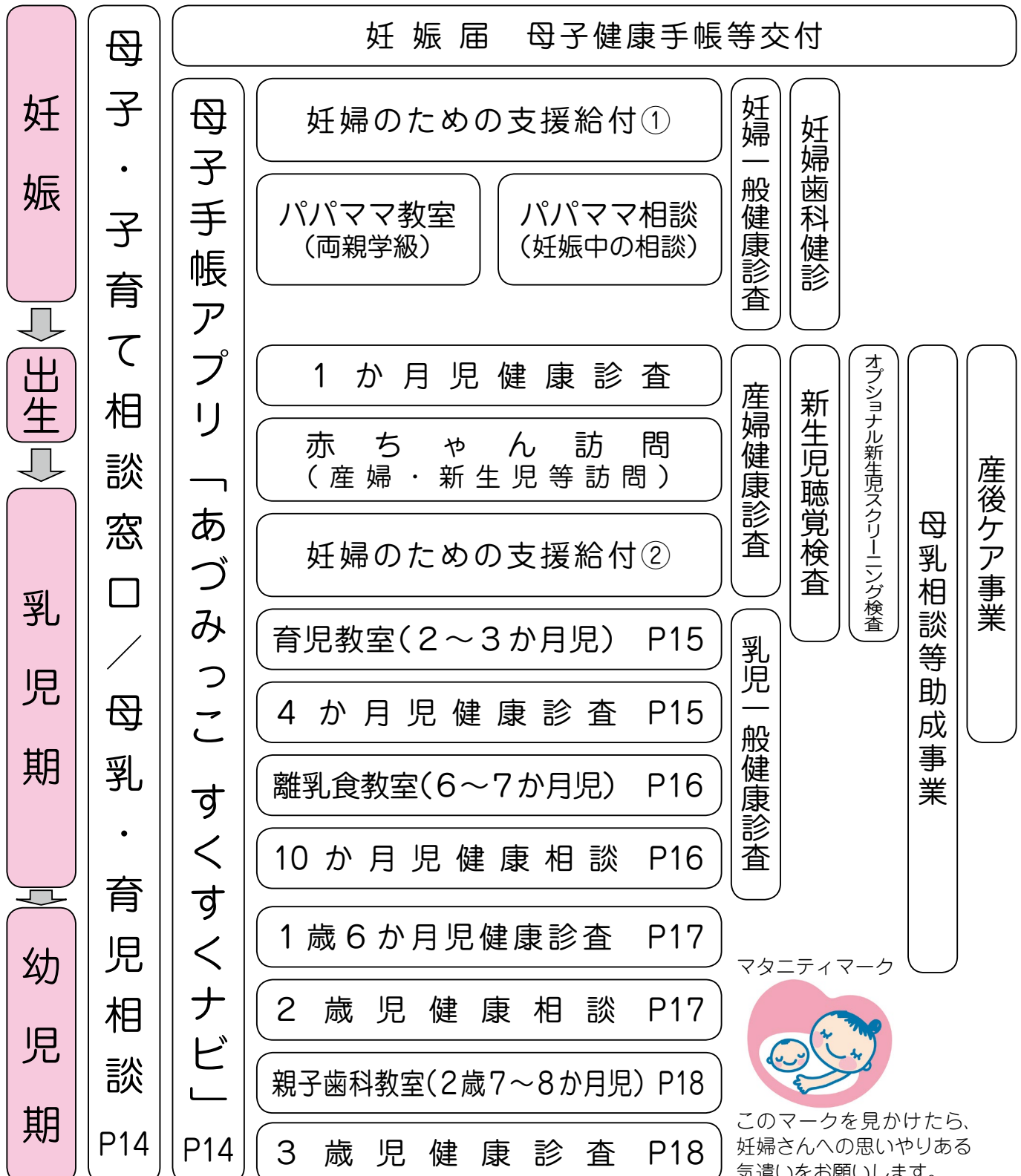
【持ち物】 ・検査結果票  
・医療機関発行の領収書(原本)  
・印鑑 ・振込先の通帳

