



健康で快適な生活を送るために

健診・検診を受けましょう

問合せ 健康センター (〒187-0043 学園東町1丁目19番12号) ☎042(346)3700

回…日時 場…場所 費…費用 対…対象
内…内容 持…持ち物 申…申込み期間

※年齢は、令和5年3月31日時点の年齢です。

①成人歯科健診

回 令和5年2月28日(火)まで (申込み後、健診票が届いてから)
場 市内指定医療機関
対 市内在住で20歳以上の方 (令和4年度に申込みをした方を除く)
内 問診、歯の検査、歯周病検査、指導
申 令和5年1月31日(火)まで
※受診に必要な書類は、順次発送する予定です。

②肝炎ウイルス検診

回 7月1日(金)～令和5年2月28日(火)
場 指定医療機関
対 市内在住で40歳以上の方 (過去に受診した方を除く)
内 問診、血液検査 (採血)
申 6月20日(月)から令和5年2月15日(水)まで
※受診に必要な書類は、6月下旬から順次発送する予定です。
※小平市健康診査と同時受診可。

①～③の申込み方法 (④は申込み不要)

▷はがき…健診・検診名、住所、氏名 (ふりがな)、性別、生年月日、電話番号を記入のうえ、問合せ先へ (消印有効、一人一枚、一枚につき一検診)
※健康ガイドのはがきも使えます。
▷窓口…健康センター、東部・西部出張所、動く市役所へ (申込書があります)
▷インターネット…東京電子自治体共同運営サービスのホームページへ (紙面欄外QRコード)
※②～④の検診は、健康診査と同時受診する場合は、申込み不要です。
※電話での申込みは受け付けていません。
※指定医療機関など、詳しくは小平市ホームページをご覧ください。

健診・検診申込書

1	住所 (〒187-)
	小平市
2	氏名 (ふりがな)
3	性別 男・女
4	生年月日 年 月 日(満 歳)
5	電話番号



③前立腺がん検診

回 7月1日(金)～令和5年2月28日(火)
場 指定医療機関
費 1,000円 (生活保護受給者は証明書を医療機関に提出すれば無料)
対 市内在住で50歳～74歳の男性
内 問診、血液検査 (採血)
申 6月20日(月)から令和5年2月15日(水)まで
※受診に必要な書類は、6月下旬から順次発送する予定です。
※小平市健康診査と同時受診可。

④大腸がん検診 (指定医療機関)

回 7月1日(金)～令和5年2月28日(火)
場 指定医療機関
対 市内在住で35歳以上の方
※受診できない方は次のとおり。
▷今年度受診した
▷職場などで受診する機会がある
▷治療中・経過観察中である
内 便潜血反応検査 (2日法) 検 健康保険証
※申込み不要 (直接、指定医療機関へ)。
※小平市健康診査と同時受診可。

成人健康教室・相談などの日程

問合せ (申込み) 健康センター 〒187-0043 学園東町一丁目19番12号 ☎042(346)3701

	日程	内容・持ち物	定員・申込み
健康づくり相談 (保健師・運動の専門相談員・管理栄養士)	7月26日(火) 午後の指定する時間 健康センター	内容…健康診断や人間ドックの結果を基にした、主に生活習慣病予防に関する個別相談 持ち物…直近の健診や人間ドックの結果、お薬手帳、参加カード(お持ちの方)、食事記録メモ(3日分程度)、動きやすい服装、飲み物、フェイスタオルなど	定員…5人 事前に問合せ先へ(先着順)

※対象は市内在住の方。車での来場はご遠慮ください。

乳幼児の教室・相談などの日程

問合せ (申込み) 健康センター 〒187-0043 学園東町一丁目19番12号 ☎042(346)3701

	とき	対象	持ち物	定員・申込み
たんぽぽ広場 (親と子の健康相談)	7月1日(金) 受付…午前9時～11時30分	生後4か月～4歳未満の乳幼児と保護者	たんぽぽカード (4月以降の初回参加時に配布)、母子健康手帳 (発育の確認をしたい方)	50組程度 6月20日(月)から28日(火)までに、電話で問合せ先へ
ステップアップ 離乳食	7月15日(金) ステップ1…午後1時30分から ステップ2…午後2時30分から ステップ3…午前9時45分から ステップ4…午前10時45分から	市内在住の方 (ステップごとに対象が異なる (下記参照))	母子健康手帳	各回10組 6月20日(月)から、電話で問合せ先へ ※保護者の方は最少人数で来所してください。
乳幼児健診 BCG接種	3～4か月児・1歳6か月児・3歳児健康診査、5歳児歯科健診、BCG集団予防接種などの案内は個別に送付しています。転入の方など届いていない場合や受けていない場合はお問い合わせください。			

