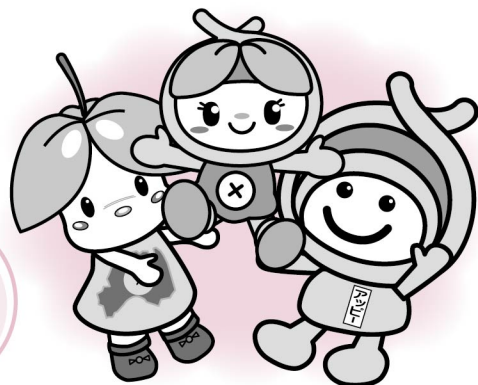


上尾市

健康カレンダー



ページ

- 急病のとき(平日夜間・休日・救急医療)……1
- 健康保健センター・子ども保健センター案内
(地図・業務内容)……2
- あげお健康+(ぶらす)……3～6

予防接種

- 予防接種を受けるにあたって……7
- こどもの予防接種……8～10
- おとなの予防接種……11

実施医療機関一覧

- 上尾市予防接種・個別検(健)診
実施医療機関……12～14
- 上尾市成人歯科健康診査
実施歯科医療機関……15

がん検診等

- 各種検診・健康診査……16～20
- 検診申込書……26
- 申込はがき……27・28

こころの健康づくり

- 各種相談・講座・グループ……21～22

おとなの健康づくり

- 各種相談・講座・教室……23～24

各種情報

- 在宅医療・もの忘れ……25

お問合せ先

健康保健センター

☎ 048-774-1411

048-774-1414 (予防接種)

〒362-0074 上尾市春日2-10-33 FAX 048-776-7355

発行 上尾市健康増進課

急病のとき(平日夜間・休日・救急医療)

平日夜間及び休日急患診療所 ☎ 048-774-2661

上尾市緑丘2-1-27 (こども保健センター3階)

	診療科目	診療日	受付時間
平日夜間診療	内科・小児科	月～金曜日(祝日を除く)	20:00～21:30
休日診療	内科・小児科・外科	日曜日・祝日 12月30日～1月3日	9:00～11:30 13:00～15:30

急患の人に応急的診療のみ行います。かかりつけ医など同様の精密検査などには対応していません。また、投薬は最低日数分になります。診療当日に電話で予約をお願いします。

産科の救急診療 市内の産科医療機関により当番医制で実施しています。

	診療科目	診療日	受付時間
休日診療	産科	日曜日・祝日・12月30日～1月3日	9:00～12:00 13:00～16:00

当番医は、広報あげおでご確認ください。

耳鼻咽喉科の救急診療 県内の耳鼻咽喉科医療機関により当番医制で実施しています。

	診療科目	診療日	受付時間
休日診療	耳鼻咽喉科	日曜日・祝日・12月29日～1月3日	9:00～17:00

診療所の当番医による初期救急、重症患者にも対応する二次救急体制も整備しています。当番医については、埼玉県ホームページでご確認ください。

歯科の診療

12月30日～1月3日は、当番医を定めています。当番医は、広報あげお12月号でご確認ください。

埼玉県救急電話相談 ☎#7119 (NTTプッシュ回線) または
☎ 048-824-4199 (ダイヤル回線・IP電話・PHS)

24時間 相談対応 年中無休

急な病気やけがに関して、看護師の相談員が医療機関を受診すべきかどうかなどをアドバイスします。

埼玉県精神科救急情報センター (ハローキューキュー)
☎ 048-723-8699

診療日	受付時間	診療日	受付時間
月～金	17:00～翌日8:30	土・日・祝日	8:30～翌日8:30

夜間・休日において、精神疾患を有する人や、そのご家族などからの緊急な精神相談に関して、相談員が助言や医療機関の紹介を行います。※非通知設定の電話はつながりません。

お知らせ

2025年4月から、こどもや妊産婦、子育て世帯を一体的に支援するため「東保健センター」と「子ども家庭総合支援センター」を統合し、課名と施設名称、電話番号を変更します。

施設の名称

令和6年度まで	令和7年度から	
東保健センター	こども家庭保健課 (こども保健センター)	T 778-8768
西保健センター	健康増進課 (健康保健センター)	T 774-1411 774-1414

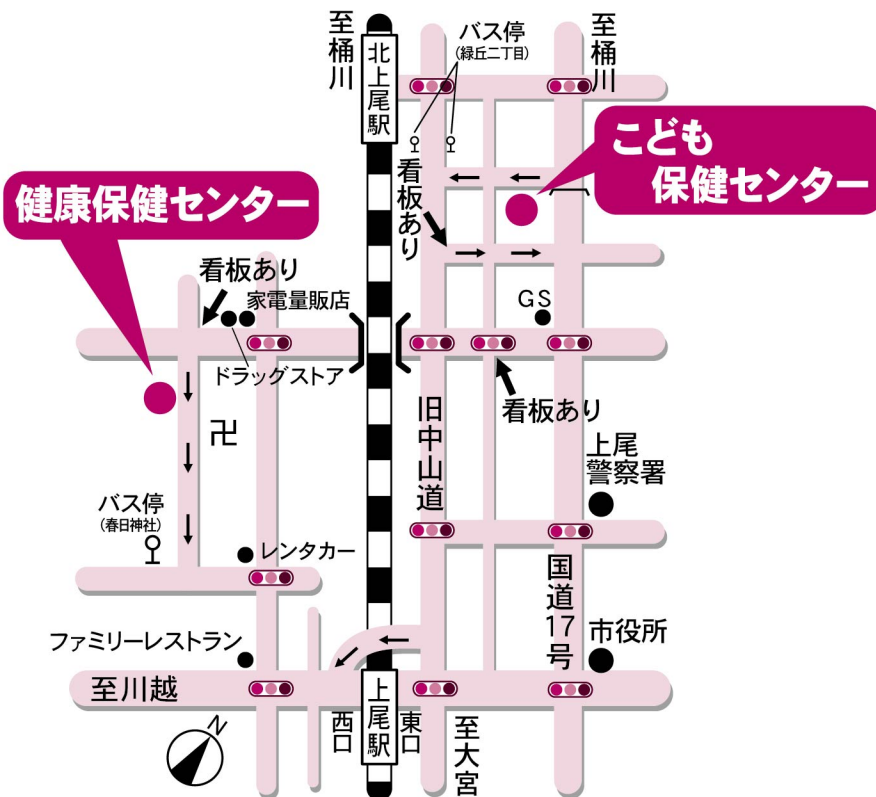
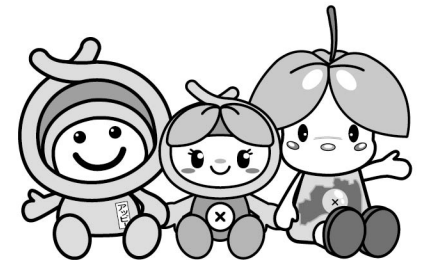
各センターで実施する事業は下のとおりです。

健康増進課（健康保健センター）

成人・精神保健に関する相談、予防接種、がん検診など

こども家庭保健課（こども保健センター）

母子健康手帳の交付、乳幼児健康診査、乳幼児健康相談、その他母子保健に関する相談など
詳細は、別冊「アッピーファミリーカレンダー」をご覧ください。



車でお越しの場合は、必ず保健センター駐車場へお停めください。
近隣施設や店舗への駐車はご遠慮ください。

健康保健センター

〒362-0074
上尾市春日2-10-33
電話 048-774-1411・1414
FAX 048-776-7355
・成人保健・精神保健に関すること
・予防接種に関すること
・がん検診等に関すること

こども保健センター

〒362-0015
上尾市緑丘2-1-27
電話 048-778-8768
FAX 048-774-8188
・母子保健に関すること

※各施設とも駐車スペースが限られています。

あげお健康+



歩くだけでポイントが貯まる！

体重・体脂肪率・歩数などをグラフで見れる

市のイベント情報を配信中！興味のあるイベントに参加するとポイントがもらえる！



あげお健康+があるので、ちょっと億劫な日でも毎日歩いています。

毎月応募しています。当たってくれて嬉しいです。これからもいっぱい歩きます。



参加者の声



いつも家族で楽しく歩いています。

歩数には自信がないけれど、体組成測定やイベントに参加してポイントを貯めています。

参加費 無料 ※1

参加条件 上尾市内在住の方 ※2

事務局 上尾市 健康増進課

参加方法 WEB登録
又は 紙登録 (申込書はP5・6)

スマホの操作が苦手な人向けに、紙の申込書を各窓口で受け付けます。申込書は窓口又はP5・6にあります。

紙登録の受付窓口 健康保健センター・こども保健センター・公民館支所・出張所・市役所 (福祉総務課・高齢介護課)

出前登録会 登録を希望する団体 (10人以上) は健康保健センターにご相談ください。

STEP 1

下の二次元コードを読み取り、ホームページにある **登録はこちら** のボタンを押してください。



メモ

ID _____

パスワード _____

STEP 2

ご自身の情報を入力し、アンケートにご回答ください。登録完了後、「ヘルスプラネット」アプリをダウンロードしてください。



STEP 3

iPhone
「ヘルスプラネット」と「ヘルスケア」アプリを連携



Android
右の二次元コードを読み取り、「ヘルスプラネットWalk」アプリをインストールして「ヘルスプラネット」と連携



会員登録方法はこちら
(YouTube)



※1 本アプリのダウンロードやご利用時にかかる通信料はご利用者さまのご負担となります。
※2 抽選への応募は、年度末時点で19歳以上の方が対象です。

お問い合わせ先 タニタヘルスリンクカスタマーサポート

電話 **0120-771-015**

受付時間：平日 9:00~18:00 (土日・祝日・年末年始を除く)

① 歩く

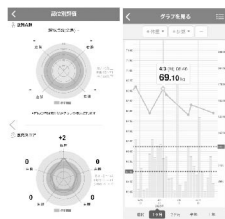
1日の歩数に応じて、ポイントを獲得できます。
目標を達成すると、1日最大20ポイントを獲得できます。

65歳未満	65歳以上	ポイント数
8,000歩～	6,000歩～	20
7,000～7,999歩	5,000～5,999歩	10
5,000～6,999歩	4,000～4,999歩	7
3,000～4,999歩	3,000～3,999歩	5
2,000～2,999歩	2,000～2,999歩	3
1,000～1,999歩	1,000～1,999歩	1

② 測る

体組成計は、体重だけではなく、脂肪量や筋肉量なども測定することができます。
日々の健康管理に、市内に設置された体組成計をご利用ください。

体組成測定	ポイント数
月の初回測定	50
その後の測定(1日1回まで)	5



体組成計の測定結果画面

ここがスゴい!

体脂肪率、筋肉量、BMI、基礎代謝量、内臓脂肪レベル、推定骨量など幅広い項目を測定でき、筋肉や脂肪スコアは、部位別の測定が可能です。



健康保健センター	こども保健センター
市民体育館	上尾公民館
上平公民館	平方公民館
大石公民館	大谷公民館
原市公民館	

※利用時間は各施設にご確認ください。
※新設スポットはR7.6月頃設置予定

市内に血管年齢計を設置しています。日頃の健康管理に役立ててください。
【設置場所】
市役所本庁舎1階、健康保健センター、こども保健センター、公民館

③ 楽しむ

あげぶら施設スポット

ポイント付与
各施設1回5ポイント
(上限20ポイント/月)


に出かけて、ポイントをもらいましょう!

- 上尾市民体育館**
利用時間 午前9時～午後9時
- こどもの城**
利用時間 午前9時～午後6時
- motodate 本館工業あげお自然学習館(上尾市自然学習館)**
利用時間 午前9時～午後5時
- アップीलランド**
利用時間 午前9時～午後6時
- 公民館**
利用時間 午前9時～午後5時
- 上尾駅東口 ペDESTリアンデッキ柱**
上尾駅西口 エスカレーター下のぐるっとくん時刻表掲示板
- 上尾市こども保健センター**
利用時間 午前8時30分～午後5時
- 上尾市健康保健センター**
利用時間 午前8時30分～午後5時
- 図書館本館・各分館(公民館図書室除く)**
各館の開館日・時間に応じます
- 上尾市役所**
利用時間 午前8時30分～午後5時

- ・休館日は施設によって異なります。ご確認ください。
- ・スポットは随時更新されます。最新情報は市ホームページをご覧ください。



市の健康関連イベントに参加してポイントをもらいましょう!

(ぶらす)「あげお健康+」と連携する各種イベントに参加し、会場に設置された二次元コードを読み取るとポイントが獲得できます。
イベントはアプリ内のプッシュ通知等でお知らせします。
健康増進課の連携事業には  がついています。



イベントはこちらから
「あげお健康+ポイント付与事業」が目印!

ポイントを貯めたら、抽選に応募しましょう!