# 母子保健事業のご案内

☎ 健康推進課：0263-71-2471

- ・安曇野市では、お子さんの健やかな成長を願い、妊娠から幼児期までの母子保健事業を行っています。
- ・日程があらかじめ決まっている健診や教室等の内容、日程、お問合わせ先については該当のページをご覧ください。
- ・右の二次元コードから各事業のホームページにアクセスすることができます。各事業の詳細はホームページをご確認ください。
- ・安曇野市の子育て支援に関する様々な情報を一つにまとめた「子育て支援情報サイト」もご活用ください。

【母子保健事業 HP】





マタニティマーク



このマークを見かけたら、妊婦さんへの思いやりある気遣いをお願いします。

## 母子手帳アプリ「あづみっこ すくすくナビ」

☎ 健康推進課：0263-71-2471

内容	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 妊娠中の記録、お子さんの成長記録、予防接種の記録等を電子データとしてアプリ上に記録保存できます。</li> <li>・ 母子保健・子育て支援に関する情報の発信を行っています。</li> <li>・ 小児予防接種を受ける際にこのアプリを使うと、アプリ内でデジタル予診票を簡単に作ることができます（安曇野市が発行する専用二次元コードが必要です）。</li> <li>・ 詳細は市ホームページをご覧ください。</li> </ul>	<p>【あづみっこすくすくナビ HP】</p>  
ダウンロードの方法	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ スマートフォンで右の二次元コードを読み取りアプリをダウンロード。</li> <li>・ アプリストアにて「母子モ」で検索してダウンロード。</li> </ul>	

## 母乳・育児相談

母乳相談は事前予約が必要です

予約先 穂高健康支援センター：0263-81-0711

内容	<p>身体計測・育児相談・母乳相談・栄養相談・歯科相談 等</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 保健師・助産師・管理栄養士・歯科衛生士などの専門職がそれぞれの相談に応じます。</li> <li>・ 混雑する場合がありますので、時間に余裕をもってお越しください。</li> </ul>
受付時間	午前 9 時 30 分～午前 11 時 ※開場時間 午前 9 時 15 分
持ち物	母子健康手帳

会 場	豊科保健センター	穂高保健センター	三郷保健センター
実施月	実施日	実施日	実施日
4 月	隣接する 豊科ふれあいホールが 工事のため 実施しません	13 日（月）・30 日（木）	21 日（火）
5 月		14 日（木）・29 日（金）	21 日（木）
6 月		12 日（金）・29 日（月）	19 日（金）
7 月		7 日（火）・17 日（金）	27 日（月）
8 月		4 日（火）・24 日（月）	31 日（月）
9 月		7 日（月）・30 日（水）	18 日（金）
10 月	8 日（木）	20 日（火）	30 日（金）
11 月	17 日（火）	6 日（金）	27 日（金）
12 月	4 日（金）	22 日（火）	15 日（火）
1 月	6 日（水）	29 日（金）	21 日（木）
2 月	4 日（木）	25 日（木）	18 日（木）
3 月	5 日（金）	18 日（木）	

## 育児教室（2～3か月児）

☎ 穂高健康支援センター：0263-81-0711

内容	育児についての話・ベビーマッサージ
受付時間	午前9時30分～午前9時45分 ※開場時間 午前9時30分
持ち物	母子健康手帳・子どもノート・こどもファイル・バスタオル・おむつ・ミルクなど必要な物
連絡事項	対象者には前月中旬に個別通知を送付します。実施日を確認してください。

