



ID市ホームページで
簡単に検索できます

ーヘルス・ガイドー

Health Guide

保健所からのお知らせです

ID ホームページ ☒ メール ☎ 電話 郵便送 ☎ はがき 窓窓口 FAX ファックス

ID 0040405

身近な人や大切な人が 悩んでいませんか？

- 夜中に何度も目が覚め、眠れていないようだ
- 食事をとっている様子がなく、痩せてきている気がする
- 勉強や人間関係がつかず学校に行きたがらない

【保健所(健康づくり課)】

受付時間▶月～金曜日、午前9時～正午、午後1時～4時 ※電話(☎243-7311)での相談もできます。祝日、年末年始は休み。

【茨城いのちの電話】

- ①専用電話▶350-1000
受付時間▶24時間 ※毎月29日～月末と不定期で数日、午後10時～翌日午前8時の相談は休み。
- ②フリーダイヤル▶0120-783-556
受付時間▶午後4時～9時 ※毎月10日は、午前8時～翌日午前8時

【いばらきこころのホットライン】

- ①専用電話▶244-0556
受付時間▶月～金曜日、午前9時～正午、午後1時～4時 ※祝日、年末年始は休み。
- ②フリーダイヤル▶0120-236-556
受付時間▶土・日曜日、午前9時～正午、午後1時～4時 ※祝日、年末年始は休み。

【よりそいホットライン】

フリーダイヤル▶0120-279-338
受付時間▶24時間

LINEなどでの相談もできます。詳細はID検索で！

☎ 健康づくり課(☎243-7311)

ID 0004069

健康手帳を活用しましょう

健康手帳(ファイル形式)を希望者に交付しています。

特定健診やがん検診などの結果票が綴れるほか、^{つづ} 血圧や体重をグラフで記録できます。

交付場所▶健康づくり課、内原保健センター
対象▶市内に居住する18歳以上

☎ 健康づくり課(☎243-7311)

ID 0044813

キッズ献血

献血について、問診や検査、採血などを模擬体験しながら、楽しく学べるイベントです。



日 3/15(日) 10:00～12:00、13:00～15:00

場 イオンモール水戸内原1階メインコート

対 3歳～小学6年生

料 無料

申 当日受付

問 保健総務課(☎305-6291)

ID 0055505

総合診療医による健康相談

筑波大学の総合診療医が、「どの科を受診すればいいのか」などの相談に応じます。診療は行いません。

先着各4名



日 毎月第3火曜日 13:30～15:45(1人30分、1回のみ)

場 保健所

対 市内に居住する方

料 無料

申 事前に、☎で

問 健康づくり課(☎243-7311)

ID 0116626

妊婦へのRSウイルスワクチンが 定期接種となります

RSウイルス感染症は、乳幼児期にかかることが多く、発熱や鼻汁、せきなど、かぜに似た症状を引き起こす感染症です。

初めて感染した乳幼児のうち、約3割でせきが悪化し、喘鳴(ぜんめい)と呼吸しにくくなることや呼吸困難、細気管支炎の症状が出るなど、重症化することがあります。

妊娠中に予防接種を受けることで、お母さんの体内で作られた抗体が赤ちゃんに移行し、出生時から、RSウイルスを原因とする疾患を予防することができます。

【RSウイルスワクチン接種】

接種期間▶4月1日(水)から

対象▶妊娠28週0日～36週6日

の妊婦

料金▶無料

※詳細は、市ホームページをご覧ください。



☎ 感染症対策課(☎243-7315)

令和8年度 人間ドック・脳ドックの補助申請

健康づくり課(☎243-7311)

対象▶次のいずれかに該当する方

①4月1日現在40歳～74歳の水戸市国民健康保険被保険者(国民健康保険税を完納している世帯に属すること)

②市内に住所を有する後期高齢者医療制度の被保険者(後期高齢者医療制度の保険料を完納していること)

※受診日当日に国民健康保険・後期高齢者医療制度の資格がない方、妊娠中の方は受診できません。

※脳ドックは、40歳～74歳の水戸市国民健康保険被保険者が対象です。閉所恐怖症の方、磁気反応による事故防止のため心臓ペースメーカーや刺激電極などを身につけている方、人工関節などの金属が埋め込まれている方、入れ墨をしている方は受診できません。また、2年連続の申請はできません。

定員▶国民健康保険被保険者…抽選2,500名 後期高齢者医療制度の被保険者…抽選1,100名 ※定員に満たない場合は、再募集します。再募集する場合は、今後の「広報みと」などで、お知らせする予定です。

料金▶市の補助率は健診費用の5割(千円未満切捨て、上限あり)。「個人負担金」は、補助適用後の額となります

申請期間▶3月9日(月)～4月9日(木)

