

令和2年度白井市健康カレンダー

■妊娠がわかたら

事業名	対象	概要
母子健康手帳	妊婦	妊娠中の母親の健康状態と子どもの成長を記録する手帳です。妊娠がわかたら、なるべく早く交付を受けてください。
妊婦健康診査	妊婦	母子健康手帳交付時にお渡しする『妊婦健康診査受診票』で、14回分の健康診査料金が補助されます。かかりつけ医を持ち、必ず定期的に健診を受けましょう。転出時は転出先の受診票と交換する必要があります。
妊婦歯科健康診査	妊婦	母子健康手帳交付時希望者にお渡しする『受診票』で、1回500円で歯科健康診査が受けられます。

■マタニティ&ベビー向け講座・親子向け料理教室

事業名	対象	予約	開催時間	日程					
プレ☆パパママスクール(2日間)	妊婦とその家族	必要	(1日目) 10:00~12:15 (2日目) 10:00~12:15	5/24(日)	7/12(日)	9/13(日)	11/15(日)	1/24(日)	3/14(日)
にんさんぶらなタニウム with 図書館	妊婦と乳児を持つ保護者とその家族 大人200円 こども無料	不要	11:00~12:00	5/29(金)	7/17(金)	9/25(金)	11/27(金)	/	3/16(火)
子育て応援講座「ハッピーアドバイス」	妊婦と生後6か月までの親子とその家族	必要	13:30~15:00	8/22(土)			2/6(土)		
ベビーサロン「いっぴいぼ」	生後6か月までの親子とその家族	不要	10:00~11:30	5/27(水)	7/14(火)	9/17(木)	11/19(木)	1/27(水)	3/18(木)
おやこの料理教室	未就学児・小学生とその保護者	必要	10:00~13:30	小学生とその保護者 8/19(水) (参加費 子200円 大人400円)			未就学児とその保護者 8/22(土) (参加費 子200円 大人400円)		
おやこのみそづくり体験教室	小・中学生とその保護者	必要	11:00~13:30	2/13(土) (参加費1600円)			2/14(日) (参加費1600円)		

■育児相談・幼児健康診査

事業名	4か月育児相談 (4か月児へは個人通知)				かみかみ教室 (9か月児へは個人通知)		1歳6か月児健康診査 (1歳6か月児へは個人通知)		2歳児歯科健康診査 (2歳6か月児へは個人通知)		3歳児健康診査 (3歳6か月児へは個人通知)	
	受付時間											
4月	10日(金)	R1.11生	21日(火)	R1.11生	22日(水)	R1.6生	17日(金) 28日(火)	H30.9生	15日(水)	H29.10生	14日(火) 24日(金)	H28.10生
5月	15日(金)	R1.12生	26日(火)	R1.12生	13日(水)	R1.7生	12日(火) 22日(金)	H30.10生	20日(水)	H29.11生	8日(金) 19日(火)	H28.11生
6月	9日(火)	R2.1生	19日(金)	R2.1生	10日(水)	R1.8生	5日(金) 16日(火)	H30.11生	17日(水)	H29.12生	2日(火) 12日(金)	H28.12生
7月	10日(金)	R2.2生	21日(火)	R2.2生	8日(水)	R1.9生	7日(火) 17日(金)	H30.12生	15日(水)	H30.1生	3日(金) 28日(火)	H29.1生
8月	18日(火)	R2.3生	28日(金)	R2.3生	5日(水)	R1.10生	7日(金) 25日(火)	H31.1生	19日(水)	H30.2生	4日(火) 21日(金)	H29.2生
9月	8日(火)	R2.4生	18日(金)	R2.4生	9日(水)	R1.11生	4日(金) 15日(火)	H31.2生	16日(水)	H30.3生	1日(火) 11日(金)	H29.3生
10月	9日(金)	R2.5生	27日(火)	R2.5生	7日(水)	R1.12生	6日(火) 16日(金)	H31.3生	14日(水)	H30.4生	2日(金) 13日(火)	H29.4生
11月	13日(金)	R2.6生	24日(火)	R2.6生	11日(水)	R2.1生	10日(火) 20日(金)	H31.4生	18日(水)	H30.5生	6日(金) 17日(火)	H29.5生
12月	8日(火)	R2.7生	18日(金)	R2.7生	9日(水)	R2.2生	4日(金) 15日(火)	R1.5生	16日(水)	H30.6生	1日(火) 11日(金)	H29.6生
1月	15日(金)	R2.8生	26日(火)	R2.8生	13日(水)	R2.3生	12日(火) 22日(金)	R1.6生	20日(水)	H30.7生	8日(金) 19日(火)	H29.7生
2月	9日(火)	R2.9生	26日(金)	R2.9生	10日(水)	R2.4生	5日(金) 16日(火)	R1.7生	17日(水)	H30.8生	2日(火) 19日(金)	H29.8生
3月	9日(火)	R2.10生	19日(金)	R2.10生	10日(水)	R2.5生	5日(金) 16日(火)	R1.8生	17日(水)	H30.9生	2日(火) 12日(金)	H29.9生

