

4月
→ 9月

情報満載号

保存版

編集・発行 厚木市健康医療課・こども家庭センター 〒243-0018 厚木市中町1丁目4番1号 TEL.046-225-2201 FAX.046-223-7066

オーラルフレイル健診が始まります。(拡)

☎225-2201

老化に伴う歯の減少や口腔衛生の低下などにより、口腔機能全体の機能低下を招く「オーラルフレイル」を予防するため、成人歯科健診に「オーラルフレイル健診」を追加します。

市HPはこちら



- 《対象者》65歳、70歳、75歳以上の方
- 《健診内容》問診、嚥下機能、滑舌、舌圧の診査 など
- 《自己負担額》1500円（70歳以上は無料、費用免除制度あり）
- 《受診方法》6月中に送付される受診券到着後、医療機関へ予約し受診。なお、6月以前に受診を希望する場合、受診券を4月1日以降に申込み。

医療用ウィッグ・乳房補整具の購入などに係る費用を助成します。

☎225-2201

市HPはこちら



- 《対象者》厚木市に住民登録がある方でがんと診断されて治療を受けた、または治療中の方
- 《助成対象》①医療用ウィッグ ②乳房補整具
※ 購入、レンタルした日から1年以内に申請が必要
- 《助成額》①②各最大5万円

産前・産後に関する事業が拡大しました!!

妊婦健康診査 ※1 (拡) ☎225-2203

妊婦健康診査助成事業について、
1人当たりの最大補助額を11万円まで拡大します!!

市HPはこちら



- 14回分の妊婦健康診査費用補助券（8万円分）と別冊の追加補助券（3万円分）をお渡しします。
- 《補助券》既にお渡ししている補助券はそのままお使いいただけます。
- 《追加補助券》令和7年4月1日以降に受診した妊婦健康診査から使用できます。

産後ケア アウトリーチ(訪問)型 (拡)

☎225-2929

市HPはこちら



- 1人当たりの最大利用回数や利用期間を拡大します。
- 《利用回数》7回まで 《利用期間》出産後から1年以内
- 《自己負担額》2000円
- アウトリーチ（訪問）型のほか、ショーステイ（宿泊）型、デイサービス（通所）型もあります。利用を希望される方はこども家庭センターにお問い合わせください。

※ 1および2 令和7年3月18日以前に厚木市に住民登録をされており、既に厚木市の母子健康手帳の交付を受けた方については、追加補助券および1か月児健康診査票を郵送致します

1か月児健康診査 ※2 (新) ☎225-2203

1か月児健康診査の費用を補助します!!

市HPはこちら



- 主に出産された医療機関にて自費で受診している1か月児健康診査について、費用の一部または全部を補助します。
- 《補助額》4000円
- 《対象者》令和7年4月1日以降に生まれたお子様

妊娠応援事業(不妊治療費助成) (新)

☎225-2203

市HPはこちら



- 医療保険適用の生殖補助医療と併用して実施された先進医療費の一部を助成します。
- 《助成額》1回の胚移植にかかる先進医療費の10分の7（上限額10万円）
- 《助成回数》初めての治療開始時の女性の年齢
40歳未満 通算6回まで
40歳以上43歳未満 通算3回まで
- 《対象者》令和7年4月1日以降に治療を開始した方

(拡) 拡大事業 (新) 新規事業

大人の検診・健康診査



市HPはこちら
☎ 225-2201

厚木市では、各種検診・健康診査を実施しています。受診方法は、医療機関で実施する「個別検診」（5月15日～翌年2月14日）のほか、一部のがん検診（胃・乳・子宮）については、検診バスで実施する「集団検診」（7月～2月）（**今年度はふれあいプラザで実施**）を選ぶこともできます。自身の健康のために、必ず受診しましょう。