申請方法▶右の二次元コードから、電子申請・届出サービスで申し込んでください。電子申請ができない方のみ、はがきで受け付けます



《はがきによる申請》

はがき(当日消印有効)に、①健診機関(1か所) ②希望する健診の種類(1種類)・婦人科検診の有無(人間ドックを希望する女性のみ) ③住所 ④氏名(フリガナ) ⑤生年月日(年齢) ⑥電話番号を記入し、水戸市保健所健康づくり課人間ドック担当(〒310-0852笠原町993-13)へ

＜注意事項＞

- ・補助対象者には、5月中旬に「補助金交付決定通知書」を送付します
- ・申請期間終了後の変更は原則できません
- ・保険資格状況や納税の状況を確認するため、本申請情報を利用することがあります

健診予約は、ご自身で直接、健診機関へ申し込んでください。今年度から、予約開始日が変更になった健診機関がありますので、ご注意ください。

㊦=子宮頸がん ㊧=マンモグラフィ ㊨=超音波検査

健診機関	健診の種類			個人負担金 補助適用後	胃がん検診 胃カメラに変更	前立腺検査 (PSA)	予約開始日 (予約時間)	備考		
	人間 ドック	婦人科 検診	脳 ドック							
県メディカルセンター 笠原町489 ☎243-1111	●	—	—	22,120円	可(医師の指示 など条件あり) ※別途3,300円	別途2,420円 —	補助金交付決定通知書 到着後から (13:30～16:00)	乳がん検診は、マンモ グラフィの追加受診可 (隔年、別途3,850円)		
	●	㊦㊨	—	26,920円						
水戸済生会総合病院 双葉台3-3-10 ☎254-9044	●	—	—	21,800円	可(定員あり) ※別途3,300円	別途2,200円 — —	補助金交付申請後から (10:00～16:00)	乳がん検診は、年度内 の年齢が偶数の方はマン モグラフィ、奇数 の方は超音波検査		
	●	㊦㊧	—	26,800円						
	●	㊦㊨	—	24,400円						
いばらき健康管理センター 見川町2131-143 河和田町字丹下二の牧4732-5 ☎243-6220	●	—	—	21,900円	8月から可(定員・曜日指定あり) ※別途5,500円	別途2,750円 — —	補助金交付申請後から (8:00～16:30)	乳がん検診は、マンモ グラフィまたは超音波 検査を選択		
	●	㊦㊧	—	27,010円						
	●	㊦㊨	—	27,010円						
東関東クリニック 白梅3-4-8 ☎221-1200	●	—	—	21,900円	可(定員・曜日指定あり) ※別途5,500円	別途2,750円 —	補助金交付申請後から (8:00～16:30)	8月から、いばらき健康 管理センターと統合		
	●	㊦㊨	—	27,010円						
水戸赤十字病院 三の丸3-12-48 ☎233-0078	—	—	●	27,450円	—	別途2,530円	補助金交付決定通知書 到着後から (9:30～16:00)	—		
水戸中央病院 六反田町1136-1 ☎309-8521	●	—	—	21,900円	可(定員あり・ 75歳以上は胃 カメラのみ) ※別途4,400円	含む — —	補助金交付決定通知書 到着後から (11:00～16:00)	乳がん検診は、マンモ グラフィまたは超音波 検査を選択(マンモグラフィは隔年で74歳以下 の方のみ、選択がない 場合は超音波検査)		
	●	㊦㊧	—	28,000円						
	●	㊦㊨	—	27,900円						
	—	—	●	23,750円						
水戸協同病院 宮町3-2-7 ☎050-1720-8262 (AI電話)	●	—	—	21,800円	可(定員あり・ 75歳以上は胃カ メラのみ) ※別途3,300円	別途2,200円 — —	補助金交付決定通知書 到着後から (9:00～16:00)	乳がん検診は、マンモ グラフィまたは超音波 検査を選択		
	●	㊦㊧	—	28,550円						
	●	㊦㊨	—	25,500円						
	—	—	●	23,408円						
水府病院 赤塚1-1 ☎309-5000	●	—	—	23,000円	可(定員あり) ※別途4,400円	別途2,420円	補助金交付申請後から (14:00～17:00)			
	●	—	—	25,750円						
	●	㊦㊧	—	30,750円						
	●	㊦㊨	—	30,750円						
北水会記念病院 東原3-2-1 ☎303-3005	—	—	●	39,200円	—	含む	6月1日から (8:30～16:00)	乳がん検診は、マンモ グラフィまたは超音波 検査を選択(選択がない 場合は超音波検査、マン モグラフィは隔年)		
	●	—	—	47,200円	胃カメラのみ 胃カメラのみ	別途3,300円 別途3,300円			補助金交付申請後から (9:00～16:00)	—
	●	—	—	83,200円						
	●	—	●	83,200円						
水戸ブレインハートセンター 青柳町4028 ☎222-7007	—	—	●	22,000円			—	—		

※補助は、脳ドック・人間ドックのいずれか1つです。人間ドックまたは脳ドックの補助を受ける方は、医療機関や集団健診で実施する特定健康診査・高齢者健康診査・検査項目に含まれるがん検診は受診できません。人間ドック・脳ドックの詳細は、市ホームページをご覧ください。