乳児健康診査 (3~6か月児、9~11か月児)	母子健康手帳交付時や転入の際お渡しする『乳児健康診査受診票』を使って、千葉県内の医療機関で2回健康診査が受けられます。受診する医療機関に予め確認の上、受けてください。
----------------------------	---

白井市役所健康課(保健福祉センター内) ☎270-1492 白井市復1123
 【TEL】 047-497-3495・3494 【ホ-ム-ズ】 <http://www.city.shiroi.chiba.jp/>
 【FAX】 047-492-3033 【E-mail】 kenkou@city.shiroi.chiba.jp


■市内の医療機関

医院名等	住所	電話番号	休診日	診療科目
奥澤整形外科医院	復1589-1	491-8260	木曜、土曜午後、日曜、祝日	整・内・リハ
瀬野外科胃腸科医院	根120-14	492-0720	木曜、土曜午後、日曜、祝日	外・胃・内・皮・小・形
伊藤診療所	復1450-23	491-1888	土曜午後、日曜、祝日	内・小・循・糖尿・漢方
ちよだクリニック	根76-8	491-0221	木曜、土曜午後、日曜、祝日	眼・脳・内・整
ユニタウクリニック	清水03-25-1	491-8051	火曜、日曜午後、祝日	内・小
井手耳鼻咽喉科医院	清水03-25-4	492-1065	金曜午前のみ診療	耳鼻
菊地医院	根1720-7	492-2121	木曜、金曜午前、土曜、日曜午後、祝日	内・小・循
白井眼科クリニック	清水03-25-2	491-1115	木曜、日曜、祝日	眼科 ※月・金・土曜の午前、火・水曜の午後診療
森川産婦人科クリニック	大山02-3-3	492-3511	木曜、日曜午後、祝日午後	産婦
桜台メディカルクリニック	桜台2-5-2	491-6668	木曜、日曜、祝日	内・小・皮・消・循
西白井クリニック	根1778-6	498-3333	木曜、土曜午後、日曜不定期、祝日	内・小・消・外・肛
白井由井内科	堀込1-2-7白井ビル2F	492-1115	木曜、土曜午後、日曜、祝日	内・小・理・漢方
晴クリニック皮膚科・泌尿器科	堀込1-2-7白井ビル2F	498-2002	木曜、第3土曜午後、日曜、祝日	皮・泌
もりや内科・呼吸器科クリニック	富士129-29	498-6622	木曜、土曜午後、日曜、祝日	内・呼
せきかわ整形外科	富士129-30	498-5005	木曜、日曜、祝日	整・リハ
とりうみ子どもクリニック	富士129-31	498-7788	水曜、土曜午後、日曜、祝日	小児科
駅前ファミリアクリニック 西白井	清水02-6白光西白井駅前ビル1F	497-1237	火曜、日曜	小・内・皮・形・耳鼻
徳田クリニック	清水01-1-25	492-8981	土曜(予約のみ)、日曜、祝日	泌・内
白井駅前せあらクリニック	笹塚2-2-2	497-0072	木曜、土曜午後、日曜、祝日	内・消内・糖内・小・整・漢方
しだ内科・消化器クリニック	根1970-1-2	498-3715	水曜午後(予約のみ)、木曜、土曜午後、日曜、祝日	内・消内・内視鏡・外・肛
白井さとう眼科	根1970-1	498-0011	水曜、土曜午後、日曜、祝日	眼科
若林皮膚科	富士136-53	441-4112	火曜、土曜、日曜、祝日	皮
アイソス診療所	南山2-2-3	468-8800	木曜、日曜、祝日	腎内・泌・内
白井聖仁会病院	笹塚3-25-2	491-3111	日曜、祝日	内・外・消外・消内・整形・小・放・婦・皮・循内・眼・耳鼻・リハ・糖尿・腎内・訪診・泌・神内・乳外・呼内・緩和・ペイン・透折
北総白井病院	根325-2-1	492-1001	土曜午後、日曜、祝日	内・外・整・耳鼻・小・脳・皮・泌・形成・人工透析内科・大腸肛門外科
千葉白井病院	復1439-2	497-6800	火曜・祝日(土・日は除く)	内・消内・消外・呼内・ペイン・皮・整・循・耳鼻・小・リハ・アレルギー・放・麻酔・脳内・脳外・糖内・形・泌