※会場は健康センター。車での来場はご遠慮ください。

※ステップ1…離乳食初期 (5～6か月ごろ)、ステップ2…離乳食中期 (7～8か月ごろ)、ステップ3…離乳食後期 (9～11か月ごろ)、ステップ4…離乳食完了期 (12～18か月ごろ)。

休日応急診療・準夜応急診療 (内科・小児科)

	日程	診療時間	名称	所在地	電話番号
休日応急診療	日曜日、祝日、年末年始	午前9時～午後5時	小平市医師会応急診療所	学園東町1-19-12 (健康センター内)	042(346)3706 (左記診療時間内)
準夜応急診療	月曜～日曜日 (年中無休)	午後7時30分～10時30分 (受付は10時15分まで)			

※応急診療所の診療科目は内科と小児科です。高校生以下の受診は、保護者の同伴が必要です。健康保険証、各種医療費受給者証を忘れずにお持ちください。

休日歯科応急診療医 (診療時間:午前9時～午後5時)

日程	医療機関名	所在地	電話番号
6月26日(日)	三木歯科医院	上水南町2-4-32	042(326)4970
7月3日(日)	はなみずき歯科医院	上水本町1-7-4	042(321)4618

※受診の際は、事前にお問い合わせください。また、医療機関は変更になる場合があります。

東京都による救急診療などの相談・案内

東京消防庁救急相談センター	#7119 (携帯電話、PHS、プッシュ回線から) 042(521)2323 (ダイヤル回線から)	救急車を呼ぶべきか迷った場合の相談・24時間
小平消防署 病院・診療所案内	042(341)0119	救急医療機関の案内・24時間
東京都医療機関案内 サービス(ひまわり)	03(5272)0303	診療中の医療機関の案内・24時間

昭和37年4月2日から昭和54年4月1日まで生まれの男性で、まだ風しん抗体検査や予防接種を受けていない方へ、全国の指定医療機関で風しん抗体検査と予防接種が無料で受けられるクーポン券を、6月上旬に発送しました。
※すでにクーポン券を利用した方や、転入前の自治体などで受診済みの方は、今回再検査する必要はありません。
※令和3年度以前のクーポン券が手元にある場合は、今回発送したクーポン券をご利用ください。
※令和3年度までに抗体検査を受けて、十分な量の抗体がないことが判

44歳～60歳の男性
令和4年度用
風しんクーポン券
を発送

◆国民年金
◆新型コロナウイルス感染症の影響による減収を事由とする国民年金保険料免除の特例申請を受け付けた方へ
◆国民年金保険料の免除制度・納付猶予制度および学生納付特例制度を利用することがあります。
申請には要件があります。詳しくは、ホームページをご覧ください。
お問い合わせください。
対象 次のすべてに該当する方
▽令和2年2月以降に、新型コロナウイルス

明している方で、予防接種がまだ済んでいない方は、クーポン券と検査結果を持参して、予防接種のみ受けてください。
問合せ 健康センター ☎042(346)3700
◆国民年金
◆新型コロナウイルス感染症の影響による減収を事由とする国民年金保険料免除の特例申請を受け付けた方へ
◆国民年金保険料の免除制度・納付猶予制度および学生納付特例制度を利用することがあります。
申請には要件があります。詳しくは、ホームページをご覧ください。
お問い合わせください。
対象 次のすべてに該当する方
▽令和2年2月以降に、新型コロナウイルス

ウイルス感染症の影響により収入が減少した
▽令和2年2月以降(令和4年度分の申請は令和3年1月以降)の所得などの状況から、現行の国民年金保険料の免除などに該当する水準になることが見込まれる
提出書類 本人確認書類(運転免許証、パスポートなど)、年金手帳または基礎年金番号通知書、所得の申立書、免除・納付猶予申請書または学生納付特例申請書
◆学生納付特例申請の場合は、学生証または在学証明書も必要です。
※所得の申立書や各種申請書は、ホームページからダウンロードできます。
◆保険料の猶予・免除申請のご利用
経済的な理由で国民年金保険料の納付が困難な場合、保険料の免除制度や納付猶予制度があります。
令和4年度(7月分)と令和5年6月分)の申請は、7月1日(金)から受け付けます。
また、学生の場合は、在学中の納付が猶予される学生納付特例制度があります。
いずれの制度も、申請時点の2年1か月前の月分まで申請できます。
詳しくは、お問い合わせください。