費 費用免除対象

◆がん検診・肝炎ウイルス検診

費

《対象および自己負担額》 下表参照、70歳以上無料

《受診方法》

●**集団検診（今年度はふれあいプラザで実施）**

3～4月に送付された申込はがきまたは電子申請により申込み。

●**個別検診**

6月中に送付される受診券到着後、医療機関へ予約し受診。

なお、6月以前に受診を希望する場合、4月1日以降に申込み。

検診の種類	対象年齢	自己負担額	
		集団検診	個別検診
胃がん	40歳以上	エックス線 1500円	内視鏡 4800円 エックス線 4100円 リスク検診 1500円
肺がん			500円
大腸がん			400円
口腔がん			1600円
肝炎ウイルス			900円
前立腺がん	50歳以上の男性		1000円
乳がん	40歳以上の女性かつ 前年度未受診者	50歳以上 1300円 49歳以下 1800円	50歳以上 1600円 49歳以下 2100円
子宮がん	20歳以上の女性	1100円	2000円

◆特定健康診査（身体測定、血液検査、血圧、検尿など）

費

《対象者》40歳以上74歳以下の市国民健康保険被保険者

※ 生活保護利用中で、40歳以上の方は健康医療課へ。

《自己負担額》1500円 40歳、45歳、50歳および70歳以上の方は無料

《受診方法》6月中に送付される受診券到着後、医療機関へ予約し受診。

なお、6月以前に受診を希望する場合、4月1日以降に申込み。

◆長寿健康診査（身体測定、血液検査、血圧、検尿など）

費

《対象者》後期高齢者医療制度の被保険者

《自己負担額》無料

《受診方法》6月中に送付される受診券到着後、医療機関へ予約し受診。

なお、6月以前に受診を希望する場合、4月1日以降に申込み。

◆成人歯科健康診査（視触診、歯周疾患などを確認）

費

《対象者》（基本健診）20歳、30歳、40歳以上の方

（オーラルフレイル健診）65歳、70歳、75歳以上

《自己負担額》1000円（基本健診）20歳、30歳、70歳以上無料

1500円（オーラルフレイル健診）70歳、75歳以上は無料

《受診方法》6月中に送付される受診券到着後、医療機関へ予約し受診。

なお、6月以前に受診を希望する場合、4月1日以降に申込み。

人間ドックの助成

☎225-2125（国民健康保険）
☎225-2223（後期高齢者医療制度）

《対象》20歳以上で、市国民健康保険または後期高齢者医療制度に加入し、保険料に未納がない方

《助成額》20～39歳は2万5千円、40歳以上は2万円を限度

《助成方法》医療機関に予約後、電子申請または国保年金課へ電話にて申込み。

電子申請は
こちらから



一斉発送前に受診券発行を希望する方【事前発行】

電子申請または電話により受診券の事前発行が可能です。

受診券は5月上旬にお送りする予定です。

《対象の検診・健康診査》

☐がん検診 ☐肝炎ウイルス検診

☐特定・長寿健康診査

☐成人歯科健康診査

電子申請はこちらから



◆骨粗しょう症検診（エックス線による骨密度測定）

費

《対象者》令和8年4月1日時点で40・45・50・55・60・65・70歳の女性で、骨粗しょう症またはこれに起因する疾病で治療を受けていない方

《自己負担額》1500円

◆成人眼科健康診査（視力・眼底・眼圧・細隙灯顕微鏡検査）

費

《対象者》令和8年4月1日時点で40・45・50・55歳で、過去に緑内障と診断されたことのない方

《自己負担額》2300円

受診方法（共通）

電子申請または電話で申込み

受診券到着後、医療機関へ予約し受診。

※ 受診当日に対象年齢に達していない場合でも受診可

電子申請はこちらから



相談

市HPはこちら



●自身の健康度が見える化（未病センターあつぎ）

体組成（体脂肪・骨格筋量など）、血管年齢、骨健康度、血圧、脳年齢、握力が簡単に測定でき、自身の健康度が見える化できます。

《対象者》20歳以上の方

《費用》無料

《場所》保健福祉センター1階

《利用時間》平日の9時～12時、13時～16時

●生活習慣病予防のための健康相談

生活習慣病予防に関する個別相談を実施しています。

個々の生活状況や健診結果に合わせて、保健師や管理栄養士がアドバイスします（1回50分程度）。

《利用方法》電話で相談日を予約。無料。

●あつぎ卒煙プログラム

厚木市では禁煙のサポートを行っています。

保健師との面談などを通じて禁煙の知識や離脱症状対策を習得し、3か月で禁煙成功を目指しましょう！

《利用方法》電話で相談日を予約。無料。

一人で悩まず相談しましょう