■市内の歯科診療所

医院名等	住所	電話番号	休診日
斎藤歯科医院	復1465	492-0557	木曜、日曜、祝日
広瀬歯科医院	南山2-2-6	491-8338	金曜、日曜、祝日、木曜午前
西白井歯科医院	大山02-3-5	491-0821	木曜、日曜、祝日
吉岡歯科クリニック	根1741-7	491-5010	木曜、日曜、祝日
白井歯科クリニック	神又廻1889-9	491-8841	木曜、日曜、祝日
セントラル歯科	清水01-1-25白井ビル1F	492-2966	水曜、日曜、祝日
高野台歯科	富士58-1	445-6765	木曜、日曜、祝日
富塚歯科医院	折立388-12	491-1500	木曜、日曜、祝日
鈴木歯科クリニック	富士137-76	443-3230	木曜、日曜、祝日
ライオン歯科	根1720-10	491-7181	木曜、祝日、日曜午後
あまり歯科医院	堀込1-1-25	492-2341	日曜、祝日
タマキ歯科医院	富士1-59	446-9900	木曜、日曜、祝日
オリオン歯科医院	大松1-22-11	491-4618	休診日はありません
なつみ歯科クリニック	笹塚2-7-1	498-0808	木曜、日曜、祝日
さくら歯科クリニック	清水01-2-9	492-4618	木曜、日曜、祝日
あいだ歯科クリニック	西白井3-14-47	491-1637	日曜、祝日、木曜午後
ほんま歯科クリニック	堀込1-2-7白井ビル2F	498-1182	木曜、祝日、第1・3・4・5日曜
すまいる歯科(在宅歯科)	清水01-2-5福田第一ビル2F	498-1012	土曜、日曜(要電話)
けやき台鈴木歯科	けやき台1-2-2澤田ビル2F	497-4182	日曜、祝日
トータル歯科医院	笹塚2-2-2 2F	491-0083	日曜、祝日、木曜午後
ホワイト歯科クリニック	根149-9	492-5050	木曜、日曜、祝日
マルジン歯科	根1780	492-8211	木曜
グレースデンタルクリニック北総分院	南山2-1-2-2	497-2481	日曜、祝日(要電話)
和泰(わかな)デンタルクリニック	根1709-3湯浅ビル1F	401-4618	火曜、祝日
しろいファミリー歯科	堀込1-1-1 1F	491-4912	祝日
ハーツデンタルクリニック	清水01-1-4	401-1161	木曜
千葉ユニタウみどりの歯科	桜台1-1-13	402-4617	月曜、祝日
かわおと歯科	根1970-4	401-0270	日曜、祝日
ファミリー歯科にししろい	清水01-1-30 1F	492-4923	月曜、日曜、祝日