応募期間 毎月11日～月末まで 抽選日 毎月10日
500ポイント貯めたら、毎月の抽選に参加しましょう!
当選すると最大で500円分の電子マネーがもらえます!!



当選確率
98%以上

交換可能な電子マネー



(令和6年度)

あげお健康+ (ぶらす) 登録時アンケート

下記のアンケートにご記入ください。

1 お住まいの状況

<input type="checkbox"/>	一人暮らし	
<input type="checkbox"/>	家族と同居	
<input type="checkbox"/>	その他 ()	

7 最近の健康状態

<input type="checkbox"/>	良い	
<input type="checkbox"/>	まあ良い	
<input type="checkbox"/>	ふつう	
<input type="checkbox"/>	あまり良くない	
<input type="checkbox"/>	良くない	

2 現在の就労状況

<input type="checkbox"/>	フルタイム勤務(8時間以上勤務)	
<input type="checkbox"/>	パートタイム勤務(8時間未満勤務)	
<input type="checkbox"/>	自営業	
<input type="checkbox"/>	専業・学生	
<input type="checkbox"/>	無職	
<input type="checkbox"/>	その他 ()	

8 体重・体組成の測定頻度

<input type="checkbox"/>	ほぼ毎日	
<input type="checkbox"/>	週1～2回程度	
<input type="checkbox"/>	月に1～2回程度	
<input type="checkbox"/>	気が向いた時に	
<input type="checkbox"/>	全く測定しない	

3 外出時の主な移動手段 (1つ)

<input type="checkbox"/>	徒歩	
<input type="checkbox"/>	自転車	
<input type="checkbox"/>	車やバイク	
<input type="checkbox"/>	バスや電車 (鉄道)	
<input type="checkbox"/>	その他 ()	

9 歩数や活動量を測るために、歩数計やスマートフォンアプリなど測定する機器を携帯している頻度

<input type="checkbox"/>	ほぼ毎日携帯している	
<input type="checkbox"/>	時々携帯している	
<input type="checkbox"/>	平日は常に携帯している	
<input type="checkbox"/>	休日は常に携帯している	
<input type="checkbox"/>	ほとんど携帯していない	

4 外出時 (通勤など定期的な外出) に、徒歩の時間はどのくらいありますか

<input type="checkbox"/>	30分未満	
<input type="checkbox"/>	30～60分未満	
<input type="checkbox"/>	60～90分未満	
<input type="checkbox"/>	90～120分未満	
<input type="checkbox"/>	120分以上	

10 運動習慣を改善してみようと思いませんか

<input type="checkbox"/>	運動習慣に問題なく改善する必要はない	
<input type="checkbox"/>	既に改善に取り組んでいる (6カ月以上)	
<input type="checkbox"/>	既に改善に取り組んでいる (6カ月未満)	
<input type="checkbox"/>	近いうちに(概ね1カ月以内)改善するつもりである	
<input type="checkbox"/>	改善するつもりである (概ね6カ月以内)	
<input type="checkbox"/>	関心はあるが改善するつもりはない	
<input type="checkbox"/>	改善することに関心がない	

5 この事業へ「参加するきっかけ」 (複数回答)

<input type="checkbox"/>	健康づくりに取り組みたいと思ったため	
<input type="checkbox"/>	からだを動かすのが好き・楽しいため	
<input type="checkbox"/>	景品(デジタルギフト)が当たるのが魅力的なため	
<input type="checkbox"/>	埼玉県コバトン健康マイページを使っていたため	
<input type="checkbox"/>	家族や知人に勧められたため	
<input type="checkbox"/>	医師等から健康管理を薦められたため	
<input type="checkbox"/>	仕事等で動くついでにできそうだったから	
<input type="checkbox"/>	タニタのアプリ(ヘルスプラネット)の機能が魅力的なため	
<input type="checkbox"/>	その他 ()	

11 日常の生活において1回30分以上の定期的な運動・スポーツ習慣がありますか?

<input type="checkbox"/>	ない	
<input type="checkbox"/>	ある(週1回程度)	
<input type="checkbox"/>	ある(週2回以上)	

12 睡眠による休養を充分にとれていると感じますか

<input type="checkbox"/>	充分にとれていると感じる	
<input type="checkbox"/>	どちらかと言えば感じる	
<input type="checkbox"/>	どちらかと言えば感じない	
<input type="checkbox"/>	感じない	

6 この事業を「知るきっかけとなった」情報 (複数回答)

<input type="checkbox"/>	市の広報誌	
<input type="checkbox"/>	チラシ	
<input type="checkbox"/>	ポスター	
<input type="checkbox"/>	市のホームページ	
<input type="checkbox"/>	SNS (LINE・X・フェイスブックなど)	
<input type="checkbox"/>	口コミ (家族・友人・知人から勧められたなど)	
<input type="checkbox"/>	上尾市担当者から	
<input type="checkbox"/>	その他 ()	
<input type="checkbox"/>	上記のどれも聞いていない・見ていない	

13 朝食を抜くことが週3回以上ありますか

<input type="checkbox"/>	いいえ	
<input type="checkbox"/>	はい	

14 主食(ごはん、パン、麺)主菜(魚介、肉、卵、大豆、大豆製品)

・副菜(野菜類、海藻類、きのこ類)の3つを組み合わせて食べることが1日に2回以上ありますか

<input type="checkbox"/>	ほとんど毎日ある	<input type="checkbox"/>	週に2～3日ある
<input type="checkbox"/>	週に4～5日ある	<input type="checkbox"/>	ほとんどない



予防接種

定期接種と任意接種

定期接種

予防接種法に基づき、市が接種費用を負担して実施する予防接種。

(対象となる予防接種)

ロタウイルス、小児用肺炎球菌、B型肝炎、五種混合(ジフテリア・百日咳・破傷風・ポリオ・Hib感染症(ヒブ))、BCG、麻疹風しん(MR)、水痘、日本脳炎、二種混合、HPV感染症(子宮頸がん)、高齢者インフルエンザ、高齢者肺炎球菌、高齢者新型コロナウイルス、高齢者带状疱疹

予防接種の副反応により治療が必要になったなど、健康被害が生じた場合は、法に基づく救済制度があります。

任意接種

定期接種以外の予防接種や、定期接種を本人又は保護者等の判断により定められた方法以外(対象年齢外など)で接種するもの。接種費用は自己負担。

(対象となる予防接種)

インフルエンザ(高齢者を除く)、おたふくかぜ、A型肝炎、など
※左記の定期予防接種を対象年齢外で接種する場合も任意接種となります。

健康被害が生じた場合は、独立行政法人医薬品医療機器総合機構による補償制度があります。

「生ワクチン」と「不活化ワクチン」

ワクチンは、「生ワクチン」と「不活化ワクチン」に分けられます。生ワクチンは、病原性を極度に弱めた(弱毒化した)ウイルスや細菌等をワクチンとしたもので、不活化ワクチンは、ウイルスや細菌を殺し抵抗力(免疫)を作るのに必要な成分を取り出して毒性を無くして作ったものです。これらを接種することでその病気にかかった場合と同じように抵抗力(免疫)ができます。

異なるワクチンの接種間隔

異なるワクチンの接種間隔は注射生ワクチン(BCG、麻疹風しん(MR)、水痘、おたふくかぜ)同士の場合は27日以上の間隔を開ける必要がありますが、それ以外の場合は、制限はありません。(医師が認めた場合は同時接種ができます。)

長期にわたる疾患などで定期予防接種を受けられなかった場合

長期にわたる重篤な疾病等(一定の基準があります)、特別な事情によりやむを得ず定期予防接種を受けられなかった場合は、定期予防接種の対象年齢を過ぎても、特定の期間は定期接種として接種できます。詳細は、健康保健センターへお問い合わせください。

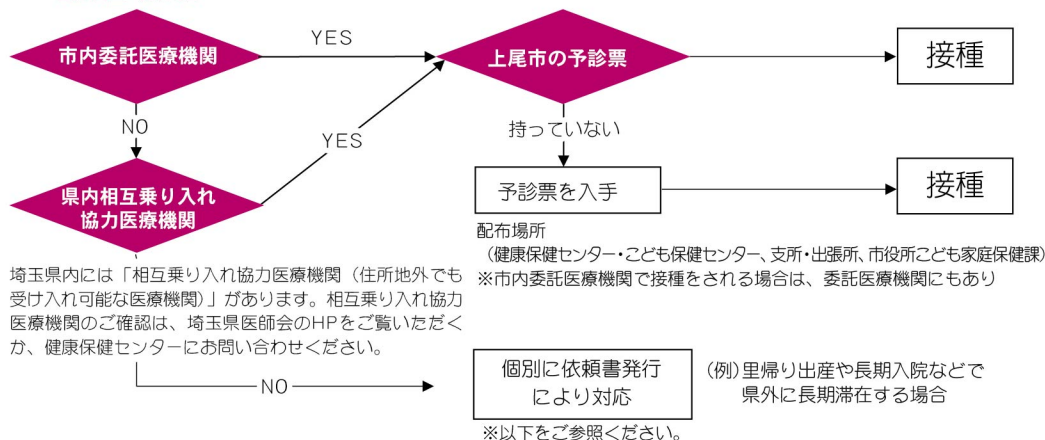
長期海外渡航のため予防接種を希望する場合

埼玉県予防接種センター(埼玉県立小児医療センター内)を受診するための紹介状を発行します。事前に健康保健センターへお問い合わせください。

市内委託医療機関以外で定期予防接種を希望する場合

定期予防接種は、住民登録のある市町村で受けることが原則ですが、上尾市内の委託医療機関(P12~14参照)以外で接種を希望する場合は、接種を受ける際の方法が異なります。以下フローをご確認ください。

【接種場所】



委託医療機関・県内相互乗り入れ協力医療機関以外(埼玉県外など)

里帰り出産などで埼玉県外に長期滞在する場合など、埼玉県内の委託医療機関以外で接種を希望する場合は、償還払いにより接種費用を助成する制度があります。以下の手順に従い、**必ず予防接種を行う前に上尾市が交付する「予防接種依頼書」を用意してください。**(事前に依頼書の交付がないと、接種費用の助成の対象になりません。)

①「予防接種依頼書」の発行申請

電子申請(右記二次元コードからアクセス)が健康保健センターに電話で、依頼書の発行を申請する。

※予防接種の依頼書の交付に時間を要することがあるので、余裕をもって申請してください。

②「予防接種依頼書」の受け取り

健康保健センターから「予防接種依頼書」と「助成金交付申請書」を送付します。

③ 予防接種を受ける

医療機関に「予防接種依頼書」、「上尾市の予診票」、「母子健康手帳」を持参し、予防接種を受ける。(接種費用を医療機関に支払い、領収書(原本)と予診票「保健センター提出用」をとっておく。)

④ 助成金交付申請

令和8年3月31日まで(接種日が2月、3月の場合は、接種日から60日以内)に健康保健センター宛に助成金交付申請を行う。

★申請には、領収書(原本)と予診票「保健センター提出用」が必要です。

★期限を過ぎると助成金交付申請ができなくなります。



電子申請用二次元コード

乳幼児期に受ける定期予防接種

乳幼児期に受ける定期予防接種の予診票は、出生届の際にお渡ししています。

※標準的な接種期間とは、病気の性質などからこの期間に接種を受けることが最も望ましいと考えられる期間です。

ワクチンの種類		対象者	標準的な接種期間※	接種回数及び接種間隔			
ロタウイルス	ロタリックス (1価)	出生6週0日後から 出生24週0日後まで	初回接種については 生後2月に至った日から 出生14週6日後までの間	ロタリックス (1価)	27日以上の間隔を置いて2回		
	ロタテック (5価)	出生6週0日後から 出生32週0日後まで		ロタテック (5価)	27日以上の間隔を置いて3回		
小児用肺炎球菌		生後2か月から 5歳の誕生日の 前日まで	初回接種開始は、生後2か月から 生後6か月の間 生後12か月までに27日以上の間隔を おいて3回 追加接種は、生後12か月から 生後15か月まで 初回終了後60日以上の間隔をおく	接種開始時期		初 回	追 加
				生後2か月から 生後6か月の間	2歳の誕生日の前日までの間に27日以上の間隔を置いて3回。 ただし、2回目、3回目の接種は2歳を超えた場合は行わない (追加接種は右記の通り可能)。また、1歳を超えて2回目の接種を 行った場合は、3回目の接種は行わない(追加接種は右記の通り可能)。	初回接種終了 後60日以上の間隔を置いて、 1歳の誕生日 以降において 1回	
				生後7か月から 1歳の誕生日の前日まで	2歳の誕生日の前日までの間に27日以上の間隔を置いて2回。 ただし、2回目の接種は2歳の誕生日を超えた場合は行わない (追加接種は右記の通り可能)。		
				1歳の誕生日から2歳の誕生日の前日まで	60日以上の間隔を置いて2回		
B型肝炎		1歳の誕生日の前日まで	生後2か月から生後8か月の間	27日以上の間隔を置いて2回接種した後、1回目の接種から139日以上の間隔を置いて1回			
五種混合※2 (ジフテリア・百日咳・ 破傷風・ポリオ Hib感染症(ヒブ))		生後2か月から 7歳5か月まで	初回接種は、生後2か月から生後7か月に 至るまでに開始。27日から56日までの 間隔を置いて3回 追加接種は、初回接種(3回)終了後 6か月から18か月の間隔を置いて1回	1期初回：20日以上の間隔を置いて3回 1期追加：1期初回の3回目接種後、6か月以上の間隔を置いて1回			
BCG		1歳の誕生日の前日まで	生後5か月から生後8か月まで	1回			
麻しん 風しん (MR)	1期	1歳から2歳の誕生日の前日まで		1回			
	2期	幼稚園・保育所の年長相当	小学校入学の前年度の4/1～3/31	1回(H31.4.2～R2.4.1までに生まれた人は、R7.4.1～R8.3.31までに受けてください)			
水痘 (みずぼうそう)		1歳から3歳の 誕生日の前日まで	1回目は、生後12か月から15か月に至るまで 2回目は、1回目終了後6か月から12か月ま での間隔をおく	3か月以上の間隔を置いて2回			
日本脳炎	1期初回	生後6か月から 7歳5か月まで	3歳 6日から28日までの間隔を置いて2回	1期初回：6日以上の間隔を置いて2回			
	1期追加		4歳 上記終了後、おおむね1年の間隔をおく	1期追加：上記終了後、6か月以上の間隔を置いて1回			

