



第1回健康寿命をのばそう！アワード  
厚生労働省健康局長優良賞

健康企画課 ☎ 054-645-1113

## “健康・予防 日本一”ふじえだプロジェクト

### 歩いて健康 日本全国バーチャルの旅

「バーチャル東海道の旅」をはじめ、四国・九州・北海道・世界遺産など多彩なコースをご用意しています。



詳細は  
こちらから



### ふじえだ健康スポット20選 楽・癒・美・食・鍛・幸



楽しみながら健康になれる場所や  
こころの健康を感じられる場所など  
をスポット20選として紹介。ウォー  
キングマップを手にとって、市内各  
所のコースに出掛けてみましょう。

詳細は  
こちらから



上記シート・マップは、保健センター・市役所受付・岡部支所・各地区交流センター等に置いてあります。

### ふじえだ健康マイレージ



「健康にイイコト」に2週間以上チャレンジし、ポイント  
を貯めて健康と協賛店舗の特典をゲットしましょう。  
健(検)診受診でもポイントをゲット！

チャレンジ方法は  
①紙版 ②Web版  
の2種類

「教育」「環境」「交通安全」の各マイレージも  
チャレンジしてみましょう。

Web版は  
こちらから



保存版

令和8年度 健康カレンダー

## 藤枝市保健センターからのお知らせ

令和8年4月▶令和9年3月

### 特定健診・がん検診 など



市の助成で**お得**に**身体**のメンテナンスを！  
健(検)診の受診は3つのステップで完了！

藤枝市オリジナルキャラクター  
がん検診受診応援隊 **ウエルコジャー**



1 2

### おとな・こどもの予防接種

3 4

### 健康相談

藤枝市オリジナルキャラクター  
フランセル



### 休日当番医

など

### 助成事業

5

### 妊婦・こどもの 手続き

6

“健康・  
予防日本一”  
ふじえだ  
プロジェクト

### イベントの お知らせ

裏表紙

### 保健センターで 開催予定のイベント

#### 歯の健康まつり



開催日：令和8年6月6日(土)  
午後0時30分～4時  
(最終受付午後3時30分)