■休日夜間の急病・救急診療

休日夜間の急病・救急病院がわからないとき	①【問合せ】電話 0476-46-9981 (印西地区消防組合消防本部指揮指令課) ②【HP検索】『ちば救急医療ネット』で検索	ちば救急医療ネット 
子どもの夜間救急診療所	印旛郡小児初期急病診療所 【問合せ】電話 043-485-3355 診療時間内(受診前に必ず電話してください) 【所在地】佐倉市江原台2-27(佐倉市健康管理センター内) 【受付時間】月~土曜日 19:00~翌朝5:45 休日・年末年始 9:00~16:45/19:00~翌朝5:45	
救急電話相談	子ども急病電話相談(15歳未満) 救急安心電話相談(15歳以上)	電話(局番なし) #8000 ※ダイヤル回線・IP電話・光電話・PHSからは、043(242)9939 毎日19:00~翌朝6:00 看護師が相談に応じ、必要な場合は医師に転送します。 電話(局番なし) #7009 ※ダイヤル回線・IP電話・光電話・PHSからは、03(6735)8305 平日・土曜 18:00~23:00 日曜・祝日・年末年始・ゴールデンウィーク 9:00~23:00 原則として、看護師が相談に応じ、必要な場合は医師に転送します。

~かかりつけ医はお持ちですか~
 かかりつけ医とは、あなたの病歴や健康状態を把握し、日頃から健康に関する相談に応じてくれ、病状に応じて専門医等につなげてくれる存在です。「近くで通いやすい」ということもかかりつけ医を選ぶポイントです。



■令和2年度白井市住民健(検)診

健(検)診名	対象者 (R3.3.31時点)	検診方法 【費用】	検診会場と日程 (土日開催日が色つきです)												
			公民	西白井複合センター			富士	桜台	保健福祉センター						
胃がん検診	40歳以上 男女	バリウム検査 【集団 700円】	5/21	5/22	5/26	5/27	5/29	6/2	5/23	5/25	6/3	6/4	6/7	6/15	6/18
大腸がん検診		便潜血反応検査 【集団 300円】		6/11	6/12		6/10		7/5*	7/6*	9/25*	9/26*	11/1	11/4	11/5
肺がん・結核検診	40歳以上 男女	胸部X線撮影 【集団 無料】	6/23	7/7	7/8	7/9	6/24	6/25	6/26	6/27	6/30	7/1	7/2	7/5*	7/6*
				9/15	9/16	9/17			7/16	9/3	9/6	9/7	9/23	9/24	9/25*
				9/18					7/14	9/11	9/26*	9/29	9/30	10/1	
肝炎ウイルス検査	40歳以上で過去に検査していない人	血液検査 【集団 無料】	肺がん・結核検診実施日と同じ												
前立腺がん検診 (2年に1回)	50歳以上 男性	血液検査 【個別1,000円】	市内契約医療機関にて7月～翌年1月												
子宮頸がん検診 (2年に1回)	20歳以上 女性	内診・頸部細胞診 【集団 500円】 【個別1,000円】		7/28	7/29	10/21	7/31	10/22	7/27	8/1	8/2	8/3	10/18	10/20	10/28
乳がん検診 (2年に1回)	30歳代女性	超音波検査 【個別1,000円】	契約医療機関にて7月～翌年1月(医療機関予約は11月末まで)												
	40歳以上女性	マンモグラフィ検査 【集団1,000円】 【個別1,000円】		7/28	7/29	10/21	7/31	10/22	7/27	8/1	8/2	8/3	10/18	10/20	10/28
歯周疾患検診	40・50・ 60・70歳の人	問診・口腔内検査 【個別 500円】	市内契約医療機関にて7月～11月												
② 白井市 国保特定健診	40歳以上の 被保険者	身体・腹囲計測、 尿検査、血液検査等 【集団 無料】 【個別 1,000円】	6/23	7/7	7/8	7/9	6/24	6/25	6/26	6/27	6/30	7/1	7/2	7/5*	7/6*
				9/15	9/16	9/17			7/16	9/3	9/6	9/7	9/23	9/24	9/25*
				9/18					7/14	9/11	9/26*	9/29	9/30	10/1	
③ 後期高齢者健診	後期高齢者 医療被保険者	身体計測、尿検査、 血液検査等 【集団 無料】 【個別 無料】	白井市国保特定健診、肺がん・結核検診実施日と同じ												
			個別健診は、市内契約医療機関にて7月～翌年1月												

