がん検診予約方法

集団のがん検診（肺・胃・大腸・子宮・乳）は予約が必要です。

1 日程・会場を決める

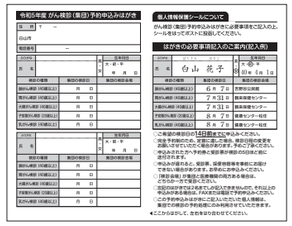
※P9～13をご覧ください。

2 検診日の14日前までに予約

予約は先着順です。定員になりしだい締め切りますので、お早目のご予約をお勧めします。
予約が遅れると、受診票等が事前にお届けできない場合があります。
必要事項を明記の上、はがき（とじ込み）でお申し込みください。
FAXまたは電話でも受け付けています。下記の項目①～⑦をお伝えください。

①郵便番号、住所
②電話番号
③ふりがな
④氏名
⑤生年月日
⑥検診の種類
⑦検診日、会場

はがき（とじ込み）



（公財）石川県成人病予防センターのホームページで、検診の予約状況をご確認いただけます。

センター ホームページ閲覧用QRコード

予約先 〒920－8201
金沢市鞍月東2丁目6番地（公財）石川県成人病予防センター

電　話 **076-237-6262** または **はがき（とじ込み）**
（受付時間：平日 午前9時～午後5時まで）

FAX **076-238-9207**

※白山市は集団での検診の実施と予約券・受診票の発行を（公財）石川県成人病予防センターに委託しています。
※万一、申込み多数の場合は、変更をお願いする場合がありますので、予めご了承ください。

予約後の流れ

3 検診5日ほど前

予約時間案内表・検診予約券・
受診票（大腸がん検診は採便容器）を郵送します。

※受診票の問診欄を記入しておいてください。
※受付時間は30分～1時間毎に区切ってご案内します。
時間の指定は原則できません。予約時間案内表に記載してある時間にならなければ、会場に入ることはできません。

4 検診当日

記入済みの問診票などを検診会場へ持参の上、
受診してください。
個人負担金は会場でお支払いください。

5 結果通知

検診受診後1～2か月程度で検診結果通知書を郵送します。

リサイクル適性Ⓐ
この印刷物は、印刷用の紙へリサイクルできます。

HAKUSAN

令和5年度保存版

白山市 健診・がん検診のお知らせ

白山市ホームページでも確認できます。

健診と**がん検診**の２種類があります。**健診**は年齢別に内容が異なります。
詳細については、**健診**・**がん検診**の各ページ➡をご覧ください。

健診等	18歳～39歳	▶ いきいき健診
	40歳～74歳 石川県国民健康保険 その他の医療保険	▶ 白山市特定健診 ▶ ご加入の医療保険での特定健診 各医療保険者にお問い合わせください。
	75歳～ 後期高齢者医療保険	▶ 長寿健診

P1～2へ

がん検診等	40歳～ 肺がん（胸部エックス線検査）	50歳～69歳 前立腺がん（血液検査）
	65歳～ 結核（胸部エックス線検査）	
	40歳～ 胃がん（バリウム）	20歳～ 子宮頸がん（細胞診）
	50歳～73歳 胃がん（胃カメラ）	40歳～ 乳がん（マンモグラフィ）
		40歳 肝炎ウイルス（血液検査）
	40歳～ 大腸がん（便潜血検査）	40歳 歯周疾患検診

P3～6へ

7月24日（月）
9月 4日（月）
レディース検診実施！

肺・胃・大腸・子宮・乳 **がん検診**（集団）のご予約は
（公財）成人病予防センターへ
はがき（とじ込み）または電話 076-237-6262
（詳しくは裏表紙をご覧ください）

問い合わせ先

いきいき健康課（健康センター松任）	鶴来保健センター
白山市倉光三丁目100番地 TEL 274-2155 / FAX 274-2158	白山市月橋町697番地１ TEL 272-3000 / FAX 272-3202

※問い合わせ時間は、平日の午前8時30分～午後5時15分までとなっております。（土日・祝日はお休みです）

健　診

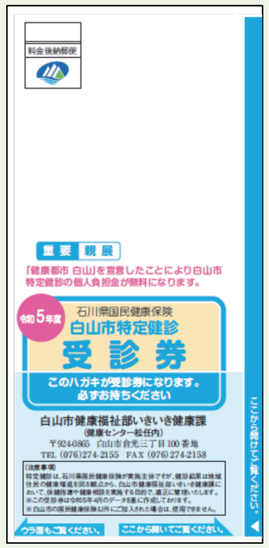
健診は、生活習慣病予防のために実施しています。**毎年**、受診されることをお勧めします。健診結果を今後の健康維持・増進、生活習慣病予防に役立てましょう。

健診の種類	対象年齢	加入医療保険者の種類	健診会場	個人負担金	受診券	持ち物
いきいき健診	18～39歳 (S59.4.1～ H18.3.31生)	加入医療保険に関係なく、職場などで健診を受ける機会のない場合	集　団 **(要予約)**	600円	送付なし	①住所・氏名・生年月日の分かるもの(運転免許証等) ②個人負担金 ③予診票(予約後送付)
特定健診	40～74歳	石川県国民健康保険 日程は特定健診受診券をご確認ください。	集　団 **(要予約)**	無料	5月下旬に受診券を送付します	①令和5年度受診券(縦長はがき) ②健康保険者証
			医療機関	無料		
		その他の医療保険	詳しくはご加入の医療保険者にお問い合わせください。			
長寿健診	75歳以上 (一部65歳以上の方も含む)	後期高齢者医療保険	医療機関	無料	5月下旬に受診券を送付します ※S23.4.1～S23.5.31生の方は、7月上旬に受診券を送付します。	①令和5年度受診券(はがき) ②健康保険者証