対象者	実施日		<p>&lt;会場&gt; 穂高保健センター</p>
R 8. 1 月生	4 月 10 日（金）	4 月 17 日（金）	
R 8. 2 月生	5 月 1 日（金）	5 月 12 日（火）	
R 8. 3 月生	6 月 2 日（火）	6 月 15 日（月）	
R 8. 4 月生	7 月 3 日（金）	7 月 10 日（金）	
R 8. 5 月生	8 月 3 日（月）	8 月 7 日（金）	
R 8. 6 月生	9 月 1 日（火）	9 月 8 日（火）	
R 8. 7 月生	10 月 2 日（金）	10 月 13 日（火）	
R 8. 8 月生	11 月 4 日（水）	11 月 10 日（火）	
R 8. 9 月生	12 月 1 日（火）	12 月 10 日（木）	
R 8.10 月生	1 月 7 日（木）	1 月 15 日（金）	
R 8.11 月生	2 月 2 日（火）	2 月 8 日（月）	
R 8.12 月生	3 月 1 日（月）	3 月 9 日（火）	

## 4 か月児健康診査

☎ 穂高健康支援センター：0263-81-0711

内容	問診・身体計測・内科診察・離乳食の話・歯や口の話・育児相談
受付時間	午後1時～午後1時10分 ※開場時間 午後0時45分
持ち物	母子健康手帳・おたずね用紙・子どもノート・こどもファイル・バスタオル・おむつ・ミルクなど必要な物
連絡事項	対象者には前月中旬に個別通知を送付します。実施日を確認してください。

対象者	実施日		<p>&lt;会場&gt; 穂高保健センター</p>
R 7.11 月生	4 月 10 日（金）	4 月 17 日（金）	
R 7.12 月生	5 月 1 日（金）	5 月 11 日（月）	
R 8. 1 月生	6 月 2 日（火）	6 月 9 日（火）	
R 8. 2 月生	7 月 3 日（金）	7 月 10 日（金）	
R 8. 3 月生	8 月 3 日（月）	8 月 7 日（金）	
R 8. 4 月生	9 月 1 日（火）	9 月 8 日（火）	
R 8. 5 月生	10 月 2 日（金）	10 月 13 日（火）	
R 8. 6 月生	11 月 4 日（水）	11 月 10 日（火）	
R 8. 7 月生	12 月 1 日（火）	12 月 10 日（木）	
R 8. 8 月生	1 月 6 日（水）	1 月 15 日（金）	
R 8. 9 月生	2 月 2 日（火）	2 月 8 日（月）	
R 8.10 月生	3 月 1 日（月）	3 月 9 日（火）	



## 離乳食教室（6～7か月児）

☎ 穂高健康支援センター：0263-81-0711

内容	離乳食の話・調理方法（デモンストレーション）・試食（保護者向け）・口の発達についての話
受付時間	午前 9 時 30 分～午前 9 時 45 分 ※開場時間 午前 9 時 30 分
持ち物	母子健康手帳・らくらく離乳食ガイドブック・おむつ・ミルク・バスタオルなど必要な物
連絡事項	対象者には前月中旬に個別通知を送付します。実施日を確認してください。

対象者	実施日		<p>&lt;会場&gt; 穂高保健センター</p>
R 7. 9 月生	4 月 16 日（木）	4 月 28 日（火）	
R 7.10 月生	5 月 15 日（金）	5 月 26 日（火）	
R 7.11 月生	6 月 11 日（木）	6 月 25 日（木）	
R 7.12 月生	7 月 2 日（木）	7 月 9 日（木）	
R 8. 1 月生	8 月 7 日（金）	8 月 28 日（金）	
R 8. 2 月生	9 月 11 日（金）	9 月 25 日（金）	
R 8. 3 月生	10 月 9 日（金）	10 月 22 日（木）	
R 8. 4 月生	11 月 5 日（木）	11 月 26 日（木）	
R 8. 5 月生	12 月 8 日（火）	12 月 17 日（木）	
R 8. 6 月生	1 月 7 日（木）	1 月 19 日（火）	
R 8. 7 月生	2 月 5 日（金）	2 月 26 日（金）	
R 8. 8 月生	3 月 11 日（木）	3 月 19 日（金）	