(※) 令和3年3月31日時点の年齢が70歳以上の人は、すべてのがん検診が無料で受診できます。

また、非課税世帯、生活保護の人は無料券の申請により健(検)診費用が免除されます。(事前申請制)

①各種がん検診、肝炎ウイルス検査、歯周疾患検診

申し込みが必要です。加入の健康保険に関係なく白井市に住居登録があれば受診できます。ただし、平成30年度または31年度に受診したがん検診については問診票を送付しますので申し込みの必要はありません。

②白井市国保特定健診

対象者には、6月上旬に問診票を送付しますので、申し込みは不要です。

③後期高齢者健診

生活習慣病などですでに治療を受けている場合が多いことから、申し込みが必要です。ただし、平成30年度または31年度に受診した人は問診票を送付しますので申し込みの必要はありません。

●各種がん検診・後期高齢者健診等の申し込みの方法、期間について

方法1 各センターでの申し込み

3月13日(金)～4月5日(日)

下記のセンターに申込用紙と回収箱を設置します。必要事項を記入の上、回収箱へ入れてください。

保健福祉センター(市役所となり)
西白井複合センター 富士センター
桜台センター 公民センター
白井駅前センター 白井コミュニティセンター
西白井コミュニティプラザ

方法2 「ちば電子申請サービス」での申し込み

3月13日(金)～11月13日(金)

インターネットから申し込みができます。「白井市 検診 電子申請」で検索、またはスマートフォン、タブレット端末等で右の二次元コードから申し込みが出来ます。(携帯電話及びスマートフォンの一部から申請できない場合があります)



白井市住民健(検)診
申し込み



●申し込みや健(検)診受診に関する注意事項

- ◇治療中の病気や、医療機関で定期的に検査をしている病気に関する健(検)診の申し込みはご遠慮ください。また、自覚症状がある人は健(検)診を待たずに医療機関の受診をお願いします。
- ◇申込期間終了後に転入した人や期間内に申し込みができなかった人は、健康課までご相談ください。
- ◇各健(検)診は、年度内1回の受診です。年度内に2回以上受診した場合、2回目以降の健(検)診費用については全額(実費相当額)ご負担いただきますので、ご了承ください。

■健康相談

●開催時間：10：00～11：30(予約不要です。直接会場においでください。)

●内 容：健康に関する相談、血圧・腹囲・体脂肪率の測定、保健福祉センターのみ：乳幼児の身体測定と栄養士による栄養相談。

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
保健福祉センター	27日	18日	29日	20日	31日	28日	26日	30日	21日	25日	15日	15日
富士センター					7日	4日		6日				

