

# 保健センターだより

令和7年3月発行

第89号

二編集と発行二  
白河市中央保健センター（健康増進課）

〒961-0054 白河市北中川原 313  
電話 0248-27-2112 FAX0248-24-5525

【市ホームページ】

<http://www.city.shirakawa.fukushima.jp/>

【電子メール】

kenkozoshin@city.shirakawa.fukushima.jp

## ～令和7年度市民健診について～

6月2日(月)から各保健センターで総合健診(生活習慣病予防健診、胃がん、結核・肺がん、大腸がん検診等)を実施します。

健診は完全予約制となります。5月中旬より受付を開始する予定ですので、必ず事前に予約をお願いします。

※令和6年度に受診された方には4月下旬に日時指定の案内をお送りします。案内の日時で受診される場合は予約不要です。

また、女性のための検診や個別健診の日程等、詳しくは4月上旬より各世帯に配布します「令和7年度市民健診のお知らせ(保存版)」をご覧ください。

### 令和7年度 市民健診のお知らせ 保存版

市民健診は、全て完全予約制となります。必ず事前に予約をお願いします。

健診名	対象者(令和7年3月1日現在)	健診内容	健診料	検診料
特定健康診査(特定健診)	国民健康保険被保険者(40歳以上74歳未満)	問診、血圧測定、血糖測定、脂質測定、尿糖測定、尿蛋白測定、眼底検査、胸部X線検査、胃がん検診(胃がん検診用便検査)	無料	無料
高齢者健康診査	75歳以上(高齢者健康診査) 80歳以上(高齢者健康診査) 85歳以上(高齢者健康診査)	問診、血圧測定、血糖測定、脂質測定、尿糖測定、尿蛋白測定、眼底検査、胸部X線検査、胃がん検診(胃がん検診用便検査)	無料	無料
被扶養者の特定健康診査	国民健康保険被扶養者(40歳以上74歳未満)	問診、血圧測定、血糖測定、脂質測定、尿糖測定、尿蛋白測定、眼底検査、胸部X線検査、胃がん検診(胃がん検診用便検査)	無料	無料
結核・肺がん検診	結核被疑者(40歳以上74歳未満)	胸部X線検査	無料	500円
胃がん検診	胃がん検診(胃がん検診用便検査)	胃がん検診(胃がん検診用便検査)	無料	1,000円
ABCUスクリーニング	40-45歳(がん予防検診対象者)	乳がん検診(乳房X線検査)	無料	500円
乳がん検診	40歳以上の女性(2年に1回)	乳房X線検査	無料	1,000円
子宮頸がん検診	20歳以上の女性(2年に1回)	子宮頸がん検診	無料	1,000円
骨粗鬆症検診	40-45歳-50歳-55歳-60歳-65歳-70歳	骨密度測定	無料	無料
肝炎ウイルス検診	40-45歳-50歳-55歳-60歳-65歳-70歳	肝炎ウイルス検診	無料	無料
糖尿病検診	40-50歳-60歳	血糖測定	無料	無料

※詳細は「令和7年度市民健診のお知らせ(保存版)」をご覧ください。

【令和7年度市民健診のお知らせ(保存版)】

## 救急医療の適正な利用をお願いします

救急出動件数は年々増加し、今後も増えていくことが見込まれています。救急出動件数が増えていくことに伴い、救急車が現場に到着する時間も伸びています。

また、医療従事者や救急車の数は限られており、病気・けがの症状が軽い場合など、本来救急車を呼ぶ必要のないケースで救急医療を利用すると、緊急性の高い症状の人や重症者への対応の遅れや、医療機関の逼迫につながります。

迷ったときは

【救急車の要請や救急医療を利用するか迷った時の電話相談窓口】

(※緊急の場合は迷わずに119番に通報してください。)

急な病気やけがで救急車を呼ぶべきか判断に迷ったとき、夜間にこどもの具合が悪くなったときに、応急手当の方法や病院の受診、救急車の要請の判断について相談できる電話窓口がございますので、ぜひご利用ください。

※いずれの相談窓口も、症状の診断は行いません。

○救急電話相談(毎日24時間対応)

電話番号: #7119 または 024-534-3020

○こども救急電話相談(毎日午後7時～翌朝8時)

電話番号: #8000 または 024-521-3790

その119番  
本当に緊急ですか?



交通手段がない





# 白河市 健康ポイント事業 2025

## 新規参加者募集のお知らせ



★6月スタート！健康活動でポイントを貯めよう！  
最大 5,000 円分の賞品と交換！（QUO カード・楽天ポイント など）

参加条件

- 18歳以上（高校生を除く）の白河市民
- 市が実施するアンケートに協力できる方

参加費

1,000 円（税込）  
※事前説明会で  
お支払いください。

受付期間

令和7年4月1日（火）から5月15日（木）まで

※継続参加者は自動更新！申込不要！4月1日からポイント付与予定！

ポイント獲得方法

活動量計（歩数計）やスマートフォン専用アプリを使用してウォーキングをしたり、体組成を測定したり、健診を受診することでポイントを獲得できます！

申込方法

- ①参加方法を選ぶ（活動量計またはスマートフォンアプリ）
  - ②活動量計：申込書に必要事項を記入し白河市健康増進課(中央保健センター)へ提出、または右記二次元コードから申込
  - スマートフォンアプリ：必ず右記二次元コードから申込
- ※事前説明会の日程は申込締め切り後、個別に通知します。



### 令和7年度 事前説明会日程

	日にち	受付・体組成測定	説明会	場所
①	5月26日(月)	13:30~13:55	14:00~15:00	中央保健センター
②		15:30~15:55	16:00~17:00	
③	5月27日(火)	9:00~9:25	9:30~10:30	
④		11:00~11:25	11:30~12:30	
⑤		13:45~14:10	14:15~15:15	
⑥		15:45~16:10	16:15~17:15	

事前説明会では、機械の使い方やポイントの獲得方法についてご説明します。参加が難しい方は、個別対応も可能ですので、お気軽にご相談ください。

担当：成人健康係 TEL27-2114

切り取り

### ◇申込書（活動量計で参加）

申込日 令和7年 月 日

フリガナ	(セイ)	(メイ)	性別	<input type="checkbox"/> 男性 <input type="checkbox"/> 女性
氏名	(姓)	(名)	生年月日	西暦 年 月 日
住所	〒 - 白河市			
電話番号	-	-	身長	cm
ニックネーム			健康保険種別	<input type="checkbox"/> 国民健康保険 <input type="checkbox"/> 国民健康保険以外
事前説明会希望日 番号を記入	第1希望（ ） 第2希望（ ） 第3希望（ ）			
紹介者	氏名			
	住所	白河市		

※1人紹介につき、紹介者に200ポイントが付与されます。最大5人まで紹介可！