内容：歯科健診や歯みがき指導  
の他、お口の健康チェッ  
ク、歯科のお仕事体験、  
アートイベントなど楽し  
いイベントいっぱい！

### 藤枝市公式SNS

#### 藤枝市健やか推進局 公式Instagram

藤枝市から、旬の食材と健康ごはんを  
発信中。子どもも大人も楽しめるレシピ  
と食育のヒント、地元の“おいしい”を暮  
らしに取り入れてみませんか？



Instagram  
はこちら



#### cookpad

#### 藤枝市保健センター公式キッチン

管理栄養士おすすめ  
おうちで簡単・おいしいレシピを掲載  
しています。



サバ缶豆腐ハンバーグ

cookpadはこちら



最新情報は、広報や市公式SNSにてお知らせします。お楽しみに！

★この冊子の内容は、令和8年度予定事業です。  
掲載している内容に変更がある場合は、広報ふじえだや市ホームページ等でお知らせします。

### 藤枝市保健センター

〒426-0078  
藤枝市南駿河台1丁目14番1号

健康推進課 ☎ 054-645-1111 ✉ hokencenter@city.fujieda.shizuoka.jp

感染症対策課 ☎ 054-645-1112 ✉ corotai@city.fujieda.shizuoka.jp

健康企画課 ☎ 054-645-1113 ✉ kenkokikaku@city.fujieda.shizuoka.jp

各課共通 ☎ 054-645-2122

PDF版は  
こちら



藤枝市  
ホームページ



city.fujieda.shizuoka.jp



健(検)診名	健診			がん検診など							その他の健(検)診				
	特定健診 (後期高齢者健診等を含む)			若者 ヘルスアップ 健診	大腸	肺・結核	胃	子宮	乳	歯科	肝炎 ウイルス	前立腺			
対象条件	①藤枝市国民健康保険に加入している方	②後期高齢者医療制度に加入している方	③生活保護制度を利用している方	学校・職場の健診を受ける機会がない方	職場の検診を受ける機会がない方 (すべての方が受けられます)		過去に1度も受けたことがない方 ※注3	①今年度ピロリ菌検査を受けてA判定だった方 ②過去ピロリ菌検査の結果がA判定で5年経過した方など		女性のみ 2年に1度	20歳・30歳と40歳~70歳の5歳刻みの方	過去に1度も受けたことがない方	男性のみ		
受ける方の年齢	18・19歳	—	—	●	—	—	—	—	—	—	—	—	—		
	20-29歳	—	—	●	—	—	—	—	●	—	—	—	—		
	30-39歳	—	—	●	—	—	—	—	●	—	—	—	—		
	40-49歳	●	—	●	●	●	●	●	●	●	—	●	—		
	50-74歳	●	—	●	●	●	●	●	●	●	—	●	●		
75歳以上	—	●	●	—	●	●	●	●	●	—	●	●			
検査内容	①基本的な健診項目(必須) 問診 血圧測定 身体測定 診察 尿検査 血液検査(脂質・糖・肝機能) ②詳細な健診項目(追加) 心電図 眼底検査 血液検査(貧血・尿酸・腎機能)			問診 便潜血	問診・胸部 エックス線	問診 血液検査 (ピロリ菌がんリスク判定)	問診 胃カメラ (またはバリウム)	問診 頸部細胞診	問診 マンモグラフィ	エコー検査	問診 口腔内検査	問診 血液検査	血液検査 (PSA検査)		
料金	自己負担額	① 1,460円 ② 510円	① 410円 ② 510円	無料受診券の提示で無料 ※注2	① 1,460円 ② 510円	420円	260円	990円	3,200円	頸部:1,450円 頸部+体部(※):2,480円 (※医師が必要と認めた方)	2,400円 (授乳中などで受けられない場合、エコー検査1,320円)	2,000円	900円	B型:830円 C型:890円 B型+C型:1,210円	900円
	70歳以上 ※注1	①410円 ②510円	—	—	—	無料	無料	無料	無料	無料	無料	—	70歳の方は無料	無料	—
	無料対象者 ※注2	40歳	—	—	—	40歳	40歳	40歳	40歳	21歳	41歳	—	—	41歳以上の5歳刻み	—
実施期間	5/14~1/15			6/1~1/15	5/14~1/15		5/14~12/11	① 3/31まで ② 4~11月	4~11月		4~2月	5~11月	5/14~1/15		
おすすめポイント	大腸・肺がん検診などと <b>同時に受けられます。</b> 予約は空いている <b>7・8・9月</b> がおすすめ!			<b>充実した健診内容</b> 若いうちからの備えが肝心!	特定健診と <b>同時に受けられます。</b>		胃カメラは、バリウムより <b>精度が高い</b> です。	今年度は <b>乳1機関</b> が新たに加わります。	乳がんの <b>家族歴</b> がある方向けです。	歯周病の <b>早期発見・早期治療</b> につながります。	特定健診と <b>同時に受けられます。</b>				

受診券について

特定健診	国保・後期高齢者医療制度に加入している対象の方には4月中旬に案内通知が届きます。生活保護制度利用の方で健診を希望する方は、健康推進課へご連絡ください。
若者ヘルスアップ健診 肝炎ウイルス検診 がん検診など	<p>&lt;初めての方・数年間受診券が届いていない方&gt; 健康推進課に申し込むと受診券が届きます。</p> <p>&lt;定期的を受けている方&gt; 6月下旬までに受診券が届きます。(ピロリ菌がんリスク判定・肝炎ウイルス検診は除く)</p> <p><b>6月下旬までに受診券がお手元のない方は健康推進課へご連絡ください。</b> <b>ホームページからも申込可能です。</b></p> <p>※受診間隔は、健(検)診によって異なります。 <span style="float:right">がん検診等の申込方法はこちら ▶</span></p> 
歯科健診	対象の方には5月中旬までに受診券が届きます。

対象者の年齢は、令和8年4月2日~令和9年4月1日に達する年齢をさします。

- 注1 70歳以上とは
- (1) 高齢受給者制度の対象の方(70歳の誕生日の翌月から対象。誕生日の日付が1日の方はその日から対象)
  - (2) 後期高齢者医療制度の対象の方(65歳~69歳で交付を受けている方も含む)
- 注2 上記(表)以外でも無料で受けられる方がいます
- (1) 市県民税が世帯全員非課税の方
  - (2) 生活保護を受けている方
- (1)(2)いずれも**無料受診券が必要**となります。受診前日までに健康推進課へ申請してください。
- 【持ち物】**本人確認ができるもの  
**【受付】**平日 午前8時30分~11時50分/午後1時~4時50分
- 注3 胃切除術またはピロリ菌除去を受けた方、腎不全または透析を受けている方は対象外です。

