



平成28年度から集団健診は全て予約制となります

申込期限内に予約が必要です。受診を希望される方は、下記手順で予約をお願いします。

手順 1 健診日時、健診項目を決めてください。

日時・場所・健診項目などの詳細については下記のいずれかをご覧ください。

- 「すこやか」(3月1日全戸配布：保存版平成28年4月～平成29年3月)
- 国民健康保険ご加入の方等に送付した「平成28年度成人健診のご案内」
- 牛久市ホームページ

手順 2 申込期間に、下記申込先に電話してください。申込初日は大変込み合います。

茨城県総合健診協会健診予約センター ☎0570-077-150 (ナビダイヤル)

(受付時間：午前9時～午後5時) ※通話料金は発信者負担となります。

手順 3 予約日の約2週間前に受診券が届きます。

受診券や説明をご確認いただき、必要なものを持って、予約日時に健診会場へお越しください。

茨城県総合健診協会は、牛久市と集団健診などについて、委託契約を締結している検査機関です。



申込時の留意事項

- 申込期間外や保健センターでは予約できません。
- 健診当日は、予約をしていない方や予約外の項目は受診することができません。
- 平成27年度に市より自動的に受診券をお送りしていた方も平成28年度からはお申し込みが必要です。
- 申込期間の初日は電話が繋がりにくい状況が予想されます。腹部超音波検査のご希望がない方は2日目以降にお申し込みいただくとスムーズです。
- 予約日時と健診項目は、受診券が届くまで書き留めておきましょう。

問い合わせ

健康づくり推進課成人保健担当(市保健センター)

☎873-2111(代表)内線1742

受付時間：平日午前8時30分～午後5時15分

健診を受けましょう

健診は自覚症状のない方の健康管理のために必要なものです

健診を受診しない理由に「健康だ」「自覚症状がない」「忙しい」「お金がかかる」などの声が聞かれます。しかし…生活習慣病には自覚症状がないため、健康に自信がある人ほど体の異変を見逃しがちです。「自分は元気」と思っている、既に生活習慣病は始まっているかもしれません。

心筋梗塞を発症

57歳で心筋梗塞をおこしたAさんの例

(特定健診・保健指導のあり方検討会 野口緑氏資料より)

心電図に異常が見られる

血糖値が高くなる

善玉コレステロールの値が低くなる

中性脂肪の値が高くなる

血圧が高くなる

肝機能の異常を示す値がでる

BMIに異常がでる(肥満)

37歳 40歳 45歳 50歳 57歳



自覚症状のない生活習慣病を発見するためには健診が必要です。予防が大事、あなたのため、家族のため健診を受けましょう！

2

平成28年度

子宮頸がん予防接種と日本脳炎予防接種のお知らせ

子宮頸がん

子宮頸がん予防接種は、引き続き積極的な勧奨を控えています。

厚生労働省は、子宮頸がん予防接種について、平成25年6月14日より「ワクチンとの因果関係を否定できない持続的な疼痛が、子宮頸がんワクチンの接種後に特異的に見られたことから、この副反応の発生頻度等がより明らかになり、国民に適切な情報提供ができるまでの間、定期接種の積極的な勧奨は行わない。」との方針を示しています。このため、市では、子宮頸がん予防接種の個別通知を実施していません。

平成28年度に子宮頸がん予防接種の対象となる方で、接種のご希望がある場合は、健康づくり推進課にお問い合わせください。

対象者	接種回数	接種期限
平成16年4月2日生～平成17年4月1日生	3回	高校1年生相当の年齢まで

予防接種の接種方法

- 医療機関での個別接種となります
- 牛久市から発行された予診票と母子健康手帳を医療機関に提出してください。接種料金は無料です。
- 医療機関は、牛久市内の他、茨城県内のほとんどの医療機関で接種可能です。
- 牛久市内の接種医療機関は「すこやか」をご覧ください。
- 予診票の発行は、市保健センター窓口または電話で申請してください(母子健康手帳を確認します)。

問い合わせ

健康づくり推進課(市保健センター) ☎873-2111(代表)内線1742
受付時間：平日午前8時30分～午後5時15分

日本脳炎

◆日本脳炎予防接種の予診票発行と送付

対象者・接種期限	接種回数	案内時期
日本脳炎1期 (3歳～7歳半)	3回	3歳前に個別通知
日本脳炎2期 (9歳～13歳未満)	1回	9歳の翌月に個別通知
平成19年4月2日生～平成21年10月1日生の方で1期が終了していない方(9～13歳未満)	1期未接種分(最大3回)	
日本脳炎 特例対象者 (接種日に20歳未満で、平成19年4月1日以前に生まれた方)	最大4回(未接種分)	個別通知はしません。ご希望の方は、お問い合わせください。

◆日本脳炎とは

日本脳炎は、日本脳炎ウイルスによって起こる感染症です。主にコガタアカイエカによって媒介され、人に重篤な急性脳炎を引き起こします。人から人への感染はなく、日本脳炎ウイルスに感染したブタを蚊が吸血するときにウイルスに感染し、この蚊が人への感染源となります。日本脳炎感染者のうち、脳炎を発症する人は100人～1,000人に1人となっています。海外においては、熱帯・亜熱帯アジア地域に広くウイルスが常在しており、地域によって流行がみられています。

◆特例対象者について

日本脳炎予防接種は、平成17年度から平成21年度にかけて、積極的な接種勧奨を控えていたため、予診票を送付していませんでした。そのため、特例措置が設けられていますので、特例対象者の方で、接種のご相談やご希望の方は、健康づくり推進課にお問い合わせください。