お願い

感染拡大防止・感染予防対策についてご理解・ご協力をお願いします。

健(検)診を受診する際は、ご自身の体調をご確認いただき、発熱や倦怠感等がある場合は、軽度であっても健(検)診の受診を延期しましょう。
また、「手洗い」や「3密(密接・密集・密閉)回避」、「換気」、「マスクの効果的な場面などでの着用」など、それぞれの立場でできる感染予防対策に取り組みましょう。
※上記の感染対策は国の方針に基づいて周知しています。今後、変更する場合もあります。



◀特定健診受診券

▼長寿健診受診券

風しん抗体検査を受けましょう

市から対象者にお送りした再クーポン券は有効期限が切れています。

昭和37年4月2日～昭和54年4月1日生まれの男性で、特定健診と同時に受けることを希望される方は、風しんの再クーポン券の発行を市へお申し出ください。

※紛失や転入等で再クーポン券をご希望の場合は、いきいき健康課までお問い合わせください。

健診実施期間

医療機関　令和5年6月1日(木)～10月31日(火)
※P7～8をご覧ください。

集　団　令和5年6月～10月までの指定日
※いきいき健診はP6、特定健診は受診券をご覧ください。

がん検診・いきいき健診の個人負担金が免除される方

①**70歳以上の方**(S29.3.31以前に生まれた方)※胃内視鏡検査は除く
②**後期高齢者医療被保険者証をお持ちの方**※胃内視鏡検査は除く
(検診当日、保険者証をご提示ください。)
③**生活保護世帯の方(事前に生活支援課にご相談ください。)**
④**身体障害者手帳1～3級・療育手帳・精神障害者保健福祉手帳をお持ちの方**
(事前の申請は不要です。検診当日、各手帳をご提示ください。)
⑤**市民税非課税世帯の方(同一世帯の方全員が非課税の場合のみ対象となります)**
※事前に申請が必要となります。受診希望日の7日前までに下記の申請場所までお越しください。
申請書に必要事項を記入していただき、課税状況を確認の上、免除証を発行します。
(受診当日及び課税状況が確認できない場合は、免除証の発行はできません。)
※5～6月中に申請された場合は前年度、7月以降に申請された場合は今年度の課税状況を確認します。
※申請書は、下記の申請場所にあります。白山市ホームページからもダウンロードできます。

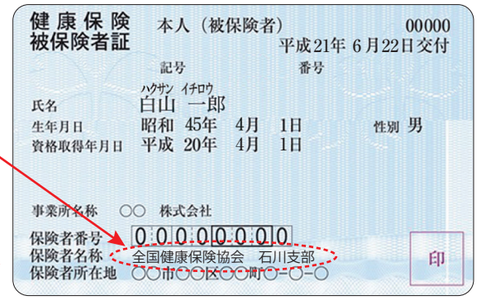
【申請場所】　健康センター松任・鶴来保健センター・美川支所・白山ろく各市民サービスセンター
※免除証発行は、健康センター松任、鶴来保健センターのみとなります。
美川支所・白山ろく各市民サービスセンターに申請された場合は、後日郵送となります。
【持ち物】　本人確認のできるもの(マイナンバーカード、運転免許証等)

ご加入の医療保険者の種類については、お手持ちの健康保険者証の保険者の名称をご確認ください。

主な医療保険者の種類	問い合わせ先
石川県国民健康保険	白山市
全国健康保険協会 (略称：協会けんぽ)	全国健康保険協会支部 TEL 076-264-7204
健康保険組合	各健康保険組合事務局
共済組合	各共済組合支部の事務局

保険者名がこの部分に印字されています。

ここをご覧ください！



白山市特定健診対象の方(石川県国民健康保険に加入している40歳～74歳)で他の健診(職場の健診など)を受けている方へのお願い

職場等で特定健診と同等の健診を受けている場合は、健診受診者としてみなされます。健診結果を直接お持ちいただくか、コピーを郵送でご提出くださいますよう、ご協力をお願いします。(必要な方には、白山市から返信用封筒を郵送しますので、ご連絡ください。)
ご希望の方は、結果についての健康相談を受けることができます。
【提出・連絡先】いきいき健康課(白山市倉光三丁目100番地　TEL 076-274-2155)

