

**健康づくりに関する相談** 健康づくり係 ☎ 540-2362 fax 540-2368

**●生活習慣改善相談、子どもの食事相談 予約制**

栄養士・保健師による40分程度の個別相談です。

- **おとな** 生活習慣病が心配、健診結果の見方が分からない、禁煙について相談したい等 [「港北区 生活習慣」検索](#)



● **子ども** 離乳食を食べてくれない、小食・偏食が気になる等 [「港北区 子ども 食事相談」検索](#)



**●健康手帳**

健康状態を記録し、日頃の健康管理に役立てていただくため40歳以上の人を対象に窓口にて無料で配布しています。

時間・会場・日程: 上記内容での [「検索」](#) または毎月の「広報よこはま港北区版」を確認してください。

**横浜市けんしん専用ダイヤル** ☎ 664-2606 fax 663-4469

横浜市が実施する検査・健診についてお答えします。 受付時間 8時30分～17時15分(日曜、祝日、年末年始除く)

**特定健康診査** 無料 保険係 ☎ 540-2351 fax 540-2355

以下の対象の人は、生活習慣病予防のための「特定健康診査」を年度に1回、無料で受診できます。実施医療機関に直接予約してください。

- ※実施医療機関は、[「横浜市特定健診」検索](#) または横浜市けんしん専用ダイヤルに問い合わせてください。



**【検査項目】**問診、診察、身体計測、血圧測定、尿検査、血液検査、腹囲 [医師が必要と認めたとき]心電図、眼底検査、貧血検査

対象者	健診当日の持ち物
40～74歳の横浜市国民健康保険被保険者	①マイナ保険証が資格確認書 ②受診券・問診票

- ※75歳以上の人は、右記の「横浜市健康診査」を確認してください。40～74歳で、国民健康保険以外の健康保険に加入している人は、加入している健康保険へ問い合わせてください。
- ※受診券・問診票は5月下旬に発送予定です。令和8年4月2日以降に横浜市国民健康保険に加入した人は、保険係まで問い合わせてください。

**横浜市健康診査** 無料 健康づくり係 ☎ 540-2362 fax 540-2368

以下の対象の人は、生活習慣病予防のための「横浜市健康診査」を年度に1回、無料で受診できます。実施医療機関に直接予約してください。

- ※介護保険が適用となる特別養護老人ホーム等に入所中の人は対象外です。

- ※実施医療機関は、[「横浜市健康診査」検索](#) または横浜市けんしん専用ダイヤルに問い合わせてください。



**【検査項目】**問診、診察、身体計測、血圧測定、尿検査、血液検査、腹囲(40～74歳の人) [医師が必要と認めたとき]心電図、眼底検査、貧血検査

対象者	健診当日の持ち物
後期高齢者医療制度被保険者 (1)75歳以上の人 (2)65～74歳で一定程度の障害の状態にあると広域連合の認定を受けた人	マイナ保険証が資格確認書
生活保護受給者のうち40歳以上の人(健康保険未加入の人)	休日・夜間等診療依頼証
中国残留邦人等支援給付制度適用の40歳以上の人	本人確認証

特定健康診査及び横浜市健康診査におけるマイナ保険証の利用可否については、医療機関等にご確認ください。

**横浜市がん検診** 健康づくり係 ☎ 540-2362 fax 540-2368

死亡原因第1位はがんです。早期発見のため、定期的ながん検診を受けましょう。医療機関へ直接電話予約のうえ、受診時には住所・年齢の確認できるもの(マイナ保険証等)をお持ちください。



- ※実施医療機関は、[「横浜市がん検診」検索](#)

※当該年度中に対象年齢となる人も検診を受けられます。ただし、子宮頸がん検診【HPV検査単独法】は、受診日時点の年齢となります。

検診名	対象者*(市内在住者)	受診回数	検査内容	受診者負担額
肺がん	40歳以上	年度に1回	問診、胸部X線検査	680円
胃がん(X線)	50歳以上	2年度に1回	問診、胃部X線検査(バリウムによる造影検査)	2,500円
胃がん(内視鏡)			問診、胃部内視鏡検査	2,500円
大腸がん	40歳以上	年度に1回	問診、便潜血検査(2日法)	無料*1
前立腺がん	50歳以上の男性		問診、血液検査(PSA検査)	1,000円
子宮頸がん	20～29歳、61歳以上の女性	2年度に1回	問診、細胞診検査	1,360円
	30～60歳の女性	5年に1回*2	問診、HPV検査単独法*3	2,000円
乳がん	40歳以上の女性	2年度に1回	問診、マンモグラフィ	680円

**●市民病院予防医療センター 予約制** ☎ 316-6526 fax 316-6580

予約受付:9時～17時(土・日曜、祝日、年末年始除く)