電話や健康課窓口での相談：平日8:30～17:15、担当：保健師、栄養士、歯科衛生士

■各種教室・講座 ※詳細は「広報しろい」でお知らせします。

【場所】保健福祉センター

※広報掲載日が申込み開始日となります。

事業名	対象	予約	開催時間	参加費	日 程	広報※
男性料理教室	20歳以上の男性	必要	10：00～ 13：30	400円	6/16(火) 11/14(土)	6/1号 10/15号
健康知っ得！料理教室	20歳以上	必要	10：00～ 13：30	400円	7/18(土) 10/2(金)	7/1号 9/15号
ヘルシー食育講座	20歳以上	必要	10：00～ 12：00	100円	①5/20(水)・12/4(金) ②7/3(金)・1/28(木) ③9/15(火)・2/25(木) ①②③は異なる内容です。	①5/1号・11/15号 ②6/15号・1/1号 ③8/15号・2/1号

事業名	対象	予約	開催時間	会場と日程			
				桜台センター	富士センター	西白井複合センター	保健福祉センター
生活習慣病 予防教室 (2～3日間)	20歳以上	必要	13:30～15:30				6/11(木)・6/18(木)・ 6/25(木)
			10:00～12:00			9/29(火)・10/6(火)・ 10/13(火)	
			10:00～12:00			2/27(土)・3/6(土)	
今日から始める ロコモ予防教室	20歳以上	必要	10:00～12:00			6/30(火)・1/29(金)	5/11(月)・12/14(月)
骨密度測定会	20歳以上	不要	10:00～12:30		7/31(金)		
			13:00～15:30	10/22(木)		7/29(水)	8/3(月)・10/20(火)

■健康増進ルーム

使用料	16～64歳の人：220円 65歳以上の人：110円
使用料の減免	身体障害者手帳・療育手帳・精神障害者保健福祉手帳の交付を受けた人
利用時間	【平日】9：00～18：45【土日】9：00～17：45 ※1人1回 2時間以内
休館日	毎週木曜・年末年始(12/29～1/3) ※臨時休館あり
連絡先	保健福祉センター1階 健康増進ルーム ☎047-497-3476

健康増進ルームは、市内在住・在勤・在学の16歳以上の人利用できます。初めてご利用される際は、講習会の受講(無料)が必要です。(要予約)詳しくは、健康増進ルームにお問い合わせください。



■定期予防接種(市では予防接種法に基づき、以下の予防接種を実施しています)

子どもの予防接種：①ヒブ・肺炎球菌・B型肝炎・BCG・四種混合・麻疹・風しん・水痘・日本脳炎
おとなの予防接種：②高齢者肺炎球菌・インフルエンザ
③風しん(昭和37年4月2日～昭和54年4月1日生まれの男性)

- ① については、出生届出時、転入届け出時に健康課窓口で予診票をお渡ししています。
- ② については、65歳以上の対象者に予診票を郵送しています。満60歳以上65歳未満で心臓、腎臓、呼吸器、免疫機能の障害があり、身体障害者手帳1級を所持している場合も対象となりますが、個別通知はしませんので接種を希望する場合は健康課にご連絡ください。
- ③ については、今年度の対象者には4月にクーポン券を発送しました。

※ 転入者等で通知が届かなかった場合は、健康課にご連絡ください。

お子さんの予防接種スケジュールの自動作成や、接種予定日が近づく
とメールでお知らせしてくれる「白井市なし坊・かおりの予防接種ナビ」
をご利用ください。予防接種ナビでは、子育て情報のメール配信も行っています。

なし坊・かおりの予防接種ナビ 二次元コード

登録はこちらから
パソコンからは、
「白井市予防接種ナビ」で検索

URL : <http://shiroi.city-hc.jp/>

◇令和2年度の事業の実施にあたっては、予算の議決が前提となりますので、変更する可能性があります。

白井市役所健康課(保健福祉センター内) 〒270-1492 白井市復1123
【TEL】 047-497-3495・3494 【ホ-ム-ペ-ジ】 <http://www.city.shiroi.chiba.jp/>
【FAX】 047-492-3033 【E-mail】 kenkou@city.shiroi.chiba.jp