※2 令和6年4月1日から、「四種混合」ワクチンに「ヒブ」ワクチンが加わった「五種混合」ワクチンが定期予防接種に加わりました。「ヒブ」と「四種混合」の接種間隔の詳細は、市ホームページをご参照ください。

こどもの定期予防接種スケジュール

←○→ 標準的な接種期間 (数字は回数) 定期予防接種の対象年齢
 同時接種 (詳しくは医療機関にお問い合わせください。)

ワクチンの種類		接種済み <input checked="" type="checkbox"/>	0歳	1か月	2か月	3か月	4か月	5か月	6か月	7か月	8か月	9か月	10か月	11か月	1歳	1歳	1歳	1歳	1歳	1歳	1歳	1歳	1歳	1歳	2歳	3歳	4歳	5歳	6歳	7歳	7歳6か月	9歳	11歳	13歳	
ロタウイルス	ロタリックス (1価)	<input type="checkbox"/>			①	②																													
	ロタテック (5価)	<input type="checkbox"/>			①	②	③																												
小児用肺炎球菌		<input type="checkbox"/>			①	②	③																												
B型肝炎		<input type="checkbox"/>			①	②																													
五種混合		<input type="checkbox"/>			①	②	③																												
B C G		<input type="checkbox"/>																																	
麻しん風しん (MR)		<input type="checkbox"/>																																	
水痘 (みずぼうそう)		<input type="checkbox"/>																																	
日本脳炎		<input type="checkbox"/>																																	
二種混合		<input type="checkbox"/>																																	

※HPV感染症 (子宮頸がん) ワクチンについては、P9をご参照ください。

定期予防接種を受ける際の注意

(1) 定期予防接種のスケジュール・接種間隔について

定期予防接種はワクチンごとに対象年齢が決められています。かかりつけ医と相談のうえ、対象年齢内に接種が完了するようスケジュールを立ててください。また、ワクチンごとに接種間隔が定められています。接種間隔を守らない場合、適切な効果が得られないことや、定期予防接種として認められないことがあります。ワクチンごとに定められた接種間隔については、P7・8・9をご参照ください。

(2) 乳幼児期・学童期の定期予防接種の料金は無料 (市負担) です。高齢者の定期予防接種の料金は一部助成です。ただし、以下の場合は自己負担となります。

- ① 対象年齢・期間・回数ではない場合
- ② 委託医療機関以外で受けた場合 (委託医療機関以外での接種を希望される場合は事前に健康保健センターへご連絡ください。)
- ③ 上尾市に住民登録をしていない場合 (上尾市外に転出した日以降も同様です。)
- ④ 定期以外の予防接種 (任意接種) を受けた場合 (おたふくかぜ、こどものインフルエンザなど)

造血幹細胞移植後の 予防接種再接種費用の助成

造血幹細胞移植により定期予防接種で得た免疫が低下または消失した20歳未満の人に対し、再接種に係る費用の補助をします。詳しくは右の二次元コードまたは、市のホームページをご覧ください。



高齢者の定期予防接種

※次の4つのワクチンはいずれも、希望者のみの接種です。

※接種期間内でも、ワクチンの在庫状況等により、希望の日程で接種できない場合もあります。

ワクチンの種類	対象者	自己負担・接種期間	接種の流れ
高齢者肺炎球菌	過去に高齢者肺炎球菌ワクチン(23価肺炎球菌莢膜ポリサッカライドワクチン)を接種したことがない 次のいずれかに該当する人 ・接種日の時点で65歳の人 ・接種日の時点で70歳以上の人 (上尾市内実施医療機関での接種に限る) ・60歳以上65歳未満の人のうち、慢性高度心・肺・腎機能・免疫機能等不全で身体障害者手帳1級程度の人	自己負担 5,000円 ※過去に高齢者肺炎球菌ワクチン(23価肺炎球菌ポリサッカライドワクチン)を接種したことがある人は助成の有無に関わらず、助成の対象とはなりません。	①実施医療機関へ予約の電話をする。 (当カレンダーP12~14をご参照ください。) ②予診票、接種費用、保険証を持って医療機関で接種を受ける。 ※左記対象者で生活保護受給者・中国残留邦人等支援給付受給者は、医療機関に受給証をご提示いただくと、接種費用が無料になります。
高齢者インフルエンザ	・接種日の時点で65歳以上の人 ・60歳以上65歳未満の人のうち、慢性高度心・肺・腎機能・免疫機能等不全で身体障害者手帳1級程度の人	自己負担 1,500円 令和7年10月1日から 令和8年1月31日までの予定 広報あげお・市ホームページでお知らせします。※毎年度1人1回の助成	{予診票配布場所} 健康保健センター・こども保健センター、支所・出張所、市役所保険年金課・高齢介護課 ※高齢者インフルエンザ・高齢者新型コロナウイルス感染症の予診票は9月下旬ごろから設置します。
高齢者新型コロナウイルス	・接種日の時点で65歳以上の人 ・60歳以上65歳未満の人のうち、慢性高度心・肺・腎機能・免疫機能等不全で身体障害者手帳1級程度の人	自己負担 決定次第、広報あげお・市ホームページでお知らせします。 令和7年10月1日から 令和8年1月31日までの予定 ※毎年度1人1回の助成	
高齢者带状疱疹	・令和7年4月2日~令和8年4月1日の誕生日に、65歳、70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、100歳となる人 ・60歳以上65歳未満の人のうち、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能不全で身体障害者手帳1級程度の人 ・100歳を超える人 ※原則としてワクチンを接種したことがある人は対象外	自己負担 生ワクチン 4,600円(予定)×1回 不活化ワクチン 16,600円(予定)×2回 令和7年4月から 令和8年3月31日までの予定	

予防接種後健康被害救済制度について

予防接種は、感染症を予防するために重要なものですが、健康被害(病気になったり障害が残ったりすること)が起これることがあります。

極めてまれではあるものの、副反応による健康被害をなくすることはできないことから、救済制度が設けられています。

予防接種による健康被害が生じた場合には、予防接種法に基づく救済が受けられる可能性があります。

鯉坂医院

整形外科・内科

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00 ~ 12:00	○	○	×	○	○	○	×
14:30 ~ 19:00	○	○	×	○	○	×	×

各種予防接種を行っています。詳しくはお問い合わせください。

上尾市平方2635

725-2029

広告

あげお東口内科

医療法人社団 美寿々会

19時30分まで
診療しています

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:30~12:30	●▲	●▲	●	●▲	●	●▲
14:30~18:00	●	-	-	●	▲	●
17:30~19:30	●	●	●	●	●	-

TEL : 048-771-3322

●内科 ▲泌尿器科

上尾市宮本町2-1アリオコペール上尾サロン館1階 上尾駅東口から徒歩30秒

- ◎各種予防接種
- ◎お子様の予防接種
- ◎在宅診療
- ◎発熱外来
- ◎各種健診

東側地域																													
原市地区			肺	大腸	前立腺	肝炎	骨粗	ヘルス	健診			インフル	高肺	コロナ	带状疱疹	しばさき内科クリニック	721-0510	原市 2381-3					MR	水痘	日脳	二種			
				大腸	前立腺	肝炎	骨粗	ヘルス	健診			インフル	高肺	コロナ	带状疱疹	清水内科医院	721-5881	瓦葺 2670	口夕	小肺	B肝	五種	BCG	MR	水痘	日脳	二種	子宮	
			肺	大腸	前立腺	肝炎		ヘルス	健診			インフル	高肺	コロナ	带状疱疹	沼南ハートクリニック	884-8781	原市 2251-1											
	子宮			大腸		肝炎	骨粗	ヘルス				インフル	高肺		带状疱疹	ひらしま産婦人科	722-1103	原市 1464	口夕	小肺	B肝	五種	BCG	MR	水痘	日脳	二種	子宮	
			肺	大腸	前立腺	肝炎	骨粗	ヘルス	健診			インフル	高肺	コロナ	带状疱疹	吉岡医院	720-7100	原市 431-3					BCG	MR	水痘	日脳	二種		
			肺	大腸	前立腺	肝炎	骨粗	ヘルス	健診			インフル	高肺	コロナ	带状疱疹	わたなべクリニック	724-0611	原市 2387-2					BCG	MR	水痘	日脳	二種	子宮	
上平地区											インフル				上尾かみクリニック	777-6600	上 848-7												
				大腸	前立腺	肝炎			健診	保健指導		インフル	高肺	コロナ	带状疱疹	あげお在宅医療クリニック	783-5801	上 20-8											
			肺	大腸	前立腺	肝炎	骨粗	ヘルス	健診	保健指導		インフル	高肺	コロナ	带状疱疹	伊藤内科医院	771-1470	上 1572-1	口夕	小肺	B肝	五種	BCG	MR	水痘	日脳	二種	子宮	
			肺	大腸	前立腺	肝炎	骨粗	ヘルス	健診			インフル	高肺	コロナ	带状疱疹	江口医院	772-3772	須ヶ谷 1-76-5											
				大腸	前立腺	肝炎	骨粗	ヘルス	健診			インフル	高肺			江原医院	773-8686	上 1148-2											
			肺	大腸	前立腺	肝炎	骨粗	ヘルス	健診			インフル	高肺	コロナ	带状疱疹	上平ファミリークリニック	778-2332	菅谷 266-3	口夕	小肺	B肝	五種	BCG	MR	水痘	日脳	二種	子宮	
	胃内視鏡		肺	大腸	前立腺		骨粗	ヘルス	健診	保健指導	ドック	インフル	高肺	コロナ	带状疱疹	北上尾クリニック	779-2111	上 144-2											
				大腸	前立腺	肝炎	骨粗	ヘルス	健診			インフル	高肺	コロナ	带状疱疹	武重外科整形外科	775-0001	上 282-1					BCG	MR	水痘	日脳	二種	子宮	
		肺	大腸	前立腺	肝炎	骨粗	ヘルス	健診			インフル	高肺	コロナ	带状疱疹	幹クリニック	774-4877	上平中央 1-19-10	口夕	小肺	B肝	五種		MR	水痘	日脳	二種	子宮		
西側地域																													
上尾地区 西側	子宮	胃内視鏡		大腸	前立腺	肝炎	骨粗	ヘルス	健診	保健指導	ドック	インフル	高肺		带状疱疹	上尾中央総合病院	773-1111	柏座 1-10-10	口夕	小肺	B肝	五種	BCG	MR	水痘	日脳	二種	子宮	
			肺	大腸	前立腺	肝炎	骨粗	ヘルス	健診			インフル	高肺	コロナ	带状疱疹	上尾ハートクリニック	871-7348	春日 1-4-22						MR	水痘	日脳	二種		
		胃内視鏡	肺	大腸	前立腺	肝炎	骨粗	ヘルス	健診			インフル	高肺	コロナ	带状疱疹	大森敏秀胃腸科クリニック	778-4567	柏座 2-8-2 柏葉ビル 1階										子宮	
												インフル		コロナ		かすが耳鼻咽喉科医院	777-3051	春日 1-36-35											
		胃内視鏡	肺	大腸	前立腺	肝炎		ヘルス	健診			インフル	高肺	コロナ	带状疱疹	上平内科クリニック	778-0070	春日 2-24-1						MR	水痘	日脳	二種	子宮	
			肺	大腸	前立腺	肝炎	骨粗	ヘルス	健診			インフル	高肺	コロナ	带状疱疹	かわむらハートクリニック	770-1670	柏座2-4-33 武蔵野アネックスビル2階											
			肺	大腸	前立腺	肝炎		ヘルス	健診			インフル	高肺	コロナ	带状疱疹	さいとうハートクリニック	779-3851	春日 1-45-6											
				大腸	前立腺	肝炎		ヘルス	健診			インフル	高肺		带状疱疹	佐川医院	773-8600	春日 1-45-13	口夕	小肺	B肝	五種	BCG	MR	水痘	日脳	二種		
			大腸	前立腺	肝炎			健診			インフル	高肺	コロナ	带状疱疹	まつもと糖尿病クリニック	080-7797-8569	柏座 2-4-28 1階											子宮	