がん検診

★「検診会場」が 集団 と 医療機関 の両方ある場合は、どちらか一方で受診ください。
★医療機関での受診の方は、必ず健康保険者証をご持参ください。

種類			対象年齢	会場	個人負担金	注意事項等
男女共通	胃がん	胃部エックス線検査（バリウム）	40歳以上（S59.3.31以前生）	集団（要予約）	400円	・50～73歳の方は、エックス線検査・内視鏡検査のどちらか一方を選択して受診してください。 ・検診前日夜9時以降から検診終了まで、飲んだり食べたりできません。完全な空腹で受診してください。薬を内服している場合は、事前に主治医と相談しておくことをお勧めします。 ・胃内視鏡検査を受けられた場合は、検査後も1時間は飲食できません。また、鎮静剤を使う場合がありますので、運転は控えてください。
		胃内視鏡検査（胃カメラ）	50～73歳（S25.4.1～S49.3.31生） ※前年度、市の胃内視鏡検査を受診していない方	医療機関（要予約）	1,500円	
	大腸がん（便潜血検査）		40歳以上（S59.3.31以前生）	集団（要予約）	200円	生理中は採便しないでください。
				医療機関	400円	
	肺がん（胸部エックス線検査）		40歳以上（S59.3.31以前生）	集団（要予約）	無料	喀痰検査の対象になる方 ※50歳以上で喫煙指数（一日の喫煙本数×年数）が600以上の方
					喀痰検査 200円	
	結核（胸部エックス線検査）		65歳以上（S34.3.31以前生）	集団（要予約）	無料	胸部エックス線検査では、新型コロナウイルス感染症かどうかはわかりません。
男性のみ	前立腺がん（血液検査）		50～69歳（S29.4.1～S49.3.31生）	医療機関	200円	特定健診と同時に検査できます。 この検査のみの受診もできます。
女性のみ	子宮頸がん（細胞診検査）		20歳以上（H16.3.31以前生） ※前年度、市の子宮頸がん検診（妊婦検診1回目を含む）を受診していない方	集団（要予約）	300円	生理中は正確な判定が出にくい場合がありますのでご遠慮ください。
				医療機関（一部要予約）	700円	
	乳がん（マンモグラフィ）		40歳以上（S59.3.31以前生） ※前年度、市の乳がん検診を受診していない方	集団（要予約）	500円	妊娠中の方・豊胸手術を受けられた方・ペースメーカー装着の方は受けられません。 授乳中は乳腺が発達しており、正確な判断ができない場合がありますのでご遠慮ください。
				医療機関（要予約）	500円	
	肝炎ウイルス（血液検査）		40歳（S58.4.1～S59.3.31生） ※41歳以上で過去に肝炎ウイルス検診を受診したことがなく検診を希望される方は表紙の問い合わせ先までご連絡ください	医療機関	無料	特定健診と同時に検査できます。市から送付した受診券をお持ちください。

集団で実施する
全ての検診が完全予約制となります。
※肺がん・結核検診（胸部エックス線検査）含む

予約がない場合は受診をお断りすることもありますのでご了承ください。

実施期間

集団　令和5年6月～11月までの指定日
※P9～13をご覧ください。予約方法は裏表紙をご覧ください。

医療機関　令和5年6月1日（木）～10月31日（火）
※P7～8をご覧ください。女性がん検診については、P5をご覧ください。

「健康都市 白山」を宣言したことにより

がん検診で初めて対象となる年齢の方は個人負担金が無料になります！

《 無料になるがん検診と対象年齢 》

検診種類		対象年齢
胃がん検診	バリウム	40歳（昭和58年4月1日～昭和59年3月31日生）
	胃カメラ	50歳（昭和48年4月1日～昭和49年3月31日生）
大腸がん検診		40歳（昭和58年4月1日～昭和59年3月31日生）
子宮頸がん検診		20歳（平成15年4月1日～平成16年3月31日生）
乳がん検診		40歳（昭和58年4月1日～昭和59年3月31日生）

※肺がん検診は40歳以上の方が無料です

胃内視鏡検査（胃カメラ）について

6月上旬がお勧めです。10月は大変混み合い、予約がとれない場合があります。お早目の予約をお勧めします！

① 対象者　50～73歳（昭和25年4月1日～昭和49年3月31日生）
※ただし、前年度、市の胃内視鏡検査を受診していない方

② 実施期間　6月1日（木）～10月31日（火）

③ 実施医療機関　※P7～8をご覧ください

④ 持ち物　健康保険者証　※がん検診のご案内はがきをお持ちの方はご持参ください。
※胃内視鏡検査を受けた方は、胃部エックス線検査は受診できません。

医師からのアドバイス

ピロリ菌を除菌した方も、定期的に胃がん検診を受けることが大切です。
※ピロリ菌除菌で胃がん発生は1/3に減りますが、ゼロにはできません。

女性がん検診

実施期間

集　団　令和5年6月～11月までの指定日
※P9～13をご覧ください。予約方法は裏表紙をご覧ください。

医療機関　令和5年6月1日（木）～11月30日（木）

※下記の医療機関以外でも実施しています。
右記のQRコードをご参照ください。
※各医療機関の受付時間等は変更になる場合がありますので、
医療機関に直接お問い合わせください。

女性がん検診実施
医療機関については、
こちらをご覧ください。

子宮頸がん

妊娠中の方、妊娠の可能性のある方は主治医と相談の上、検査を受けてください。
生理中は、正確な判定が出にくい場合がありますので、ご遠慮ください。

	医療機関	住所	電話番号	備　考
白山市	いこまともみレディースクリニック	北安田西二丁目 41	216−0123	要予約
	恵愛会　松南病院	若宮三丁目 63	275−7611	要予約
	公立松任石川中央病院	倉光三丁目 8	275−2222	
	公立つるぎ病院	鶴来水戸町ノ 1	272−1250	月曜　9:00～11:00 水曜 10:00～11:00
	せいだクリニック	道法寺町ニ 10	272−0381	
野々市市	ののいち産婦人科クリニック	本町 2-18-22	248−5315	※水曜・土曜の午後は休診の可能性があります
	深江レディースクリニック	郷町 260	294−3336	