おとなの予防接種



	65歳以上(60~65歳未満の一部)			50歳以上		妊娠を希望する人と、そのパートナー等	妊婦
ワクチン	高齢者用肺炎球菌 定期	インフルエンザ ※7 定期	新型コロナ 定期	带状疱疹 (生・不活化ワクチン) 定期	任意	風しん 麻しん風しんワクチン 風しんワクチン 任意	RSウイルス ワクチン 定期
対象	①接種日時時点で65歳 ②接種日60~65歳未満 ※1-1の方 ①の方にハガキが届く	①接種日時時点で65歳以上 ②接種日60~65歳未満 ※1-1の方	①接種日時時点で65歳以上 ②接種日60~65歳未満 ※1-1の方	①令和8年度に65・70・75・80 85・90・95・100歳になる人 ②接種日60~65歳未満 ※1-2の方 ①の方にハガキが届く	定期接種対象外で 接種日時時点で 50歳以上の方	妊娠を希望する女性とそのパートナー及び同居者又は 妊婦のパートナー及び同居者で、風しん抗体価が低い人 妊娠中の方は接種できません。 ※抗体検査は中部保健所で無料で受けられる場合があります。 (☎644-9273)	妊娠28週0日~36週6日 母子健康手帳交付時に 予約票をもらう
(助成)回数	1回	年1回	年1回	生ワクチン 1回 不活化ワクチン 2回		どちらか1回	1回
自己負担額	7,920円 生活保護を受けている方は無料	1,650円 高用量(75歳以上)料金未定 ※7 生活保護を受けている方は無料	自己負担あり 金額未定 生活保護を受けている方は無料	生ワクチン 4,750円 不活化ワクチン 17,950円×2回 生活保護を受けている方は無料	医療機関の設定額から 助成金3,000円を 差し引いた金額	医療機関の設定額から 助成金 5,000円 助成金 4,000円 を差し引いた金額	0円
実施期間	66歳になる前まで	10月~2月	10月~2月	令和9年3月31日まで	※5	※5	妊娠28週0日~36週6日
実施場所	委託医療機関 ※3 	委託医療機関 ※3 広報ふじえだ 10月号に掲載予定	委託医療機関 ※3 	委託医療機関 ご希望の方は 感染症対策課へ ご連絡ください。 予約票を送付します。	委託医療機関 ※4 	委託医療機関 ※3 	
持ち物	<ul style="list-style-type: none"> <li>マイナ保険証または資格確認書</li> <li>届いたハガキまたは予約票</li> <li>その他 ※2</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>マイナ保険証または資格確認書</li> <li>その他 ※2</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>マイナ保険証または資格確認書</li> <li>その他 ※2</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>マイナ保険証または資格確認書</li> <li>届いたハガキ</li> <li>その他 ※2</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>マイナ保険証または資格確認書</li> <li>抗体検査の結果</li> <li>パートナー等の場合は、関係を証明できるもの</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>マイナ保険証または資格確認書</li> <li>予約票</li> <li>母子健康手帳</li> </ul>
どんな病気?	肺炎は年齢が上がるごとに死亡のリスクが高まります。高齢の方は急激に症状が進むことがあります。	かぜに比べて全身症状が強く、入院や死亡のおそれがあります。	急に重症化して入院や死亡のおそれや、その他味覚・嗅覚の異常があります。	80歳までに約3人に1人が発症。痛みが続いたり、重い後遺症もある病気です。		妊娠初期の女性が風しんに感染すると、赤ちゃんに影響が出ることがあります。	妊娠中にワクチンを接種することで、抗体がお母さんの体から赤ちゃんに移行し、生後6か月間の最もリスクが高い時期にRSウイルス感染症の重症化を予防することができます。

- 定期 予防接種法で定められた定期接種 ※法改正により変更となることがあります。
- 任意 市が接種費用の一部助成を行う任意接種
- ※1-1 心臓、腎臓又は呼吸器の機能に障害があり、身の回りの生活が極度に制限される方及びヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障害を有する者(身体障害者手帳1級程度)
- ※1-2 ヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障害を有する者(身体障害者手帳1級程度)
- ※2 該当する方は、生活保護受給者証(休日夜間受診証)、身体障害者手帳
- ※3 委託医療機関以外で受ける場合は、接種前に感染症対策課で手続きが必要です。  
●県内市町で接種: 依頼書を持参し、自己負担額をお支払いください。  
●県外で接種: 依頼書を持参し、全額をお支払いください。その後の保健センターでの手続きにより接種費用の一部を払い戻します。
- ※4 委託医療機関で受ける場合は、医療機関の窓口で申請書を記入し、自己負担額をお支払いください。  
委託医療機関以外で受ける場合は、接種前に感染症対策課で手続きが必要です。  
●依頼書を持参し、全額をお支払いください。その後の保健センターでの手続きにより、助成金を払い戻します。
- ※5 任意接種助成の終期は決まっておりません。
- ※6 R4.4.2~R5.4.1生まれで、1期をまだ接種していない子はR9.3.31まで無料で接種できます。
- ※7 75歳以上の方は、高用量インフルエンザワクチン(現在使用されている標準量ワクチンの4倍の抗原量を含み、身体の免疫反応をより強く引き出すワクチン)を選択できます。高用量インフルエンザワクチンの料金は未定です。
- ※8 R4.4.2~R7.4.1生まれ、H30.4.2~R2.4.1生まれで助成金を受けて接種をしていない子もR9.3.31まで助成金の対象です。