令和7年度 上尾市予防接種・個別検（健）診実施医療機関一覧(令和7年4月1日現在)

子宮 子宮がん検診	胃内視鏡 胃がん・内視鏡検診	肺 肺がん・結核検診	大腸 大腸がん検診
前立腺 前立腺がん検診	肝炎 肝炎ウイルス検診	骨粗 骨粗しょう症検診	ヘルス 20~30歳代ヘルスチェック
健診 特定健診・後期高齢者健診	保健指導 特定保健指導	ドック 人間ドック	インフル 高齢者インフルエンザ予防接種
高肺 高齢者肺炎球菌予防接種	带状疱疹 高齢者带状疱疹予防接種		

ロタ ロタウイルス	小肺 小児用肺炎球菌	B肝 B型肝炎	五種 五種混合
BCG BCG	MR 麻しん風しん混合	水痘 水痘(みずぼうそう)	日脳 日本脳炎
二種 二種混合	子宮 HPV感染症(子宮頸がん)		

がん検診等 (P16~P17)		上尾市国保健診 後期高齢者健診等 (P20)	高齢者 予防接種 (P11)	医療機関名	電話番号 市外局番は 【048】です。	所在地	乳幼児から中学生までの予防接種 (P8~P10)																			
西側地域																										
平方地区			肺 大腸 前立腺 肝炎 骨粗 ヘルス 健診	インフル 高肺 コロナ 带状疱疹	上尾内科循環器科	781-9122	平方 4138																			
			肺 大腸 前立腺 肝炎 骨粗 ヘルス 健診	インフル 高肺 コロナ 带状疱疹	上尾ふれあいクリニック	726-0435	平方 4277-5	ロタ	小肺	B肝	五種	BCG	MR	水痘	日脳	二種	子宮									
			肺 大腸 前立腺 肝炎 骨粗 ヘルス 健診 保健指導	インフル 高肺 コロナ 带状疱疹	鯨坂医院	725-2029	平方 2685	ロタ	小肺	B肝	五種	BCG	MR	水痘	日脳	二種	子宮									
			肺 大腸 前立腺 肝炎 ヘルス 健診	インフル 高肺 コロナ 带状疱疹	牛山医院	871-6767	上野 230-1		小肺	B肝	五種	BCG	MR	水痘	日脳	二種	子宮									
大石地区			肺 大腸 前立腺 肝炎 骨粗 ヘルス 健診	インフル 高肺 コロナ 带状疱疹	あげお第一診療所	726-2765	小敷谷845-1西上尾第一団地 2-38-102	ロタ	小肺	B肝	五種	BCG	MR	水痘	日脳	二種	子宮									
			肺 大腸 前立腺 肝炎 骨粗 ヘルス 健診 保健指導	インフル 高肺 コロナ 带状疱疹	上尾ふじなみ診療所	787-7722	藤波 3-303-2		小肺	B肝	五種	BCG	MR	水痘	日脳	二種										
			肺 大腸 前立腺 肝炎 骨粗 ヘルス 健診 保健指導	インフル 高肺 コロナ 带状疱疹	石橋内科クリニック	783-1484	中分 1-1-6						MR	水痘	日脳	二種	子宮									
			肺 大腸 前立腺 肝炎 骨粗 ヘルス 健診 保健指導	インフル 高肺 コロナ 带状疱疹	榎本医院	725-1651	中分 1-28-7	ロタ	小肺	B肝	五種	BCG	MR	水痘	日脳	二種	子宮									
			前立腺	インフル 高肺 コロナ 带状疱疹	かとう泌尿器科クリニック	782-1188	中分 1-27-9																			
					かわかみこどもクリニック	789-3110	藤波 3-188	ロタ	小肺	B肝	五種	BCG	MR	水痘	日脳	二種	子宮									
			大腸 前立腺 肝炎 骨粗 ヘルス 健診	インフル 高肺 コロナ 带状疱疹	こいずみクリニック	780-6665	小泉 2-7-19	ロタ	小肺	B肝	五種	BCG	MR	水痘	日脳	二種	子宮									
			肺 大腸 前立腺 肝炎 骨粗 ヘルス 健診		中妻クリニック	770-0722	中妻 5-12-5						MR	水痘	日脳	二種										
			肺 大腸 前立腺 肝炎 骨粗 ヘルス 健診 保健指導	インフル 高肺 コロナ 带状疱疹	西上尾第二団地診療所	725-2367	小敷谷77-1西上尾第二団地 3-1-101	ロタ	小肺	B肝	五種	BCG	MR	水痘	日脳	二種	子宮									
			肺 大腸 前立腺 肝炎 ヘルス 健診	インフル 高肺 コロナ 带状疱疹	松本内科医院	775-6351	浅間台 3-28-11																			
大谷地区			大腸 前立腺 肝炎 骨粗 ヘルス 健診	インフル 高肺 コロナ 带状疱疹	村田内科胃腸科医院	773-0223	浅間台 4-3-6																			
	子宮			インフル	葵ウィメンズクリニック	781-1188	壺丁目東14-5													子宮						
					上尾キッズクリニック	780-7050	壺丁目北 25-2	ロタ	小肺	B肝	五種	BCG	MR	水痘	日脳	二種	子宮									
			肺 大腸 前立腺 肝炎 骨粗 ヘルス 健診 保健指導 ドック	インフル 高肺	上尾中央第二病院	781-1101	地頭方 421-1																			
			肺 大腸 前立腺 肝炎 骨粗 ヘルス 健診	インフル 高肺 コロナ 带状疱疹	こぐち内科呼吸器クリニック	781-5911	壺丁目東 37-10																			
			大腸 前立腺 肝炎 ヘルス 健診	インフル 高肺	こしきや内科リウマチ科クリニック	782-4861	壺丁目北 7-20																			
			大腸 前立腺 肝炎 骨粗 ヘルス 健診 保健指導	インフル 高肺 コロナ 带状疱疹	小山内科医院	783-1122	向山 1-60-12		小肺	B肝	五種	BCG	MR	水痘	日脳	二種	子宮									
			肺 大腸 前立腺 肝炎 骨粗 ヘルス 健診 保健指導	インフル 高肺 コロナ 带状疱疹	松沢医院	776-0555	西宮下 4-335-1	ロタ	小肺	B肝	五種	BCG	MR	水痘	日脳	二種	子宮									
		大腸 前立腺 肝炎 骨粗 ヘルス 健診	インフル 高肺 コロナ 带状疱疹	山口クリニック	726-3309	向山 2-8-12		小肺	B肝	五種	BCG	MR	水痘	日脳	二種	子宮										
		大腸 前立腺 肝炎 骨粗 ヘルス 健診	インフル 高肺 コロナ 带状疱疹	山中内科クリニック	783-1151	川 3-1-4																				

※子宮がん検診は、市外の伊奈病院（伊奈町小室5014-1 ☎048-723-6071）でも受診できます。
 ※上記以外で予防接種を受ける場合は、P10を確認してください。 ※実施日・実施時間・予約の有無については、各医療機関によります。

令和7年度 上尾市成人歯科健康診査実施歯科医療機関一覧

(令和7年4月1日現在)

地区	医療機関名	住所	電話番号 市外局番は【048】です。
東側地域			
上尾地区(東)	あいとく歯科上尾診療所	愛宕3-8-1 イオンモール上尾2階	788-4180
	植木歯科医院	上町2-2-24	771-1785
	おにくぼ矯正歯科	上町1-4-18 ODCビル1階	779-2525
	川野歯科医院	宮本町10-30	771-0202
	神田歯科医院	原新町4-1	775-7705
	工藤歯科医院	本町1-10-1	772-8148
	口腔研クリニック	愛宕1-3-2	771-0110
	杉山歯科	愛宕3-4-1	771-8049
	須田歯科医院	緑丘4-8-28	771-8148
	千代歯科医院	仲町1-6-1	771-3174
	なかむら歯科	愛宕2-2-21	773-7597
	西村ハートクリニック歯科	宮本町3-2 エージタウン2階	778-9881
沼尻歯科医院	緑丘5-3-8	776-4618	
原市地区	白鳥歯科・矯正歯科	瓦葺934-1	723-0000
	はらいちだんち歯科・矯正歯科診療所	原市3336 原市団地4-20-106	722-9449
	広瀬歯科医院	原市2077-10	722-7227
上平地区	まさみ歯科医院	原市4170-1 SKビル101	721-8810
	内田歯科医院	上平中央2-25-1	793-7201
	M・I 歯科医院	上1117	771-8648
	たくみ歯科クリニック	須ヶ谷1-240	783-3977
	塚本歯科医院	上1586-2	772-3252
	矢部歯科医院	上6-1	776-7800
湯本歯科医院	上904	776-2211	

地区	医療機関名	住所	電話番号 市外局番は【048】です。
西側地域			
上尾地区(西)	赤羽歯科	谷津2-2-19	774-9811
	上尾かしわざい歯科医院	柏座3-1-6 グランアクション1階	783-7812
	上尾西口歯科	谷津2-1-50-9 モンシェリ-3号館1階	775-3860
	えのもと歯科クリニック	春日1-30-40	775-1131
	おおば歯科医院	春日2-24-1	795-7474
	小川歯科医院	富士見1-6-29	772-3990
	斎藤歯科医院	柏座3-10-13	775-7177
	高橋歯科医院	富士見2-20-25 まつやビル2階	774-7738
	根岸歯科クリニック	谷津2-1-50-38	774-0461
	渡辺歯科	柏座1-10-3-113	773-9476
平方地区	秋山歯科医院	平方526	725-2068
大石地区	上尾ハピネス歯科・こども歯科	小敷谷620-13	725-0648
	上尾ファミリー歯科	小敷谷880	676-4618
	浅間台歯科医院	弁財2-3-19	774-7616
	池田歯科医院	小敷谷804-7	725-3503
	石原歯科医院	中分1-2-22	726-3232
	井原歯科医院	浅間台1-4-24	773-3810
	榎本歯科医院	中分2-43-2	726-1002
	川田歯科医院	中分1-21-7	781-2723
	第一歯科診療所	小敷谷845-1 西上尾第一団地2-38-104	781-3490
	ページデンタルクリニック	中妻3-13-12 フロール・デ・セレッソ103号室	729-6483
	ほんだ歯科	中妻1-2-15 2階	772-8779
	松本歯科医院	泉台2-10-14	772-2417
	もりた歯科医院	井戸木1-13-9	773-7554
	ヤナセ矯正歯科	小泉8-16	781-6480
	大谷地区	おかだ歯科医院	西宮下3-251-2
たかはしファミリー歯科・矯正歯科		今泉3-54-3	871-8681
西宮下歯科医院		西宮下4-321-2	772-3201
藤倉歯科医院		川1-6-19	726-5060
堀井歯科医院		西宮下4-230	775-2155
マチダデンタルオフィス		西宮下4-354-1	773-8811
ミドリ歯科医院		向山2-43-4	725-6110
ワールド歯科		向山2-3-4	783-1001

令和6年度 いい歯の日ポスターコンクール入賞作品

高学年の部

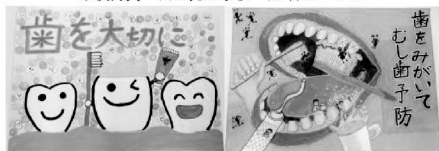
低学年の部



最優秀賞 富士見小学校 窪智里 さん



最優秀賞 鴨川小学校 荒川友香 さん



優秀賞 人谷小学校 小倉新一 さん



優秀賞 原市西小学校 トンプソン 萌奈 さん



優秀賞 原市南小学校 山中凱晴 さん



優秀賞 西小学校 森彩瑚 さん



がん検診等

各種検診・健康診査 この内容は令和7年4月1日現在の制度です。制度変更はその都度、広報あげお、市ホームページでお知らせします。

検診は、自覚症状のない病気を早期に発見するためのものです。痛みやしこり等の自覚症状がある場合は、直接、医療機関にご相談ください。


- ・人間ドックや勤務先で同等の検(健)診を受診する機会のある人はご遠慮ください。
- ・年齢は令和8年3月末時点で算定します。
- ・終了間近は大変混み合うため予約がとりづらくなります。検診は早めに受けましょう。
- ・該当疾病について、自覚症状がある・治療中・経過観察中の人は、受診できません。検(健)診ではなく、保険診療の対象です。
- ・同じ検診を同一年度に重複して受診はできません。受診した場合、後日費用総額を請求します。
- ・次の人は自己負担額が免除されます。ただし、喀痰検査に該当した場合、喀痰検査自己負担額はこの条件に関わらず自己負担となります。