市民病院予防医療センター(神奈川区三ツ沢西町1-1)では、横浜市がん検診(肺、胃、大腸、前立腺、子宮、乳)の他に、各種検診(肝胆膵、婦人科超音波、PET-CT、ヘリカルCT等)を行っています。詳細は、市民病院予防医療センターへ問い合わせてください。

\*1 令和8年度は、大腸がん検診の自己負担額(600円)を無料とします。

\*2 HPV検査の結果が陰性である場合の受診間隔です。ただし、2回目の受診は5歳刻みの次の節目年齢になります。また、HPV検査陽性で細胞診検査異常なしの場合は、翌年度に再度HPV検査の受診をご案内します。詳細は横浜市ホームページをご確認ください。

\*3 ・妊娠初期に、妊婦検診の健診券綴りを使う場合は、年齢に関わらず細胞診検査になります。・HPV検査の結果が陽性の場合、自動的に細胞診検査を実施します。(この検査のための再度の受診は不要)

**歯周病検診** 健康づくり係 ☎ 540-2362 fax 540-2368

歯周病は全身のさまざまな病気に影響を及ぼします。定期的な検診で歯周病を予防しましょう。

対象者(市内在住者)	受診回数	検査内容	受診者負担額
受診日時点で満年齢で20・30・40・50・60・70歳の人	該当年齢の間に1回	歯の視診、歯周組織の測定	500円*

- ※費用が免除になる人については、右記【検診料金が無料になる人】を確認してください。実施医療機関は、[「横浜市歯周病検診」検索](#) または横浜市けんしん専用ダイヤルに問い合わせてください。



**【検診料金が無料になる人】**

- 下記のいずれかに該当する人は、「横浜市がん検診」・「歯周病検診」の費用が免除されます。
- 令和9年4月1日時点で65歳以上の人(歯周病検診は受診日時点で70歳の人) →年齢の確認できるもの(マイナ保険証等)を受診の際に提示
  - 生活保護世帯の人 →「休日・夜間等診療依頼証」を受診の際に提示
  - 中国残留邦人等支援給付制度が適用される人 →「本人確認証」を受診の際に提示
  - 令和7年度市民税県民税非課税世帯か均等割のみ課税世帯の人 →福祉保健センターが発行する「検診受診者負担免除対象者確認書」を受診時に提示。受診前に本人確認できるもの(運転免許証・マイナ保険証等)を持参の上、健康づくり係(区役所3階37番窓口)で申請

**B型・C型肝炎ウイルス検査** 健康づくり係 ☎ 540-2362 fax 540-2368

肝炎を早期に発見するため、**無料**の検査を実施しています。実施医療機関へ直接電話で予約してください。

対象者(市内在住者)	検査内容	実施医療機関
過去に肝炎ウイルス検査を受けたことがない人	問診、血液検査	横浜市 肝炎ウイルス検査 <a href="#">「検索」</a> または横浜市けんしん専用ダイヤルに問い合わせてください。



**地域ケアプラザ(地域包括支援センター)**

地域の身近な相談窓口として、専門職が幅広く相談を受け、必要なサービスや機関に繋がります。

相談時間:月～土曜 9時～18時、日曜・祝日 9時～17時

休館日:12月29日～1月3日、施設点検日(月1回施設によって異なります)

- ※開館時間等は、[「港北区 地域ケアプラザ」検索](#)を確認してください。



※上記以外の時間帯は、福祉・保健に関する相談電話は専用コールセンターに転送し、対応します。

※来所相談をする際は、あらかじめ電話等で連絡のうえお越しください。

**生活にお困りの人への支援** 生活支援係 ☎ 540-2329 fax 540-2358

**●生活保護の相談**

さまざまな事情により生活が立ち行かなくなったとき、生活保護が受けられる場合があります。お困りの人はご相談ください。

**●生活困窮者自立支援制度**

仕事がなかなか見つからない、家計のやり繰りを見直したい、税金、保険料、借金等の支払いで生活が苦しいといった困り事について、解決に向けたお手伝いをします。

施設名	所在地	相談電話番号	FAX
新吉田地域ケアプラザ	新吉田町6001-6	592-2151	592-0105
篠原地域ケアプラザ	篠原東2-15-27	423-1270	423-1257
高田地域ケアプラザ	高田西2-14-6	594-3603	594-3605
下田地域ケアプラザ	下田町4-1-1	563-9082	563-9083
大豆戸地域ケアプラザ	大豆戸町316-1	432-4913	432-4912
樽町地域ケアプラザ	樽町1-22-46	532-2502	533-0025
城郷小机地域ケアプラザ	小机町2484-4	478-1600	478-1155
日吉本町地域ケアプラザ	日吉本町4-10-A	566-0361	566-0362
新羽地域ケアプラザ	新羽町1240-1	542-7216	531-7011