乳がん

妊娠中の方、豊胸手術を受けた方、ペースメーカー装着の方は、受診できません。
授乳中は乳腺が発達しており、正確な判断ができない場合がありますので、ご遠慮ください。
医療機関によって受け入れ人数に制限がありますので、ご希望に添えない場合があります。
検診最終月となる11月は大変混み合い、予約がとれない場合があります。
お早目の予約をお勧めします。

医療機関	住所	電話番号	検診受付時間
公立松任石川中央病院	倉光三丁目 8	274−5782（要予約）	月曜～金曜 7:45～8:20 ※金曜のみ13:00～13:30
公立つるぎ病院	鶴来水戸町ノ 1	272−1250（要予約）	月曜～金曜10:00～11:30　13:00～15:00

健康センター松任・鶴来保健センターでの女性がん検診は夜間にも実施しています。
お仕事帰りなどにご利用ください。
➡詳しくは、P9・P12をご覧ください。

レディース検診のお知らせ 女性限定！

＊肺、大腸、乳、子宮頸がん検診が受けられます
（医師やスタッフは女性のみとは限りません。ご了承ください。）

●7月24日（月）、9月4日(月) 13時～ 健康センター松任

➡詳しくは9ページ、託児をご利用の方は10ページをご覧ください。

乳がんセルフケア
（自己触診）について

かなざわピンクリボン
プロジェクトのホームページ

早期発見が大切です。2年に1回は「子宮頸がん検診」を受けましょう。

～ 子宮がん検診について ～

子宮がんには、「子宮頸がん（子宮の入り口）」と「子宮体がん（子宮の奥側）」があります。
白山市のがん検診では、国の指針に基づく「子宮頸がん検診」を実施しています。

- 「子宮頸がん」はAYA世代（30歳代までの若年成人）にも多くみられるがんです。
- 「子宮体がん」で最も多い自覚症状は「不正出血」です。

自覚症状（不正出血、褐色おりもの、月経異常など）がある場合は、市のがん検診を待たずに、早めに医療機関（婦人科）を受診してください。
※子宮頸がん検診で異常がなかった場合でも、気になる自覚症状があれば、医療機関（婦人科）へご相談ください。

いきいき健診

18～39歳（S59.4.1～H18.3.31生）で、職場等で健診を受ける機会のない方へ

下記の日程でいきいき健診（問診、身体計測、血圧測定、尿検査、血液検査、診察）を実施します。
完全予約制です。予約がない場合は受けられません。
ご希望の方は予約開始日から締切日までに、会場へ電話で予約をお願いします。
予約時に受付時間を指定させていただきます。

会　場	健診日時	予約開始日	予約締切日
健康センター松任 TEL 274-2155	**6月25日（日）** 8:00 ～ 11:00	6月5日（月）	6月13日（火）
	9月25日（月） 8:00 ～ 11:00	9月4日（月）	9月12日（火）
鶴来保健センター TEL 272-3000	**11月1日（水）** 8:00 ～ 11:00	10月10日（火）	10月17日（火）

予約電話受付時間…午前8時30分～午後5時15分（土日・祝日除く）

※先着順です。
定員になり次第締め切ります。
※妊娠中の方は受診できません。
※予約された方へは健診日までに
予診票をお送りします。

白山市ホームページからも
予約できます。

医療機関 一覧表

お住まいの地域に関係なく、どの医療機関でも受診できます。

・「●印」のついている医療機関で健診、がん検診が受けられます。

・「健診」には、白山市国保特定健診、長寿健診、肝炎ウイルス検診、前立腺がん検診が含まれます。

・胃内視鏡検査（胃カメラ）は**予約**が必要です。10月は大変混み合いご希望通り予約受付できないことがあります。

・健診・大腸がん検診についても予約が必要な場合があります。事前に医療機関へご確認ください。

・子宮頸がん検診、乳がん検診実施医療機関はP5をご覧ください。

健診 がん検診 実施期間 令和5年6月1日(木)～10月31日(火)