①70歳以上 ②上尾市国民健康保険加入者 ③後期高齢者医療制度加入者 ④生活保護世帯 ⑤市民税非課税世帯(受診前に手続きが必要です。P27参照)

受診券が郵送されたら全ての受診が終了するまでなくさず、大切に保管してください。



市への事前申し込みが必要なもの

検(健)診名	集 団			個 別	
	胃がん・X線バリウム	肺がん・結核	乳がん 2年に1回	胃がん・内視鏡 2年に1回	20~30歳代 ヘルスチェック
対象者	40歳以上	・40歳以上 ・喀痰検査は検査内容①にあてはまる人	・40歳以上の女性 ・前年度市の検診未受診の人	・50歳以上 ・前年度、市の胃がん・内視鏡検診未受診の人	職場等で健康診査を受診する機会のない20~39歳
受診場所	健康保健センターまたは公民館等(検診車) (P18~P19の日程表参照)			実施医療機関 (P12~P14参照)	
実施期間	5月~12月			5月1日~1月31日	5月1日~11月30日
自己負担額	500円	200円 喀痰検査 (※該当者300円)	無料	3,000円	950円
検査内容・その他	胃がんX線検査(バリウム) ①集団(X線バリウム)か個別(内視鏡)のどちらかを選択。 ②胃がん検診と肺がん・結核検診は同日受診。 ③各日定員になり次第締切。	胸部X線検査 ①50歳以上であり、喫煙指数(平均本数/日×年数)が600以上の人は喀痰検査(3日間蓄痰)を実施。 ※別途容器代として300円(該当者全員有料) ②集団か個別のどちらかを選択。 ③胃がん検診と肺がん・結核検診は同日受診。 ④各日定員になり次第締切。	乳房X線検査(マンモグラフィ) ①40歳代の人のみ2方向撮影、その他の人は1方向撮影。 ②各日定員になり次第締切。	胃内視鏡検査 ①上記の金額以外に、事前検査代などが必要な場合あり。 ②集団(X線バリウム)と個別(内視鏡)のどちらかを選択。 ③定員1,100人(先着順)。定員になり次第締切。	身体計測、血圧、尿、貧血、血糖検査など 申し込みはP26 検診申込書または、以下の上尾市LINE公式アカウントよりお友達登録後、「ヘルスチェック」とメッセージを送信すると出てくる入力フォームからお申し込みください。  友達登録はここから

市への事前申し込みが不要なもの(実施医療機関へ直接申し込み)

個 別							
肺がん・結核	子宮がん 2年に1回	大腸がん	前立腺がん	肝炎ウイルス(B・C型)	骨粗しょう症	成人歯科健康診査	
対象者	・40歳以上 ・喀痰検査は検査内容①にあてはまる人	・20歳以上の女性 ・前年度市の検診未受診の人	40歳以上	50歳以上の男性	40歳以上で、今までに市の検診が未受診の人	40、45、50、55、60、63、65、68、70歳の女性	・30歳および40歳以上(埼玉県後期高齢者医療歯科健康診査の対象者※1は除く)
実施医療機関(P12~P14参照)						実施歯科医療機関(P15参照)	
5月1日~11月30日							
650円 喀痰検査 (※該当者400円)	頸がん 750円 頸・体がん 1,000円	400円	350円	650円	500円	600円 訪問歯科※2 1,500円	
胸部X線検査	視診、細胞診内診	便潜血検査(2日)	血液検査(PSA)	血液検査	骨塩定量検査(X線)	歯と歯周組織の状態の診査	
①50歳以上であり喫煙指数(平均本数/日×年数)が600以上の人は喀痰検査(3日間蓄痰)を実施。 ※別途容器代として400円(該当者全員有料) ②集団か個別のどちらかを選択。	問診内容により、体がん検診の追加あり。				問診・身体測定(身長、体重、BMI)あり。 ※ BMI = 体重(kg) ÷ (身長(m)×身長(m))	※1 令和6年度に75歳(昭和24年4月2日~昭和25年4月1日生)、80歳(昭和19年4月2日~昭和20年4月1日生)になった人は除く。 6月頃に埼玉県後期高齢者医療広域連合が受診券を郵送します。 ※2 外出困難な方に限る。 なお、他制度の対象となる人は除く。	

集団検診 (胃がん・X線バリウム、肺がん・結核、乳がん)
個別検診 (胃がん・内視鏡、20～30歳代ヘルスチェック)

1 申込期間 4月1日～10月31日(必着)

2 下記のいずれかの方法で申し込む

① 窓口申込

健康保健センター・こども保健センター、市役所1階保険年金課、支所・出張所、公民館の窓口へ。

③ FAX申込

P26の申込書(または白紙等)に必要事項を記入して、健康保健センターへFAX送信。

② 郵送申込

巻末のはがき(または通常はがき、便箋等)に必要事項を記入して、健康保健センターへ郵送。

④ WEB申込

5月1日から受付開始。
市ホームページ、下記・巻末の2次元コードより上尾市インターネット予約サイトにアクセスし、申し込み。

※20～30歳代ヘルスチェックは、WEB申込ができません。①～③の方法または、市LINE公式アカウントからお申し込み下さい。

集団検診はP18～19の日程表から希望日を選んでください。電話での申し込みは出来ません。キャンセルや受診券の再発行はお受けいたします。



WEBならすぐ日程が確定でき、時間の指定も出来ます。

検診申込サイト



集団検診
胃がん・X線バリウム、肺がん・結核、乳がん

個別検診
胃がん・内視鏡、20～30歳代ヘルスチェック

3 受診券を受け取る

検診日の1～2週間前に受診券などを郵送します。受診券に記載されている注意事項を必ずお読みください。

3 受診券を受け取る

申し込みから3～4週間後に受診券と検診票などを郵送します。

4 受診する

受診券などを持参の上、指定の日時・会場にお越しください。

検診実施場所の駐車台数には限りがあります。公共交通機関または徒歩・自転車等での来場にご協力をお願いいたします。

4 医療機関に予約する

P12～14に掲載されている実施医療機関に電話などで予約を取ります。

5 医療機関を受診する

受診券・検診票とマイナ保険証または資格確認書等を持参の上、医療機関で受診してください。

5 結果が郵送で届く

受診後、約1か月半で検診結果を郵送します。

6 結果を受け取る

受診した医療機関で結果を確認してください。

個別検診

肺がん・結核、大腸がん、子宮がん、前立腺がん、骨粗しょう症、
肝炎ウイルス、成人歯科健康診査

1 健康増進課から対象の人に「令和7年度上尾市がん検診等個別検診受診券」を4月下旬に郵送します。

※特定健診(国保加入者)・後期高齢者健診対象の人には、保険年金課から送付する封筒に同封して郵送します。



2 医療機関に予約する

P12～P15に掲載されている実施医療機関、または受診券に掲載されている実施医療機関に電話等で予約を取ります。

3 医療機関を受診する

【胃がん・内視鏡検診実施期間】5月1日～1月31日
【上記検診を除く検診実施期間】5月1日～11月30日

受診券、マイナ保険証または資格確認書等を持参の上、医療機関で受診してください。

※検診実施場所の駐車台数には限りがあります。公共交通機関または徒歩・自転車等での来場にご協力をお願いします。

4 結果を受け取る

受診した医療機関で結果を確認してください。



検診を受けても結果を確認しないと病気を発見できません。必ず検診結果を確認し、要精密検査となった場合は速やかに医療機関で精密検査を受けてください。



▲:小児科 予約:水曜17:00～20:45 予約優先外来

医療法人社団榎本会
榎本クリニック
 肝臓内科・内科・小児科・皮膚科

受付時間	月	火	水	木	金	土	日/祝
9:00～11:00	●	●	▲	●	●	●	休
11:00～12:00	発熱	発熱	発熱	発熱	発熱	発熱	休
14:00～16:00	●	●	休	●	●	●	休
16:00～17:00	発熱	発熱	休	発熱	発熱	発熱	休
17:00～21:00		18:30まで	予約	●			

Tel 048-771-1610 http://www.eno-cli.com/
 〒362-0015 埼玉県上尾市緑丘1-9-5

集 団 検 診

申込 必要 通知 有

健康保健センターなどの会場で受診する検診です。以下の乳がん検診、胃がん・X線バリウム検診／肺がん・結核検診の日程表から希望日をお申し込みください。事前に市ホームページや申込窓口で空き状況の確認をおすすめします。

集団検診の為、『安全に受診できない』『既往歴から正確な診断ができない』など場合によっては当日受診をお断りすることがありますので、あらかじめご了承ください。

第1希望日が定員に達している場合は、第2・第3希望日になりますので、必ず第3希望日までご記入ください。なお、希望日がすべて定員に達している場合は、空きのある日を指定させていただきます。受診券などは、検診日の1～2週間前に郵送します。

※日程変更をする場合は、一度キャンセルしていただき、再度お申し込みください。

乳 がん 検 診 (2年に1回)

- 対象者** 40歳以上の女性（前年度市乳がん検診未受診の人）
- 内 容** 乳房X線検査（マンモグラフィ）
※40歳代の人のみ2方向撮影、その他の人は1方向撮影。
- 受付時間** 13:00～16:00
※混雑防止のため、30分ごとに受付時間を区切らせていただきます。指定時間外の入場はできませんのでご了承ください。また、待合スペースはございませんので、指定されたお時間でご来場ください。
- 定 員** 平日130人、土日・公民館等100人
- 費 用** 無料

次に該当する人は乳がん検診を受診できません。

- ①ペースメーカー、V-Pシャント、CVポート等の医療機器が前胸部に入っている人
- ②豊胸術をされた人
(シリコン注入・シリコンバック・生食バック・ヒアルロン酸注入等)
- ③乳房手術後で経過観察中、前胸部の手術・乳房生検後1年以内の人
- ④乳頭分泌や乳房のひきつれ、くぼみ、しこり等の自覚症状がある人
(検診ではなく保険診療の対象となります)
- ⑤妊娠中、妊娠の可能性のある人
- ⑥授乳中の人（夜間授乳も含む）、断乳後6か月未満の人
- ⑦自力で立位を保持できない、検診車の階段をのぼれない、更衣できない人

日 程

▼健康保健センター

R7年 6月 3日(火)	R7年 9月22日(月)
6月 4日(水)	9月24日(水)
♡ 6月28日(土)	♡ 10月 5日(日)
♡ 7月21日(月)	10月15日(水)
7月22日(火)	10月31日(金)
7月25日(金)	11月 4日(火)
7月28日(月)	11月 5日(水)
8月 1日(金)	11月12日(水)
8月20日(水)	♡ 11月22日(土)
8月26日(火)	11月26日(水)
9月 2日(火)	12月 8日(月)
♡ 9月15日(月)	♡ 12月13日(土)

♡は土・日・祝日の実施日です。
午前中に検診を行います。
受付時間は8:30～11:30です。

▼上尾市医師会上尾看護専門学校

R7年 6月16日(月)
7月24日(木)
9月30日(火)
11月25日(火)

▼上平公民館

R7年 6月13日(金)
10月 8日(水)

※上尾市医師会上尾看護専門学校に、申込書の提出やお問い合わせ等は、ご遠慮ください。

身体の障害により、集団での乳がん検診を受診することが困難な人に、実施医療機関において個別に受診するための助成を行っています。詳しくは、P27をご覧ください。

健康管理センター
Ageo・townクリニック
エージオタウン

人間ドック・健診等は予約制となっております。

ドック・健診はすべて予約制です

診療科目 耳鼻咽喉科 各種健診 人間ドック・脳ドック

受付時間	月	火	水	木	金	土	日・祝日
9:00～12:00	○	○	○	○	○	8:30～12:30	—
14:00～17:30	○	○	○	※	○	—	—
人間ドック・各種健診 8:00～10:00	○	○	○	○	○	○	—

●上尾市国保人間ドック
●上尾市特定健康診査・保健指導
●一般向け健康診断
●保険組合健康診断(協金けんぼ等)
●企業向け健康診断(バス健診)