▶いのちのサポート相談

毎月、臨床心理士と対面または電話による「こころの健康相談」を実施しています。お気軽にご連絡ください。

▶気軽にストレスチェック

スマートフォンやパソコンで、自身のストレス状態を簡単にチェックすることができます。お気軽にご利用ください。

ストレスマウンテンあつぎ

ストレスマウンテンあつぎ

検索



大人の予防接種

☎ 225-2201

いずれも接種当日に厚木市に
住民登録がある方が対象

◆帯状疱疹予防接種（定期）費

- ≪対 象 者≫①右の表に該当する生年月日の方または②接種当日に60～64歳で、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障がい（身体障害者1級相当）を有する方
※ ①②のいずれかに該当する方
※ 接種できるワクチンは生ワクチンか不活化ワクチンのいずれか
- ≪自己負担額≫生ワクチン（1回接種）：2500円
不活化ワクチン（2回接種）：1回につき7000円
- ≪接種方法≫市HPで実施医療機関を確認の上、医療機関へ直接お問い合わせください。

市HPはこちら



年齢	生年月日
65歳	昭和35年4月2日～昭和36年4月1日
70歳	昭和30年4月2日～昭和31年4月1日
75歳	昭和25年4月2日～昭和26年4月1日
80歳	昭和20年4月2日～昭和21年4月1日
85歳	昭和15年4月2日～昭和16年4月1日
90歳	昭和10年4月2日～昭和11年4月1日
95歳	昭和5年4月2日～昭和6年4月1日
100歳	大正14年4月2日～大正15年4月1日
100歳以上	大正14年4月1日以前生まれの方

◆帯状疱疹予防接種（任意）

- ≪対 象 者≫接種当日に50歳以上の方
※ 過去に市の任意予防接種費用助成を受けた方、上記の定期対象者は対象外
- ≪助 成 額≫生ワクチン（1回接種）：5000円
不活化ワクチン（2回接種）：1回につき10000円
※ 接種費用から助成額を差し引いた金額を医療機関へお支払いください。
※ 接種費用は医療機関により異なります。
- ≪接種方法≫市HPで実施医療機関を確認の上、医療機関へ直接お問い合わせください。

市HPはこちら



◆妊娠を希望する方の風しん予防接種 ☎225-2203

- 妊婦の方が風しんにかかると、赤ちゃんが、先天性風しん症候群という重い病気になってしまうことがあります。妊娠中は予防接種を受けることができないので、周りにいる人が予防接種を受けておくことも大切です。
- 市では、風しん予防接種の一部助成を実施しています。
- ≪対 象 者≫妊娠を希望する女性やその同居者などで、一定の条件を満たした方
- ≪助 成 額≫風しん単体：4000円
麻しん風しん混合：6000円
- ≪接種方法≫電子申請または窓口もしくは電話でこども家庭センターへ申請し、予診票などを受領後、医療機関へ申込み。
※ 一定の条件や実施医療機関は市HPを参照

市HPはこちら



あつぎ健康相談ダイヤル24 健康、医療、介護、育児などの相談や医療機関情報の提供など。医療機関を受診すべきか迷ったら、まずは電話でご相談を。

さわやか1番 よいこころ
☎0120-31-4156

フリーダイヤル（無料）
受付時間/24時間・年中無休

- ※ 発信者番号は通知設定でおかけください。
※ 休日・夜間の救急医療情報については、市HPをご覧ください。

●脳トレリズム体操講座

指先体操とリズム運動を融合した新感覚のゲームエクササイズの講座。
“むずかしい！できない！”の感覚を楽しみましょう。
詳細は、今後の広報あつぎや市HPなどに掲載します。

●健康に関する出前講座（生涯学習出前講座）

市民ボランティアや市職員などが、公民館や集いの場に出向いて講座を実施いたします。希望する団体は電話にてお問い合わせください。

≪講座内容≫

●あゆコロちゃん体操講座

新あつぎ市民健康体操である「あゆコロちゃん体操」の体験、指導

●カラダ快活★講座

オーラルフレイル健口体操やストレッチなどの楽しい講座

●健康講座

市の保健師、管理栄養士による生活習慣病予防についての講座

●ゲートキーパー養成講座

悩みを抱える人を適切に支援するための知識や役割を学ぶ講座

健康づくりのための講座＆相談

☎225-2201

講座

市HPはこちら



大人気の講座、
今年度も開催



●健康運動指導士による運動講座

健康運動指導士による正しい歩き方、腰痛・膝痛予防のための運動、お腹周りをスッキリさせる体操などの講習と実技を行います。
詳細は、今後の広報あつぎや市HPなどに掲載します。