6月上旬がおすすめです。
10月は大変混み合い、
予約が取れない場合があります。

	医療機関	住所	電話番号	健診	大腸	胃内視鏡検査（要予約）
松任地域	あさがおクリニック	倉光五丁目103	275-2600	●	●	●
	有川整形外科医院	ハッ矢町232-2	275-7500	●	●	
	石倉内科医院	倉光七丁目41	274-3800	●	●	
	岡村内科医院	千代野東五丁目5-4	276-8851	●	●	
	かわい小児科医院	安田町5	275-0177	●	●	
	公立松任石川中央病院	倉光三丁目8	274-5782	○※1		
	斉藤小児科医院	馬場二丁目16	275-3110	●	●	
	真田医院	布市一丁目131	275-2255	●	●	
	嶋　医院	中町32	275-3311	●	●	●
	新　くりにっく	宮保新町130-1	276-8001	●	●	●
	新　内科医院	西柏町7-13	276-7217	●	●	
	谷　内科歯科クリニック	新田町86-2	274-3351	●	●	
	ちくだ医院	倉光六丁目35	275-6341	●	●	●
	津田内科医院	新成四丁目230	276-5050	●	●	●
	津山クリニック	北安田町1270	276-5501	●	●	●
	てらしま内科クリニック	中奥町91-3	274-8666	●	●	
	ながしまクリニック	北安田町972-1	275-1115	●	●	●
	ばんどう内科・呼吸器クリニック	布市一丁目113	277-6211	●		
	福留クリニック	福留町179-1	277-3133	●	●	
	べんクリニック	相木町820	277-6880	●	●	
	むとう小児科医院	宮永市町65-2	275-7887	●	●	
	矢ヶ崎外科医院	徳丸町597	275-5166	●	●	●
	安原医院	田中町242	275-2008	●	●	●
	やなぎ内科クリニック	専福寺町161-1	277-6200	●	●	●
	やまもと内科医院	山島台三丁目99	274-3588	●	●	

※1 公立松任石川中央病院では、石川県国民健康保険の方のみ人間ドックの中に特定健診が含まれております。

さあ、受けよう! 特定健診・がん検診!

6月上旬がおすすめです。
10月は大変混み合い、
予約が取れない場合があります。

	医療機関	住所	電話番号	健診	大腸	胃内視鏡検査（要予約）
美川地域	井村内科・腎透析クリニック	美川中町ル40-1	278-6363	●	●	
	しおのやクリニック	湊町レ33-1	278-3355	●	●	
	聖来美クリニック	井関町115-1	278-7070	●	●	
	多賀クリニック	美川和波町カ128-1	278-3384	●	●	
	なかでクリニック	鹿島平11-60	278-5511	●	●	
	長尾医院	美川永代町ソ248	278-2156	●	●	
	松葉外科胃腸科クリニック	美川中町イ16-72	278-6065	●	●	●
鶴来地域	いのくち内科医院	井口町に98-5	273-0678	●	●	
	織田内科クリニック	鶴来本町三丁目ヲ11	273-9100	●	●	
	公立つるぎ病院	鶴来水戸町ノ1	272-1250	●	●	●
	さなだクリニック	鶴来古町ワ7	272-1138	●	●	
	新村病院	月橋町722-12	273-0100	●	●	
	せいだクリニック	道法寺町ニ10	272-0381	●	●	
白山ろく	きりの里診療所	河内町きりの里63-1	272-8163	●	●	
	吉野谷診療所	佐良ニ124	255-5019	●	●	
	白峰診療所	白峰ハ157-1	259-8002	●	●	
野々市市	池田病院	新庄2-10	248-7222	●	●	
	御経塚クリニック	御経塚１-450	246-2311	●	●	
	押野医院	押野6-160	246-1411	●	●	
	小野木医院	本町2-18-2	248-0238	●	●	
	金沢消化器内科・内視鏡クリニック野々市中央院	白山町438	259-0378	●	●	●
	喜多内科医院	横宮町7-20	248-0020	●	●	
	酒井内科クリニック	三納三丁目109-1	287-6363	●	●	●
	高田内科クリニック	扇が丘10-10	246-3630	●	●	
	つじ川内科クリニック	位川251	294-2221	●	●	●
	津山整形外科クリニック	中林1丁目64-1	259-5077	●	●	
	ときわ病院	中林4-123	248-5221	●		
	とみたクリニック	粟田3-55	246-7070	●	●	●
	なかざわ腎泌尿器科クリニック	新庄６-445	248-2488	●		
	ののいち白山醫院	太平寺4-45	248-2151	●	●	●
	はしもと内科クリニック	上林4-651-1	227-3080	●	●	●
	舩木医院	太平寺4-71	248-6686	●	●	●
	ふるさわ内科クリニック	押野2-54	294-6655	●	●	●
	南ヶ丘病院	西部中央土地区画整理事業施行地区56-1	256-3440	●	●	●
	やまかわ内科クリニック	藤平田1-472	246-6650	●	●	●
	山本クリニック	新庄１-273	246-1661	●	●	●
	ゆあさクリニック	御経塚2-272	269-8866	●	●	
	吉光内科医院	西部中央土地区画整理事業施行地区21-1	248-7788	●	●	●

※ 医療機関によって受け入れ人数に制限がありますので、ご希望に添えない場合があります。ご了承ください。

集　団　がん検診日程表

はがき（とじ込み）または
電話237-6262
でご予約ください。
（詳しくは裏表紙をご覧ください）

肺・胃・大腸・子宮・乳がん検診は
14日前までに要予約！！
予約先:成人病予防センター

申し込み多数の場合は日程の変更をお願いする場合がありますのでご了承願います。

お住まいの地域に関係なく、どの会場でも受診できます。

- 👶 の日は、託児があります。
- 🌙 印の日は、夜間の検診となります。
- 悪天候等で検診が安全に実施できないと判断した場合は、中止することもありますので、予めご了承ください。

全ての検診が完全予約制となります。
予約がない場合は、受診をお断りすることもありますので、ご了承ください。
健康センター松任の検診は、早目の予約をお勧めします。
（申し込み多数の場合はご希望通り予約受付できない場合があります）