※人間ドック・健康診断・各種健診項目により受付時間が異なりますので、お問い合わせください。
※木曜午後の診療にはお問い合わせください。

TEL 048-777-2511

上尾市宮本町3-2-209 Ageo・town2F JR上尾駅東口(徒歩2分) 直結

よこづか眼科

白内障日帰り手術
眼科専門医 3名 駐車場60台

診療時間 月～土 AM9:00～12:00 PM3:00～6:00
休診 日曜・祝日

上尾市久保457-8 TEL 048-779-2300

大森敏秀胃腸科クリニック

- 胃カメラ・大腸カメラ・ピロリ菌
- 胃がん・大腸がん検診精密検査
- 日帰り大腸ポリープ切除術
- IBD炎症性腸疾患・肛門の悩み事

048-778-4567 上尾 内視鏡 検索

柏座2-8-2 柏葉ビル1階 (上尾駅西口徒歩8分)

胃がん・X線バリウム検診/肺がん・結核検診

対象者 40歳以上
内容 胃部X線検査(バリウム)・胸部X線検査・喀痰検査
受付時間 8:30~11:00 (原市公民館は9:00~11:00)
※混雑防止のため、30分ごとに受付時間を区切らせていただきます。指定時間外の入場はできませんのでご了承ください。また、待合スペースはございませんので、指定されたお時間にご来場ください。

費用 胃部X線検査500円、胸部X線検査200円、
 喀痰検査(検査該当者全員有料)300円
定員 平日130人、土日・公民館100人
服装 ボタンなどのない無地のTシャツなどをご着用ください。

※胃がん・X線バリウム検診と肺がん・結核検診は同日に行いますので、2つの検診を別の日程で申し込むことはできません。胃だけ・肺だけの単体の検診は申し込みできます。
 ※係員は異性も従事しますのでご了承ください。

日 程

▼健康保健センター

R7年 5月15日(木)	R7年 8月 6日(水)
5月16日(金)	8月31日(日)
5月19日(月)	【女性デー】 9月12日(金)
【女性デー】 5月22日(木)	9月18日(木)
5月24日(土)	10月 7日(火)
6月 5日(木)	10月10日(金)
6月 6日(金)	10月12日(日)
6月21日(土)	【女性デー】 10月27日(月)
【女性デー】 6月23日(月)	11月 1日(土)
6月26日(木)	【女性デー】 11月 7日(金)
6月30日(月)	11月17日(月)
7月 2日(水)	11月19日(水)
7月 6日(日)	11月27日(木)
【女性デー】 7月10日(木)	11月28日(金)
7月26日(土)	11月29日(土)

▼原市公民館

R7年 5月20日(火)
6月18日(水)
7月31日(木)
9月16日(火)
10月20日(月)
11月21日(金)

▼上平公民館

R7年 6月 2日(月)
9月19日(金)
10月16日(木)
11月11日(火)

※【女性デー】は女性のみ
 申し込みできます。



受診券は検診日の
 1~2週間前に、
 郵送します。
 当日使用しますので、
 なくさず
 お持ちください。

確認事項

<胃がん・X線バリウム検診/肺がん・結核検診共通>

次に該当する人は検診を受診できません

- ①妊娠中、妊娠の可能性がある人
- ②自分自身の力で立ったままの姿勢を保ちながら、撮影台の手すりをつかむことや、検査のため体位変換(寝返りなど)ができない人
- ③技師の指示に従って動くことができない人
- ④当日、既応歴等により医師又は看護師が、受診不可と判断した人

<胃がん・X線バリウム検診>

次に該当する人は胃がん・X線バリウム検診を受診できません

- ①バリウムや発泡剤を誤嚥する可能性のある人(高齢者はむせずに誤嚥していることもあります)
- ②バリウムや発泡剤に過敏症(アレルギー)のある人
- ③腸閉塞の既往またはその疑いのある人
- ④便秘がちで当日までに3日間排便のない人(腸閉塞を起こす可能性があります)
- ⑤消化器(食道・胃・十二指腸・大腸)の疾患を治療中または経過観察中の人
- ⑥2か月以内に、食道・胃・大腸のポリープを切除した人
- ⑦食道、胃、大腸など消化器の切除をした人(腹腔鏡手術も含む)
- ⑧過去1年以内に手術を受けた人(すべての手術を含みます)
- ⑨腎臓疾患(透析など)や心臓疾患のため、水分制限のある人
- ⑩過去1年以内に心疾患や脳血管疾患を発症した人
- ⑪ペースメーカー及び除細動器を腹部に装着している人
- ⑫回転する台の上で自力で身体を支えられない人

<肺がん・結核検診>

- ①喀痰検査は喫煙歴などでハイリスク条件(50歳以上で、喫煙指数600以上)に当てはまる人のみ対象となります。痰が出ない場合、喀痰検査はできません。

医療法人 康裕会 Kato Urological Clinic

かとう泌尿器科クリニック

☎ 048(782)1188

上尾市中分1-27-9(上尾市西消防署前)

診療科目: 泌尿器科 特色: 泌尿器がん治療・日帰り前立腺手術

広告

保険年金課からのお知らせ

上尾市国民健康保険に加入している人へ

問い合わせ先：保険年金課国保管理・保健担当（☎048-782-6494）

社会保険など、上尾市国民健康保険以外の保険に加入の人は、それぞれの健康保険の保険者にお問い合わせください。

特定健診

特定健診とは、生活習慣病の要因であるメタボリックシンドロームに着目した健診です。対象者には4月下旬（年度途中に国保に加入した人には加入手続き翌月）に受診券（黄色）を発送します。特定健診で年に1回健康チェックしましょう！

【対象】 40歳～74歳の上尾市国民健康保険に加入の人

【実施期間】 R7年5月～10月末

【自己負担】 無料（一年度につき1回）



特定健診の結果から、生活習慣病の発症のリスクが高く、生活習慣の改善により生活習慣病の予防効果が多く期待できる人に対して、生活習慣を見直すサポートをする支援プログラムです。

特定保健指導

対象となった人には利用券を発送します。

日程や申し込み方法、実施機関などは同封されているパンフレットをご覧ください。オンライン面談も行っていますので、ぜひご利用ください。

◆◆積極的支援◆◆ 実施機関 健康保健センター

◆◆動機付け支援◆◆ 実施機関 医療機関など

人間ドック（検診料の補助） 特定健診とどちらか年度1回

【対象】 35歳～74歳の上尾市国民健康保険に加入の人

【補助額】 2万円（検診料が2万円を超えない場合は全額を補助）

【実施期間】 ①指定医療機関の場合 R7年5月～R8年2月末
人間ドック予約後、受診前に申請が必要です。

②指定医療機関以外の場合 R7年4月～R8年3月末
人間ドック受診後、申請が必要です。

※補助には条件があります。詳細については、市ホームページや特定健診受診券に同封のパンフレット等をご確認ください。



後期高齢者医療制度に加入している人へ

問い合わせ先：保険年金課高齢者医療担当（☎048-775-5125）

後期高齢者健診

市では、後期高齢者医療制度加入の皆さんの健康の保持や増進を目的として、健康診査事業を行っています。対象者には4月下旬（年度途中で75歳になる人は誕生日）に受診券（緑色）を発送します。

【対象】 後期高齢者医療制度に加入の人

【実施期間】 R7年5月～10月末

【自己負担】 無料（一年度につき1回）



後期高齢者人間ドック（検診料の補助） 後期高齢者健診とどちらか年度1回

【対象】 後期高齢者医療制度に加入の人

【補助額】 2万円（検診料が2万円を超えない場合は全額を補助）

【実施期間】 ①指定医療機関の場合 R7年5月～R8年2月末
人間ドック予約後、受診前に申請が必要です。

②指定医療機関以外の場合 R7年4月～R8年3月末
人間ドック受診後、申請が必要です。

※補助には条件があります。詳細については、市ホームページや後期高齢者健診受診券に同封のパンフレット等をご確認ください。

国保健康ポイント事業 ～あつめて健康！あぴぽチャレンジ～

上尾市国民健康保険加入者（40歳以上）を対象に『国保健康ポイント事業』を実施します。特定健診、がん検診等の受診や健康に関する取組を実施してポイント（シール）を集め、応募すると、抽選で賞品が当たります。

【チャレンジ期間】 R7年5月～R8年1月末

【チラシ設置場所】 保険年金課、各支所・出張所、各公民館、健康保健センター、こども保健センター、健診実施医療機関等

※事業の詳細については、チラシ・市ホームページ・二次元コードをご覧ください。





こころの健康づくり

だれでも、身体と同じようにこころの調子をくずすことはあります。そんなときにはひとりで抱え込まず、困った時は相談し、仲間同士で話し学び、気持ちを共有しましょう。

こころの健康講座

申込 電話予約

こころの健康について一緒に学びませんか。2日間コースで開催します。

対象 「市販薬依存」について学びたい人
内容 医師、薬剤師、公認心理師等による講義
時間 13:00～
会場 こども保健センター

日程	内容
R7年 10月 3日(金)	薬剤師による講義 公認心理師による講義
10月17日(金)	医師他による講義

※詳細については決定次第、広報あげお・市ホームページでお知らせします。

ピアサロン (セルフヘルプグループ)

申込 電話予約

対象 各回対象の人
内容 同じ立場の人が交流したり、気持ちを話したりできる場です。精神保健福祉士・保健師等も同席します。
時間 13:30～15:00
定員 10名(先着順・予約制)
会場 健康保健センター

日程	対象
R7年 4月17日(木)	統合失調症
5月15日(木)	自死遺族
6月12日(木)	うつ病
7月17日(木)	自死遺族
8月21日(木)	依存症
9月18日(木)	自死遺族
10月16日(木)	統合失調症
11月20日(木)	自死遺族
12月18日(木)	依存症
R8年 1月15日(木)	自死遺族
1月22日(木)	統合失調症
2月19日(木)	うつ病
2月25日(水)	依存症
3月19日(木)	自死遺族
3月27日(金)	統合失調症

※当事者ご本人は参加できません。
※個人情報を参加者同士で共有することはありません。

いのちのオンライン相談窓口

悩みがあるとき、辛いとき… 相談できる窓口です。個人の秘密は守られます。お気軽にご相談ください。

対象 上尾市内在住の人
内容 精神保健福祉士・保健師による面接・電話・チャット相談

▶ホームページ

上尾市役所 いのち オンライン

①Web相談

申込 WEB予約

Webフォームからお申し込みいただくと、後日メール等で個別に日程を調整してご相談をお受けします。

相談受付 随時
相談日時 随時(年末年始・祝日を除く平日8:30～17:00)
相談方法 電話、対面
会場 健康保健センター
申し込み 相談フォームに概要を記載し送信



▶ホームページ

上尾市役所 いのち Web相談

②LINE相談

ご相談のある方は、LINEで「上尾市いのちのオンライン相談」を登録し、メッセージを送っていただくと、1対1のトークルームが作られます。窓口開設時間内に順次チャットで返信をいたします。

相談受付 随時
相談日時 毎月第1月曜日(年末年始、祝日を除く)21:45～22:45
毎週火曜日(年末年始、祝日を除く)15:00～16:00
相談方法 チャット
登録ID soudan1@ageokenko1
申し込み LINEアプリからID登録し、相談内容を送信



▶ホームページ

上尾市役所 いのち LINE相談

精神科医によるこころの健康相談

申込 電話予約

※ご利用は原則1回のみとなります。

対象 精神的な面で心配のある人・家族
内容 精神科医師による面接相談
定員 3組

♡こころの病気がどうか相談したい
 ♡家族としての対応の仕方について相談したい

申し込み時に相談内容をお伺いします。

日程	時間	日程	時間
R7年5月16日(金)	13:30~15:00	R7年11月19日(水)	13:30~15:00
6月25日(水)	15:30~17:00	12月17日(水)	15:30~17:00
7月16日(水)	9:30~11:00	R8年 1月21日(水)	9:30~11:00
9月 4日(木)	13:30~15:00	2月26日(木)	13:30~15:00
10月 9日(木)	13:30~15:00	3月18日(水)	13:30~15:00

心理士によるこころの悩み相談 (平日)

申込 電話予約

※ご利用は原則1回のみとなります。

♡なんとなく元気がない ♡自分の心の状態をみつめ直したい ♡お酒やネットがやめられない
 ♡身近な人との関係を改善したい ♡対人関係に悩んでいる ♡育児・介護などに疲れてしまった

こころの悩みは誰でも抱えています。話してこころを軽くしませんか。

内容 心理士による面接相談 **時間** (1)午前 (2)午後

定員 2組

会場 健康保健センター

申し込み時に相談内容をお伺いします。

(1)午前	
日程	
R7年 4月18日(金)	R7年10月16日(木)
5月23日(金)	11月27日(木)
6月 6日(金)	12月 5日(金)
6月20日(金)	R8年 1月16日(金)
7月 4日(金)	2月13日(金)
9月 5日(金)	2月20日(金)
10月 2日(木)	3月13日(金)