●食の知識・技術を身に付け、地域へ貢献！ あつぎ食育アドバイザー養成講座

食を通して地域の健康づくりに貢献する「あつぎ食育アドバイザー（食生活改善推進員）」を募集します。家庭でも生かせる食の知識・技術が学べます。

詳細は、今後の広報あつぎや市HPなどに掲載します。

妊娠から出産、赤ちゃんのためのサポート事業

市HPはこちら



母子健康手帳などの交付

☎225-2929



母子健康手帳は、お母さんとお子さんの健康状態や成長発達を記録する大切なものです。医療機関で妊娠と診断されたら、こども家庭センターへ事前に電話で予約し、妊娠届出書を持参または電子申請の上、お越しください。

《交付時間》10時～16時

※ 土曜交付日時についてはお問い合わせください。

※ 日曜・祝日・年末年始（12/29～1/3）を除く

※ 面談時間は30分～1時間程度

《交付場所》こども家庭センター（保健福祉センター2階）

《対象者》厚木市に住民登録がある妊婦

市HPはこちら



産婦・新生児訪問

☎225-2597



保健師、助産師がご家庭を訪問し、健康状態の確認や必要な保健指導および健康や育児に関する相談などを行います。

《対象者》生後4か月までの赤ちゃんとお母さん

《費用》無料

《内容》赤ちゃんの身体測定、お母さんの体調確認、育児相談など

市HPはこちら



こどもの食事

☎225-2597



お子さんの月齢や発達に合った離乳食や幼児食についての教室を開催します。実際の食事の展示や試食もあります。ご希望の方は、窓口または電話にてお申し込みください。また、食事に関するご相談は随時お受けしておりますので、こども家庭センターへお問い合わせください。

市HPはこちら



こどもの予防接種

☎225-2203



こどもの定期予防接種は標準的には生後2か月から始まります。それぞれの予防接種ごとに対象年齢が定められていますので、対象期間内に規定の回数の接種を行いましょう。

接種当日に厚木市に住民登録がある対象年齢の方は公費で接種が可能です。詳細については市HPまたはこども家庭センターへお問い合わせください。



市HPはこちら



すこやかマタニティクラス

☎225-2929



赤ちゃんを安心して迎えられるように、妊婦およびパートナーを対象に、妊娠中の健康管理や過ごし方の講座、沐浴などの育児体験を実施します。

《対象者》妊婦およびそのパートナー

《費用》無料

《申込方法》こども家庭センターへ電話予約

《持ち物》母子健康手帳、副読本、筆記用具、妊娠・出産・子育て応援BOOK

《内容》

- 1回目：妊娠中の身体について、オーラルケアと栄養、参加者の交流会、妊婦体験（希望の方）
- 2回目：お産の流れ、出産の準備、新生児期の赤ちゃんの特徴や授乳
- 3回目：産後のメンタルヘルス、赤ちゃんが泣いて困ったとき、お風呂の入れ方・抱き方（体験）



市HPはこちら



乳幼児健康診査のご案内

☎225-2597



以下の健康診査について、受診当日、厚木市に住民登録がある方は公費で受診可能です。内容、受診方法や受診場所など詳細は個別に郵送するご案内を確認してください。

- ▶ **新** 1か月児健康診査（助成額4000円）
対象者：令和7年4月1日以降に生まれた児で、生後28日以上6週未満（生後41日まで）の乳児
- ▶ 4か月児健康診査
対象者：生後4か月以上5か月未満の乳児
- ▶ 8～9か月児健康診査
対象者：生後8か月以上10か月未満の乳児
- ▶ 1歳6か月児健康診査
対象者：1歳6か月以上2歳未満の幼児
- ▶ 2歳6か月児歯科健康診査
対象者：2歳以上3歳未満の幼児
- ▶ 3歳6か月児健康診査
対象者：3歳以上4歳未満の幼児