松任地域

月日		会場	住所	検診受付時間	検診種類			
					胃	肺・結核	大腸	子宮・乳
6月19日	月	健康センター松任	倉光三丁目100	7:30～10:00（胃がんは～9:00まで）	●	●	●	
				13:00～14:00				●
6月28日	水	健康センター松任	倉光三丁目100	7:30～10:00（胃がんは～9:00まで）	●	●	●	
				13:00～14:00				●
7月9日	日	健康センター松任	倉光三丁目100	7:30～10:00（胃がんは～9:00まで）	●	●	●	
				13:00～14:00				●
7月10日	月	健康センター松任	倉光三丁目100	7:30～10:00（胃がんは～9:00まで）	●	●	●	
				🌙18:30～19:30				●
7月18日	火	中奥公民館	中奥町144-1	8:30～10:00	●	●	●	
7月24日	月	健康センター松任	倉光三丁目100	レディース検診 13:00～14:00		●	●	● 👶
8月7日	月	健康センター松任	倉光三丁目100	7:30～10:00（胃がんは～9:00まで）	●	●	●	
				13:00～14:00				●
8月21日	月	健康センター松任	倉光三丁目100	13:00～14:00				●
8月22日	火	千代野公民館	千代野西八丁目30	8:30～10:00	●	●	●	
8月23日	水	千代野公民館	千代野西八丁目30	8:30～10:00	●	●	●	
8月24日	木	宮保公民館	宮保町740-1	8:30～9:30		●	●	
		柏野公民館	下柏野町483	10:30～11:30		●	●	
8月25日	金	加賀野公民館	西柏一丁目37	8:30～10:00	●	●	●	
8月29日	火	旭公民館	旭丘二丁目32	8:30～10:00	●	●	●	
		北陽会館	あさひ荘苑三丁目109	11:00～12:00		●	●	
		健康センター松任	倉光三丁目100	🌙18:30～19:30				●
8月30日	水	若宮公園体育館	徳丸町491	8:30～10:00	●	●	●	
8月31日	木	石川公民館	源兵島町332-1	8:30～10:00	●	●	●	
9月4日	月	健康センター松任	倉光三丁目100	7:30～10:00（胃がんは～9:00まで）	●	●	●	
				レディース検診 13:00～14:00		●	●	● 👶
9月5日	火	健康センター松任	倉光三丁目100	7:30～10:00（胃がんは～9:00まで）	●	●	●	
9月15日	金	一木公民館	村井町441	8:30～10:00	●	●	●	
9月21日	木	笠間公民館	笠間町623-1	8:30～10:00	●	●	●	
		日輪体育館	松本町888-1	11:00～12:00		●	●	
		健康センター松任	倉光三丁目100	13:00～14:00				●
9月26日	火	郷公民館	田中町230	8:30～10:00	●	●	●	
		横江農村研修センター	横江町2	11:00～12:00		●	●	
9月27日	水	林中公民館	乙丸町461	8:30～10:00	●	●	●	
		山島公民館	安吉町120	11:00～12:00		●	●	
9月28日	木	出城公民館	成町406	8:30～10:00	●	●	●	
10月1日	日	健康センター松任	倉光三丁目100	7:30～10:00（胃がんは～9:00まで）	●	●	●	
10月2日	月	健康センター松任	倉光三丁目100	7:30～10:00（胃がんは～9:00まで）	●	●	●	
10月3日	火	健康センター松任	倉光三丁目100	7:30～10:00（胃がんは～9:00まで）	●	●	●	
				13:00～14:00				●
10月5日	木	御手洗公民館	相川町1566-1	8:30～10:00	●	●	●	
		相川新町集落センター	相川新町435	11:00～12:00		●	●	
10月6日	金	北部農村健康センター	蕪城四丁目14	8:30～10:00	●	●	●	
		東部農村研修センター	八ツ矢町178	11:00～12:00		●	●	
10月16日	月	健康センター松任	倉光三丁目100	7:30～10:00（胃がんは～9:00まで）	●	●	●	
				13:00～14:00				●
10月31日	火	健康センター松任	倉光三丁目100	13:00～14:00				●
11月12日	日	健康センター松任	倉光三丁目100	7:30～10:00（胃がんは～9:00まで）	●	●	●	
				13:00～14:00				●
11月13日	月	健康センター松任	倉光三丁目100	7:30～10:00（胃がんは～9:00まで）	●	●	●	
				13:00～14:00				●
11月15日	水	健康センター松任	倉光三丁目100	7:30～10:00（胃がんは～9:00まで）	●	●	●	
				13:00～14:00				●

託児について

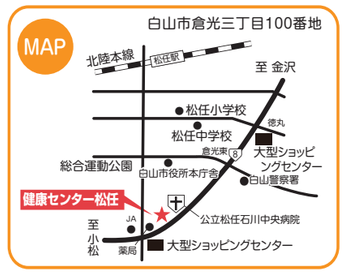
託児をご希望の方は、締切日までに会場へお申し込みください。
※先に、成人病予防センターへ検診のご予約をお願いします。