(2)午後	
日程	
R7年 4月11日(金)	R7年 11月 5日(水)
4月15日(火)	11月18日(火)
5月27日(火)	12月12日(金)
5月28日(水)	12月16日(火)
6月30日(月)	R8年 1月27日(火)
7月11日(金)	2月27日(金)
7月22日(火)	3月24日(火)
10月20日(月)	

心理士によるこころの悩み相談 (夜間/休日)

申込 電話予約

※ご利用は原則1回のみとなります。


平日の日中時間帯に相談来所できない方むけに、オンライン形式による心理士との面接相談が受けられます。

定員 1月あたり2組 **申し込み** 電話予約にて相談可能日時等をお知らせください。

※申し込み時に相談内容をお伺いします。

自分や周りの人を大切にすることについて 考えてみませんか

困った時は、下記の機関でも相談を受けておりますので、ぜひご利用ください。

埼玉県 鴻巣保健所 ☎048-541-0249 平日8:30~17:00	薬物・アルコールなどの依存問題、ひきこもりなど、お困りの本人やご家族の相談をお受けしています。まずは、電話でご相談ください。
埼玉県立 精神保健福祉 センター ☎048-723-6811 (予約専用電話) 平日9:00~17:00	県民(さいたま市を除く)を対象に来所によるこころの相談を受けています。 (要予約・無料)
埼玉県 こころの電話 ☎048-723-1447 平日9:00~17:00	こころの健康や悩みに関する相談を電話で受け付けています。
埼玉 いのちの電話 ☎048-645-4343 24時間365日・匿名、秘密厳守 ☎フリーダイヤル 0120-783-556 毎日16:00~21:00まで 毎月10日8:00~翌日8:00まで	ひとりで悩まないで、こころの苦しみをご相談ください。 非通知の電話はつながりませんので、番号通知でおかけください。
よりそい ホットライン ☎0120-279-338 24時間対応 https://www.since2011.net/yorisoi/ 	暮らしの悩みごと・悩みを聞いて欲しい人・DV・性暴力などの相談をしたい人・外国語による相談をしたい人など 電話、FAX、チャットやSNSによる相談に対応。
チャイルドライン ☎0120-99-7777 毎日16:00~21:00 https://childline.or.jp/index.html 	18さいまでの子どもがかかるでんわです。ネットでんわ、チャットでのそうだんも受け付けています。 名前は、いわなくてもかまいません。どんなことでも、いっしょに考えます。
NPO法人 あなたのいばしょ 24時間365日 チャット https://talkme.jp/ 	年齢や性別を問わず、誰でも無料・匿名で利用できるチャット相談窓口です。
NPO法人 BONDプロジェクト LINE相談 月・水・木・金・土 10:00~22:00(21:30まで受付) LINE ID @bondproject  電話相談 080-9501-5220 火 13:00~17:00 木・土 18:00~22:00	10代20代の女性のためのLINE相談を実施しています。 LINE相談以外に電話相談も実施しています。



おとなの健康づくり



イベント運動講座

「イベント運動講座」と入力送信

申込 LINE予約

各講座の詳細は広報あげお・上尾市公式LINEでお知らせします。 ※両日とも参加が原則となります。

講座名	日程	会場
親子de教室	R7年 8月2日(土)	大谷公民館
	10月25日(土)	上平公民館
正しい歩き方で学ぶ ウォーキング講座	6月22日(日)	富士見小学校
	10月5日(日)	瓦葺ふれあい広場
健脚速歩チャレンジ	11月23日(日)	富士見小学校
体力測定会※	6月7日(土)	大石公民館
	9月6日(土)	



運動教室

「運動教室」と入力送信

申込 LINE予約

- 対象** 令和8年3月末時点で40～64歳で、運動習慣をつけていきたい人
※医師に運動制限を指示されている人はご遠慮ください。
- 定員** 15人程度 (先着順) **時間** 10:15～11:30 (受付/10:00～)
- 申込開始日** 1か月前から予約
- 持ち物** 運動できる服装、外履きの運動靴 (健康保健センター会場のみ)、
フェイスタオル、飲み物
- 会場** 変則



健康保健センター会場

◆眠った筋肉を呼び起こそう！
筋力アップトレーニング！

日程	
R7年 5月12日(月)	R8年 3月19日(木)

◆肩凝り・腰痛さようなら！
自宅でできる簡単ストレッチ

日程	
R7年 12月18日(木)	R8年 2月27日(金)

こども保健センター会場

◆臨床心理士による「こころ」も
「からだ」もリラックスヨガ

日程	
R7年 7月11日(金)	R7年 11月7日(金)

◆理学療法士による姿勢改善ピラティス

日程	
R7年 6月9日(月)	R8年 1月23日(金)
9月4日(木)	

あげお市政出前講座

申込 電話予約

下記のテーマで、保健師・管理栄養士・精神保健福祉士・歯科衛生士などが出前講座を行います。地域での集まりなどで、ぜひご利用ください。

- ①みんなで健康マイスター養成講習
- ②知っておきたい“がん”のこと (がん検診県民サポーター養成講習)
- ③大人のこころの健康づくり～自身や大切な人のこころの健康を守るために～
- ④大人の熱中症予防 ★受付：4月～7月
- ⑤健康の基本は食事から (大人の食事)
- ⑥大人の口の健康 (大人の歯周病予防、正しい歯磨きの仕方)

講座時間 1時間程度

申し込み 1か月前までに、電話連絡の後、「あげお市政出前講座受講申込書」を提出してください。申請書は健康保健センターにございます。又は、市ホームページをご覧ください。

注意事項 平日9:00～16:00の派遣となります。また、事業の日程などにより、ご希望に添えない場合がありますので、ご了承ください。

健康相談

健康診査の結果はそのままにせず、日々の健康づくりについて一緒に考えてみましょう。

- 対象** 健診結果、生活習慣病予防に関心のある人
- 方法** 電話相談または面接 (面接の場合は予約)
- 申し込み** 電話予約
- 日時** 問い合わせしてください
- 会場** 健康保健センター (面接の場合のみ)



体幹・骨盤エクササイズ

「骨盤エクササイズ」と入力送信

申込 LINE予約

内容 女性を対象に理学療法士・作業療法士による座学、姿勢と身体のチェック、エクササイズなどを行います。

対象 産後コース：産後2か月から5年前後の女性
※同室・子連れ可 (託児なし)
更年期コース：35～55歳前後の女性

定員 14人 (先着順)
時間 10:00～12:00
持ち物 動きやすい服装、汗ふきタオル、飲み物
申込開始日 1か月前から予約

日程		会場
R7年 4月19日(土)	産後	こども保健センター
6月14日(土)	更年期	健康保健センター
7月12日(土)	産後	
8月23日(土)	産後	
10月18日(土)	更年期	
11月15日(土)	産後	
12月20日(土)	産後	
R8年 2月14日(土)	更年期	



ランチ調理実習/健康チェック・相談会

申込 LINE予約

「ランチ調理実習」と入力送信

管理栄養士が考案した食事を作り、食べて、栄養バランスについても学ぶ教室です。

野菜摂取充足度※1,2などの健康チェックも行います。

※1「健康増進に関する連携協定」を締結している明治安田生命保険相互会社の協力によるものです。

※2尿ナトリウム比検査で、尿に含まれる塩分(ナトリウム)と余分な塩分を体外へ排出するカリウムの割合も測ります。

内容/時間 9:15~13:00 健康チェック・相談会(体組成・血管年齢測定等)
講話・調理実習

費用 500円(食材費)

注意事項 事前に尿検査の提出があります。詳しくは通知にてお知らせします。



テーマ ① 一汁二菜 ~初夏の献立×減塩~

日程	会場	定員(先着順)	申込開始日	申込締切日
R7年 6月5日(木)	こども保健センター	20人	5月1日(木)	5月15日(木)
6月25日(水)	大石公民館	16人		6月4日(水)

テーマ ② 一汁二菜 ~初冬の献立×減塩~

日程	会場	定員(先着順)	申込開始日	申込締切日
R7年11月5日(水)	こども保健センター	20人	10月1日(水)	10月15日(水)
11月27日(木)	大谷公民館	16人		11月6日(木)



学ぼう! 脂肪を溜めにくくする食事

申込 LINE予約

「学ぼう」と入力送信

この教室では、メタボリックシンドローム解消のために、無理なく続けられる正しいダイエットの方法、賢い食事のとり方について学びます。

対象 75才未満の食生活を改善したい人
※医師に食事制限を指示されている人は
ご遠慮ください。

会場 健康保健センター

時間 14:15~14:45

定員 10人

申込開始日 1か月前から予約

日程
R7年 9月3日(水)
10月27日(月)
11月11日(火)
12月15日(月)
R8年 1月19日(月)
2月18日(水)
3月4日(水)
3月11日(水)



食のボランティア(食生活改善推進員)育成講座

申込 LINE予約

「育成講座」と入力送信

上尾市では、食のボランティア「食生活改善推進員」を育成しています。

推進員は、「私たちの健康は私たちの手で」をスローガンに地域で活躍しています。

育成講座の修了後は、食生活改善推進員の仲間たちと、各地域の公民館で生活習慣病予防などの調理実習を実施し、知識を普及させる活動を行います。

対象 市内在住の人。講座を受け、食生活改善推進員として活動できる人。
性別は問いません。

時間 9:30~15:30

定員 12人(先着順)

費用 500円×2回分(食材費)

申込締切日 8月29日(金)



食事バランスに大切な6つの基礎食品と食生活改善推進員が手と手をつなぎ地域で活動する輪を表現しています。
上尾市の現在の会員数は、約110人です。

日程(4日コース)	内容	会場
R7年 9月8日(月)	・地域で活躍する食のボランティアの話 ・計測結果から知る自分のカラダ	健康保健センター
10月3日(金)	・調理の基本(調理実習) ・気をつけたい食生活の話	こども保健センター
11月4日(火)	・健康運動指導士から学ぶカラダの整え方 ・自分の食生活再発見 ・食中毒予防	こども保健センター
12月5日(金)	・埼玉の食文化を学ぶ、郷土料理(調理実習) ・ボランティアへの第一歩ステップアップ講座	こども保健センター

調理実習参加者募集

~ 地域で活動しています。食生活改善推進員 ~



上尾市食生活改善推進員協議会主催の健康的な食生活を目指す調理実習を6地区(上尾、平方、原市、大石、上平、大谷)の公民館で開催しています。テーマに沿ったメニューを作って食べて、食生活を見直すきっかけにしてみませんか。詳しい日程、申し込み開始日は、上尾市ウェブサイトや各公民館で周知します。市民向けの調理実習ですので、ぜひご参加ください。

持ち物 エプロン、三角巾、マスク、ふきん2枚 **食材費** 450円(テーマ①のみ650円)

- テーマ**
- ①おやこで料理
 - ②成長期の献立
 - ③野菜たっぷりおいしく減塩
 - ④米利用
 - ⑤郷土料理を作ってみよう
 - ⑥フレイル予防

アップーレシピは簡単・エネルギー控えめ・塩分控えめになっていて、副菜は野菜たっぷりのレシピです。

アップーレシピ



在宅医療などに関する情報

若年がん患者在宅療養生活支援

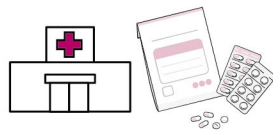
若年がんの方が住み慣れた自宅等で安心して自分らしく生活ができるよう在宅サービスの利用費の一部を助成します。

- 対象** 以下の要件のすべてに該当する方
- ①18歳以上40歳未満の人（小児慢性特定疾病医療給付制度の対象者を除く）
 - ②がん患者（医師の一般に認められている医学的知見に基づき回復の見込みがない状態に至ったと判断された人）で、在宅療養生活への支援及び介護が必要な人
 - ③他の制度において同等の補助または給付を受けることができない人
- 内容** 在宅療養のためのサービス利用費（訪問介護、訪問入浴介護、福祉用具貸与・購入）について助成します。
- 申し込み** 健康保健センターまでお問い合わせください。

医療機関や薬局の検索



医療情報ネット（ナビイ）



医療情報ネット（ナビイ）は診療日や診療科目といった一般的な情報に加え、対応可能な疾患・治療内容、提供しているサービスなどさまざまな情報から、全国の医療機関を検索することのできるシステムです。（厚生労働省ホームページより）