## 10 か月児健康相談

☎ 穂高健康支援センター：0263-81-0711

内容	問診・身体計測・歯科相談・栄養相談・育児相談
受付時間	午前 9 時～午前 9 時 10 分 ※開場時間 午前 8 時 45 分
持ち物	母子健康手帳・おたずね用紙・子どもノート・こどもファイル・おむつ・ミルクなど必要な物
連絡事項	対象者には前月中旬に個別通知を送付します。実施日を確認してください。

対象者	実施日		<p>&lt;会場&gt; 穂高保健センター</p>
R 7. 6 月生	4 月 14 日（火）	4 月 23 日（木）	
R 7. 7 月生	5 月 19 日（火）	5 月 28 日（木）	
R 7. 8 月生	6 月 17 日（水）	6 月 30 日（火）	
R 7. 9 月生	7 月 16 日（木）	7 月 22 日（水）	
R 7.10 月生	8 月 17 日（月）	8 月 25 日（火）	
R 7.11 月生	9 月 17 日（木）	9 月 28 日（月）	
R 7.12 月生	10 月 23 日（金）	10 月 29 日（木）	
R 8. 1 月生	11 月 19 日（木）	11 月 30 日（月）	
R 8. 2 月生	12 月 14 日（月）	12 月 21 日（月）	
R 8. 3 月生	1 月 14 日（木）	1 月 25 日（月）	
R 8. 4 月生	2 月 16 日（火）	2 月 24 日（水）	
R 8. 5 月生	3 月 8 日（月）	3 月 15 日（月）	

## 1 歳 6 か月児健康診査

☎ 穂高健康支援センター：0263-81-0711

内容	問診・身体計測・内科診察・歯科診察・歯科相談・栄養相談・育児相談
受付時間	午後 1 時～午後 1 時 10 分 ※開場時間 午後 0 時 45 分
持ち物	母子健康手帳・おたずね用紙・子どもノート・こどもファイル・バスタオル・おむつなど必要な物
連絡事項	対象者には前月中旬に個別通知を送付します。実施日を確認してください。

対象者	実施日		<p style="text-align: center;">＜会場＞ 穂高保健センター</p>
R 6. 9 月生	4 月 9 日 (木)	4 月 24 日 (金)	
R 6.10 月生	5 月 8 日 (金)	5 月 18 日 (月)	
R 6.11 月生	6 月 8 日 (月)	6 月 16 日 (火)	
R 6.12 月生	7 月 14 日 (火)	7 月 21 日 (火)	
R 7. 1 月生	8 月 17 日 (月)	8 月 27 日 (木)	
R 7. 2 月生	9 月 4 日 (金)	9 月 14 日 (月)	
R 7. 3 月生	10 月 6 日 (火)	10 月 16 日 (金)	
R 7. 4 月生	11 月 11 日 (水)	11 月 20 日 (金)	
R 7. 5 月生	12 月 11 日 (金)	12 月 18 日 (金)	
R 7. 6 月生	1 月 8 日 (金)	1 月 22 日 (金)	
R 7. 7 月生	2 月 9 日 (火)	2 月 19 日 (金)	
R 7. 8 月生	3 月 2 日 (火)	3 月 12 日 (金)	

## 2 歳児健康相談

☎ 穂高健康支援センター：0263-81-0711

内容	問診・身体計測・歯科相談・栄養相談・育児相談
受付時間	午前 9 時～午前 9 時 10 分 ※開場時間 午前 8 時 45 分
持ち物	母子健康手帳・おたずね用紙・子どもノート・こどもファイル
連絡事項	対象者には前月中旬に個別通知を送付します。実施日を確認してください。