検診日程		受付時間（厳守）	申込み開始日	申込み締切日	会　場
7/24(月)	肺・大腸 子宮・乳	13:00 ～ 13:30	6/12(月)	6/30(金)	健康センター松任 TEL 274-2155
9/4(月)			7/27(木)	8/10(木)	

※先着順です。定員になり次第締め切ります。

注意事項

- 持ち物:着替え、おむつ、汚れたものを入れるビニール袋、お茶、小さい月齢のお子様の場合はバスタオルや抱っこひも等
- 持ち物には名前を記入してください。
- お菓子、おもちゃの持参はご遠慮ください。
- 卒乳前のお子様については事前に母乳・ミルクを飲ませてきてください。



集団 がん検診日程表

はがき（とじ込み）または
電話237-6262
でご予約ください。
（詳しくは裏表紙をご覧ください）
肺・胃・大腸・子宮・乳がん検診は
14日前までに要予約!!
予約先:成人病予防センター

申し込み多数の場合は日程の変更をお願いする場合がありますのでご了承願います。

お住まいの地域に関係なく、どの会場でも受診できます。

・🌙マークの日は、夜間の検診となります。
・悪天候等で検診が安全に実施できないと判断した場合は、中止することもありますので、予めご了承ください。

全ての検診が完全予約制となります。
予約がない場合は受診をお断りすることもありますのでご了承ください。

美川地域

月日		会場	住所	検診受付時間	検診種類			
					胃	肺・結核	大腸	子宮・乳
9月3日	日	美川文化会館	美川中町イ16-6	8:30～10:00	●	●	●	
				13:00～14:00				●
9月20日	水	美川文化会館	美川中町イ16-6	8:30～10:00	●	●	●	
10月25日	水	湊リフレッシュセンター	湊町ヲ20	8:30～10:00	●	●	●	
				13:00～14:00				●

健康センター松任、鶴来保健センターをあなたの健康づくりにご利用ください!

白山手取川ジオパークキャラクター
ゆきママとしずくちゃん

健康センター松任、鶴来保健センターでは健康相談を行っています。
「健診結果について詳しく知りたい」
「自分にとって必要な食事量は?」など、健康に関するあれこれをお気軽にご相談いただけます。**健康診断の結果をお持ちください。**

各センターでは、「健康相談日」を設けています。白山ろく地域の公民館などにも出張しています。
各会場の日程は、健康センター松任、鶴来保健センターへお問い合わせください。
広報・市ホームページでも確認できます。

鶴来地域

月日		会場	住所	検診受付時間	検診種類			
					胃	肺・結核	大腸	子宮・乳
7月31日	月	鶴来保健センター	月橋町697－1	7:30～10:00（胃がんは～9:00まで）	●	●	●	
				🌙18:30～19:30				●
9月8日	金	林公民館	道法寺町ヘ24	8:30～10:00	●	●	●	
		蔵山公民館	日御子町ホ60-1	11:00～12:00		●	●	
9月13日	水	鶴来保健センター	月橋町697－1	7:30～10:00（胃がんは～9:00まで）	●	●	●	
				13:00～14:00				●
9月14日	木	舘畑公民館	日向町イ19	8:30～10:00	●	●	●	
9月25日	月	鶴来保健センター	月橋町697－1	7:30～10:00（胃がんは～9:00まで）	●	●	●	
				13:00～14:00				●
10月13日	金	鶴来保健センター	月橋町697－1	7:30～10:00（胃がんは～9:00まで）	●	●	●	
				13:00～14:00				●
10月29日	日	鶴来保健センター	月橋町697－1	7:30～10:00（胃がんは～9:00まで）	●	●	●	
				13:00～14:00				●

結核検診を受けましょう

●結核を発症しても、初期段階ではほとんど症状(微熱、体のだるさ、長引く咳・たん等)が表れず、特に高齢者では気づかないうちに進行してしまうことがあります。
●結核は空気感染するので、簡単に感染を起こしやすく、感染した人も自覚しにくいです。また、結核菌は吸い込んだだけで、全ての人が発病するわけではありません。体内には存在していて、数年、数十年後に発病することがあります。
●特に80歳以上の方は、結核を発症する危険性がそのほかの年齢の方に比べて約5倍高くなります。
●結核の早期発見のため、結核検診を受けましょう。早期に発見すれば、本人のためだけでなく、大切な家族や友人等を結核から守ることができます。

歯周疾患検診を受けましょう

成人が歯を失う原因の約8割は、「う歯（むし歯）」と「歯周疾患」によるといわれています。特に歯周疾患は、自覚症状を伴わずに進行している場合も多いため、歯科医師による検診が必要です。いつまでも自分の歯でおいしく食べるために、また元気で長生きするために、ぜひこの機会に歯周疾患検診を受けましょう!!