在宅歯科医療の相談窓口

通院が困難な人は、自宅で歯の治療が受けられます。ご希望の人は、下記窓口にご相談ください。

- ◎専任の歯科衛生士が電話で対応
- ◎高齢の人や障害のある人で歯科通院が困難な人の歯科治療相談
- ◎訪問治療を行っている歯科医院を紹介

問い合わせ・相談先

上尾地区在宅歯科医療支援窓口
【上尾中央総合病院 歯科口腔外科内】

☎ 090-4072-8020

月曜日～金曜日 10:00～15:30（土日祝日、8月13～15日、年末年始を除く）



市内「もの忘れ」相談医療機関

（注）ご希望の人は、事前に医療機関へお問い合わせください。

～もの忘れには、だんだん進んでいくものがあり、その場合は注意が必要です～

※上尾中央総合病院は、紹介状がない場合、初診時選定療養費7,700円が必要です。

医療機関名	電話番号	所在地
上尾胃腸科外科医院	771-6553	上町2-13-3
あげお第一診療所	726-2765	西上尾第一団地2-38-102
上尾中央総合病院 <small>※脳神経内科外来へご相談ください</small>	773-1111 (代表)	柏座1-10-10
上尾脳神経外科クリニック	776-8800	本町1-3-16
上尾ハートクリニック	871-7348	春日1-4-22
上尾ふれあいクリニック	726-0435	平方4277-5
鱈坂医院	725-2029	平方2685
石橋内科クリニック	783-1484	中分1-1-6
伊藤内科医院	771-1470	上1572-1
榎本医院	725-1651	中分1-28-7
江原医院	773-8686	上1148-2
埼玉県総合リハビリテーションセンター	781-2222 (代表)	西貝塚148-1
たまき整形外科内科	775-1433	上尾下973-23
藤村病院	776-1111	仲町1-8-33
松沢医院	776-0555	西宮下4-335-1

アピアランスケア用品の購入助成

がん治療に起因するがん患者の見た目（アピアランス）の変化をケアする用品（ウィッグ、補整具等）の購入に対して一部助成をいたします。（助成には一定の基準があります。）

申し込み 健康保健センターまでお問い合わせください。

上尾中央総合病院 がん相談支援センター

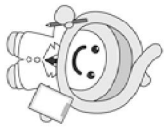


当院におかかりでなくても、対面、または電話で利用できます。

☎ 048-615-3533 (直通)
月～金 9:30～16:30・土 9:30～12:00
1階 地域サポートセンター内
上尾市柏座1-10-10

くわしくは病院ホームページで





令和 7年度 検診申込書

申込期間 令和 7年 4月 1日～10月 31日
 令和 7年 月 日
 健康保健センター FAX 番号 048-776-7355

大枠内を記入し、希望する検診に○をつけて、窓口にご提出ください。(集団検診の場合、希望日も記入)

- ① 年齢は、令和 8年 3月末時点での年齢で算定いたします。
- ② 勤務先などで検(健)診を受診する機会がある人は申込をご遠慮ください。
- ③ 集団検診の胃がん検診と肺がん・結核検診は別日に受診できません。
- ④ 集団検診は「検診日程表の空き状況を確認して」希望日を記入してください。
 空き状況は市ホームページや申込窓口で確認できます。

集団検診の
空き状況は
こちら→



住所	上尾市			電話番号 <small>(連絡のつきやすい番号をご記入ください)</small>
ふりがな				生年月日
氏名				大・昭・平 年 月 日
個別	検診名・対象者	自己負担額※6)	受診方法	
	胃がん・内視鏡検診・50歳以上 (2年に1回受診可) ※1・2・3)	3,000円	受診券が届いたら、医療機関に予約をし、受診期限までに受診	
集団	検診名	自己負担額※6)	第1希望日	第2希望日
	胃がん・X線バリウム検診※1・2・3)	500円	／	／
	肺がん・結核検診※2)	200円 <small>医療検査300円 ※4)</small>	／	／
	乳がん検診 ※5) 女性のみ (2年に1回受診可)	無料	／	／
受診方法				受診日の入った受診券は検診日の1～2週間前にご自宅に郵送します。

ふりがな				生年月日
氏名				大・昭・平 年 月 日
個別	検診名・対象者	自己負担額※6)	受診方法	
	胃がん・内視鏡検診・50歳以上 (2年に1回受診可) ※1・2・3)	3,000円	受診券が届いたら、医療機関に予約をし、受診期限までに受診	
集団	検診名	自己負担額※6)	第1希望日	第2希望日
	胃がん・X線バリウム検診※1・2・3)	500円	／	／
	肺がん・結核検診※2)	200円 <small>医療検査300円 ※4)</small>	／	／
	乳がん検診 ※5) 女性のみ (2年に1回受診可)	無料	／	／
受診方法				受診日の入った受診券は検診日の1～2週間前にご自宅に郵送します。

↑ 希望の検診に○をつけてください。(集団検診の胃がん検診と肺がん検診の両方を希望する方は、どちらにも○をつけてください)。
 ★集団検診は定員になり次第、締め切ります。申込時点で空いている日程でも受診できるとは限りません。必ず第3希望日までご記入ください。希望日全てが定員に達している場合、直近の空き日の登録となります。

- ※1 胃がん・X線バリウム検診と胃がん・内視鏡検診は重複申込みできません。どちらか一方のみお申込みください。
- ※2 胃がん/肺がん・結核検診の集団検診と個別検診の重複受診はできません。重複受診した場合、後日費用総額を請求します。
- ※3 胃がん・内視鏡検診の定員は1100名です(先着順)。定員になり次第締め切ります。
- ※4 肺がん・結核検診を受診する50歳以上で喫煙指数(1日の平均喫煙本数×喫煙年数)が600以上の希望者。
- ※5 40歳代の人のみ2方向撮影、それ以外の人には1方向撮影です。前年度受診した人は受診できません。
- ※6 次の人は自己負担額が免除されます(医療検査を除く)。
 ①70歳以上 ②上尾市国民健康保険加入者 ③後期高齢者医療制度加入者 ④生活保護世帯 ⑤市民税非課税世帯(受診前に手続きが必要ですが、P27参照)

ご自身の申し込み内容を メモしておきましょう

検診名	第1希望	第2希望	第3希望
胃がん・X線VJラム検診	／	／	／
肺がん・結核検診	／	／	／
乳がん検診 ※2年に1回受診可	／	／	／
胃がん・内視鏡検診（50歳以上）※2年に1回受診可	／	／	／
個別検診			
20～30歳代ヘルスチェック			



身体障害者の乳がん検診の費用を助成します

対象者

市内に住所を有し、身体の障害により立位の保持が難しく、
集団の乳がん検診を受診することが困難な40歳から69歳の
次の①②いずれかの女性

- ①身体障害者手帳の交付を受け、障害の等級が下肢1級及び2級、体幹1級及び2級、脳病変による運動機能障害1級及び2級
- ②更生相談所が交付する療育手帳の交付を受け、障害程度④及びAと判定されている

申し込み期間

4月1日～10月31日

実施医療機関

上尾中央総合病院、上平ファミリークリニック、伊奈病院

利用方法

- (1) 受診希望日の30日前までに、上尾市身体障害者乳がん検診費用助成金(クーポン券)交付申請書を健康増進課(健康保健センター)に提出
※申請書は、市ホームページからダウンロードできます。
- (2) 市が内容を審査後、クーポン券を送付
- (3) 実施医療機関に電話等で直接予約の申し込み
※クーポン券を持参することで、費用負担はありません。健康保健センターへの来所が難しい人は、ご相談ください。

市民税非課税世帯の人の成人検診費用免除の手続き

申請方法

- ①窓口申請→健康保健センター・子ども保健センター、市役所1階保険年金課支所・出張所、公民館または右の専用はがきを提出
※申請書は、各窓口においてあります。また、市ホームページからダウンロードできます。
- ②郵送申請→健康保健センターに専用はがきで郵送、または封筒に入れて郵送

申請期間

4月1日～10月31日

注意事項

- ◆市民税の課税状況を調査し、非課税世帯であることが確認できた場合、「がん検診等自己負担額免除該当書」を郵送します。
- ◆手続きに3週間ほどかかる場合もありますので、余裕をもって申請してください。
- ①他の理由(70歳以上、上尾市国民健康保険加入中など)に該当する人は申請不要です。
- ②自己負担が免除になる条件は、世帯全員が市民税非課税であることです。
- ③成人検診を受診する月によって、参照する市民税の年度が異なります。
 - ・5月～6月に受診→前年度の市民税
 - ・7月～10月に受診→今年度の市民税
- ④過去2年以内で他市区町村から転入してきた世帯員がいる場合は、転入前の住所地の非課税証明書が必要になる場合がありますので、申請前にご相談ください。
- ⑤検診後に申請をしても、返金できません。
- ⑥自己負担額免除に該当する場合のみ、郵送します。

P18～19を確認の上、希望する検診に○をつけてください。

住所	上尾市		
フリガナ氏名			
生年月日	大正・昭和・平成	年	月 日
電話番号			
検診名	第1希望	第2希望	第3希望
胃がん・X線VJラム検診	／	／	／
肺がん・結核検診	／	／	／
乳がん検診 ※2年に1回受診可	／	／	／
胃がん・内視鏡検診（50歳以上）※2年に1回受診可	／	／	／
個別検診			
20～30歳代ヘルスチェック			

1 同一世帯の方で検診申込をされる方がおりましたらご記入ください。

フリガナ氏名			
生年月日	大正・昭和・平成	年	月 日
検診名	第1希望日	第2希望	第3希望
胃がん・X線VJラム検診	／	／	／
肺がん・結核検診	／	／	／
乳がん検診 ※2年に1回受診可	／	／	／
胃がん・内視鏡検診（50歳以上）※2年に1回受診可	／	／	／
個別検診			
20～30歳代ヘルスチェック			

※集団検診の対象年齢は40歳以上(令和8年3月末時点)です。

※集団検診は必ず第3希望までご記入ください。

※胃がん・X線VJラム検診及び肺がん・結核検診(集団検診)はP19、乳がん検診はP18の日程より希望日をお選びください。

成人検診費用免除申請書

記入日 年 月 日

(あて先) 上尾市長
市民税非課税世帯のため、成人検診の費用の免除申請をします。また、上尾市が市民税の情報(同一世帯員を含む)を閲覧することに同意します。

住所			
フリガナ氏名			
生年月日	※昭和31年3月31日以前生まれの人は申込み不要	年 月 日	電話番号
受診予定月	<input type="checkbox"/> 6月以前	<input type="checkbox"/> 7月以降	<input checked="" type="checkbox"/> をつける
同一世帯者の中で、他に検診費用免除を申請する人がいる場合は、以下に記入してください。			
氏名	生年月日:		

注意事項

- ① **70歳以上、上尾市国民健康保険加入者に該当する人は申請不要です。**
- ② **世帯全員の市民税が非課税の人が対象です。**
- ③成人検診を受診する月によって、参照する市民税の年度が異なります。
 - ・5月～6月に受診→前年度の市民税
 - ・7月～10月に受診→今年度の市民税
- ④転入してきた世帯員がいる場合は、非課税証明書の提出も必要になる場合がありますので、申請前に健康保健センターへご相談ください。

郵便はがき

切手を
お貼り
ください

3620074

上尾市春日2-10-33

上尾市健康保健センター内

上尾市健康増進課 行

令和7年度 がん検診等申込書

注意 記入・投函前に必ずお読みください

- ①申込期間は令和7年4月1日から同年10月31日までです。
- ②集団検診は、定員に達した日程から随時締め切ります。希望日を予約できない場合がありますので、ご了承ください。
- ③裏面の記入及び切手の貼り付けをご確認ください。
- ④受診券は検診日の1〜2週間前にご自宅に郵送します。

郵便はがき

3620074

切手を
お貼り
ください

上尾市春日2-10-33

上尾市健康保健センター内

上尾市健康増進課 行

申込から3週間ほどかかる場合もありますので、お早めにお申し込みください。

各種Web予約・申請

子どもの予防接種依頼書 交付申請



詳しくはP7を
確認ください。



いのちのオンライン相談窓口



Web相談



LINE相談

がん検診等

◆集団検診

胃がん・X線バリウム検診、
肺がん・結核検診、乳がん検診
※受診日と時間を指定できます。

◆個別検診

胃がん・内視鏡検診
※受診券の交付申込みのみ受付をします。
受診予約は医療機関へ直接連絡して
ください。



検診申込サイト

「令和7年度上尾市がん検診等個別検診受診券」
に記載されている受診番号が必要になります。

上尾市LINE公式アカウント

①登録方法

STEP 1 「友達追加」アイコン
をタップ



二次元コードで登録



STEP 2 二次元コードまたは「検索」
どちらかを選択



IDで登録

ID検索を友だち追加

@ageocity

②事業の申込み方法

メッセージ入力欄に対象事業ページに記載してある言葉を入力・送信後、
表示される入力フォームへ