対象者	実施日		<p style="text-align: center;">＜会場＞ 穂高保健センター</p>
R 6. 3 月生	4 月 9 日 (木)	4 月 24 日 (金)	
R 6. 4 月生	5 月 8 日 (金)	5 月 18 日 (月)	
R 6. 5 月生	6 月 8 日 (月)	6 月 16 日 (火)	
R 6. 6 月生	7 月 14 日 (火)	7 月 21 日 (火)	
R 6. 7 月生	8 月 6 日 (木)	8 月 27 日 (木)	
R 6. 8 月生	9 月 4 日 (金)	9 月 14 日 (月)	
R 6. 9 月生	10 月 6 日 (火)	10 月 16 日 (金)	
R 6.10 月生	11 月 11 日 (水)	11 月 20 日 (金)	
R 6.11 月生	12 月 11 日 (金)	12 月 18 日 (金)	
R 6.12 月生	1 月 8 日 (金)	1 月 22 日 (金)	
R 7. 1 月生	2 月 9 日 (火)	2 月 19 日 (金)	
R 7. 2 月生	3 月 2 日 (火)	3 月 12 日 (金)	

## 親子歯科教室（2歳7～8か月児）

☎ 穂高健康支援センター：0263-81-0711

内容	お子さん：歯科診察・歯科相談・フッ化物塗布 保護者：歯科相談
受付時間	午後1時～午後1時10分 ※開場時間 午後0時45分
持ち物	母子健康手帳・おたずね用紙
連絡事項	対象者には前月中旬に個別通知を送付します。実施日を確認してください。

対象者	実施日		<p>&lt;会場&gt; 穂高保健センター</p>
R 5. 8月生	4月16日（木）	4月28日（火）	
R 5. 9月生	5月19日（火）	5月28日（木）	
R 5.10月生	6月 4日（木）	6月30日（火）	
R 5.11月生	7月 6日（月）	7月16日（木）	
R 5.12月生	8月 6日（木）	8月25日（火）	
R 6. 1月生	9月17日（木）	9月30日（水）	
R 6. 2月生	10月 8日（木）	10月30日（金）	
R 6. 3月生	11月 5日（木）	11月24日（火）	
R 6. 4月生	12月15日（火）	12月21日（月）	
R 6. 5月生	1月14日（木）	1月28日（木）	
R 6. 6月生	2月 4日（木）	2月18日（木）	
R 6. 7月生	3月 4日（木）	3月11日（木）	

## 3歳児健康診査

☎ 穂高健康支援センター：0263-81-0711

内容	問診・身体計測・眼の検査・尿検査・内科診察・歯科診察・歯科相談・栄養相談・育児相談
受付時間	午後1時～午後1時10分 ※開場時間 午後0時45分
持ち物	母子健康手帳・おたずね用紙・目と耳のアンケート・尿・子どもノート・バスタオル
連絡事項	対象者には前月中旬に個別通知を送付します。実施日を確認してください。

対象者	実施日			<div>&lt;会場&gt; 穂高保健センター</div>
R 4.12 月生	4 月 8 日（水）		4 月 22 日（水）	
R 5. 1 月生	5 月 13 日（水）		5 月 27 日（水）	
R 5. 2 月生	6 月 3 日（水）		6 月 10 日（水）	
R 5. 3 月生	7 月 1 日（水）		7 月 15 日（水）	
R 5. 4 月生	8 月 5 日（水）		8 月 26 日（水）	
R 5. 5 月生	9 月 2 日（水）		9 月 16 日（水）	
R 5. 6 月生	10 月 7 日（水）		10 月 21 日（水）	
R 5. 7 月生	11 月 18 日（水）		11 月 25 日（水）	
R 5. 8 月生	12 月 2 日（水）	12 月 9 日（水）	12 月 16 日（水）	
R 5. 9 月生	1 月 13 日（水）		1 月 20 日（水）	
R 5.10 月生	2 月 10 日（水）		2 月 17 日（水）	
R 5.11 月生	3 月 3 日（水）		3 月 10 日（水）	