対象者（※）	40歳（S58.4.1～S59.3.31生）	受診券	5月下旬に送付します
実施期間	令和5年6月1日（木）～ 9月30日（土）	個人負担金	無料
検診会場	指定医療機関（受診券に掲載）	持ち物	受診券、健康保険者証

（※）前年度、特定健診を受診された方で、糖尿病の検査値が高い（HbA1c6.5以上）方も対象者となります。
希望される方は、表紙の問い合わせ先までご連絡ください。

集　団　がん検診日程表

はがき（とじ込み）または
電話237-6262
でご予約ください。
（詳しくは裏表紙をご覧ください）
肺・胃・大腸・子宮・乳がん検診は
14日前までに要予約!!
予約先:成人病予防センター

申し込み多数の場合は日程の変更をお願いする場合がありますのでご了承願います。

お住まいの地域に関係なく、どの会場でも受診できます。

・悪天候等で検診が安全に実施できないと判断した場合は、中止することもありますので、予めご了承ください。

全ての検診が完全予約制となります。
予約がない場合は受診をお断りすることもありますのでご了承ください。

白山ろく地域

月日		会場	住所	検診受付時間	検診種類			
					胃	肺・結核	大腸	子宮・乳
6月7日	水	吉野谷公民館	佐良ニ136	8:30～10:00	●	●	●	
				13:00～14:00				●
6月8日	木	尾口公民館	瀬戸午10	8:30～10:00	●	●	●	
6月15日	木	白峰コミュニティホール	白峰ハ149	8:30～10:00	●	●	●	
				13:00～14:00				●
6月16日	金	鳥越公民館	別宮町ロ170	8:30～10:00	●	●	●	
6月25日	日	かわち保健センター	河内町福岡77	8:30～10:00	●	●	●	
				13:00～14:00				●

禁煙外来治療費を助成します

● **対象者**・保険適用となる禁煙外来治療を行い、既定の禁煙プログラムを終えた白山市民

● **助成額（1人1回のみ）**・禁煙外来治療対象経費（保険診療分）1/2補助　上限1万円

※禁煙治療が完了してから起算して3か月以内に、医療機関発行の領収書と請求明細内訳書を添えて申請してください。詳しくは白山市のホームページをご覧いただくか、表紙の問い合わせ先までご連絡ください。

PET（陽電子放射断層撮影装置）検診への助成

公立松任石川中央病院総合健診センターでのPETがん検診、認知症PETドックについて助成します。

対象者	全年齢（白山市民の方）
対象検診	PETがん検診の4コース（55,000円、88,000円、99,000円、143,000円） 認知症PETドック　88,000円
助成額	一人あたり　8,000円 セット助成（PETがん検診のいずれか＋認知症PETドック）42,000円
助成間隔	年1回　ただし、認知症PETドックは、2年に1回
予約	公立松任石川中央病院総合健診センター　TEL 076-274-5782

家庭で血圧測定をする目的は…

ふだんの血圧の状態を正確に知ること

朝と夜に起こる「仮面高血圧」など
医療機関で月に1～2回昼間の血圧測定ではわかりません。

心臓や脳血管の病気の発症を防ぐこと

医療機関での測定（診察室血圧）では正常ですが、家庭では高血圧になることを「仮面高血圧」といいます。
早朝に高くなる「早朝高血圧」、夜間高くなる「夜間高血圧」、ストレスなどにより昼間の時間帯に高くなる「昼間高血圧」などがあり、仮面高血圧は心臓や脳血管の病気を発症するリスクが高いことがわかってきています。
そのため、家庭で自分の血圧を測定（家庭血圧）し、把握することが大切です。

1 血圧計の選び方は？

上腕で測るタイプを選びましょう。指や手首で測るタイプよりも、正確に測定できます。

●上腕測定タイプ

●上腕挿入タイプ

2 正しい測定方法

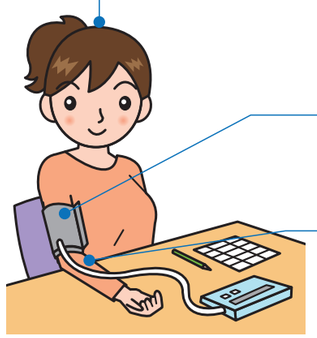
測定のタイミング

●1日2回（朝・夜）行う

朝
・起床後1時間以内
・トイレに行ったあと
・朝食の前
・薬をのむ前

夜
・寝る直前
・入浴や飲酒の直後は避ける

家庭で血圧を測定する場合には、上にあげた条件のもとで行うことが大切。朝は4つの条件を守るようにする。夜は、入浴や飲酒の直後は避け、必ず寝る直前に測るようにする。



測定する時のポイント

いすに座って1～2分たってから測定する（正座はしない）
座ったばかりだと、血圧が安定していないことがある。測定時には、腕の力を抜いて、リラックスすることも大切。

カフは心臓と同じ高さで測定する
カフが心臓よりも低い位置だと、「数値が低く出る」など、不正確になる場合がある。

薄手のシャツ1枚なら着たままでもよい
カフは素肌に直接巻きつけた方がよいが、薄手のシャツ1枚なら、着たまま測定してもよい。

3 血圧の基準値

正常血圧の基準値

	収縮期	拡張期
家庭で測定	115未満	75未満

高血圧の診断基準

	収縮期	拡張期		収縮期	拡張期
家庭で測定	135以上	85以上	病院で測定	140以上	90以上

※ただし糖尿病や腎障害がある場合は、厳格な降圧目標が決められ、この基準は用いません。
※測定値は記録して、かかりつけ医に見てもらいましょう。高血圧が続く、または過剰な降圧がみられる場合、かかりつけ医が降圧剤の種類を変えたり、増量（減量）したりするための大切な判断材料となります。

参考）高血圧治療ガイドライン2019