こどもの予防接種



2か月~7歳5か月

定期	接種スタート
2か月から	肺炎球菌、B型肝炎、ロタ、五種混合
5か月から	BCG
6か月から	日本脳炎
1歳から	麻しん風しん1期、※6 水痘、肺炎球菌 追加接種、 五種混合 追加接種
1歳頃	日本脳炎 追加接種

無料で受けられる期限	
1歳になる前日	B型肝炎、BCG
2歳になる前日	麻しん風しん1期 ※6
3歳になる前日	水痘
5歳になる前日	肺炎球菌
7歳6か月になる前日	五種混合、 日本脳炎

	1歳&6歳	6歳	9~12歳	12~16歳	19歳	
ワクチン	おたふくかぜ ※8 任意	麻しん風しん 2期 定期	日本脳炎 2期 定期	二種混合 2期 (ジフテリア・破傷風) 定期	ヒトパピローマウイルス感染症(HPV) 子宮頸がん等予防 (9価) 定期 肛門がん等予防 (9価) 任意	日本脳炎 定期
対象	①接種日時時点で1歳 ②小学校入学前の1年 ※8 	①小学校入学前の1年 ②H30.4.2~H31.4.1生まれで2期をまだ接種していない子 R8年度6歳にハガキが届く	9歳以上 13歳未満 小学4年生に予約票が届く	11歳以上 13歳未満 小学6年生に予約票が届く	小学6年~高校1年相当の女子 小学6年生、中学1年生女子に予約票が届く 	H18.4.2~H19.4.1生で、4回接種が済んでいない方
(助成)回数	①②各1回	1回	1回	3回 (1回目を15歳未満で接種した場合は2回)	3回 (1回目を15歳未満で接種した場合は2回)	1~4回
自己負担額	医療機関の設定額から助成金 3,000円を差し引いた金額	0円	0円	0円	医療機関の設定額から助成金 8,000円を差し引いた金額	0円
実施期間	①2歳になる前まで ②小学校入学前の3月31日まで ※8	令和9年3月31日まで	13歳になる前まで	13歳になる前まで	16歳になる年度の3月31日まで 16歳になる年度の3月31日まで ※5	20歳になる前まで
実施場所	※4 ◆	※3 ◆	※3 ◆	※3 ◆	※4 ◆	※3 ◆
どんな病気?	難聴を合併すると、ほとんどの場合、聴力は元に戻りません。	麻しんは感染力がとても強く、命に関わる重い病気です。	乳幼児期の接種から時間が経過し、下がってきてしまう免疫力を持続するために接種します。	子宮頸がんは、年間約3,000人が亡くなる病気です。ワクチンは、原因になるHPV(ヒトパピローマウイルス)感染を防いでがんを予防します。HPVは男女問わず感染の可能性があります、その他のがんも引き起こします。	ウイルスに感染した豚を吸血した蚊がヒトを刺して感染します。	

- ※7 75歳以上の方は、高用量インフルエンザワクチン(現在使用されている標準量ワクチンの4倍の抗原量を含み、身体の免疫反応をより強く引き出すワクチン)を選択できます。高用量インフルエンザワクチンの料金は未定です。
  - ※8 R4.4.2~R7.4.1生まれ、H30.4.2~R2.4.1生まれで助成金を受けて接種をしていない子もR9.3.31まで助成金の対象です。
- ◆ こどもの予防接種 委託医療機関
- 持ち物 ● 母子健康手帳  
● 予約票  
● マイナ保険証または資格確認書

該当する方は接種前にご相談ください

病気の治療等で定期接種を対象期間に受けられなかった方

骨髄移植手術等の理由により、定期接種を再接種する方(20歳未満)

妊婦、高齢者、白血球や免疫が弱くなる病気などのためにワクチンを受けられない方が多くいます。ワクチンを受けられる方が多ければ流行は抑えられ、その方たちを守ることができます。

# 健康相談・休日当番医など・助成事業

**健康相談** 月～金曜日 午前9時～午後5時 (年末年始、祝日除く) **電話相談** ☎054-646-3177

場所：藤枝市保健センター 年末年始、祝日除く

窓口	おとなの健康相談	こどもの健康相談
内容	健康の悩みや健診結果で気になることなど	授乳や育児、成長に関することなど乳幼児の計測
予約	予約不要	予約制 予約はこちら
相談の日時	月・木曜日 午前9時30分～11時30分 木曜日 午後1時～3時	月・木曜日 午前9時30分～11時30分
持ち物	健診結果など	母子健康手帳 バスタオル(計測する子)

窓口	食生活相談	歯科相談
内容	管理栄養士が相談を受付します	歯科衛生士が相談を受付します
予約	予約制 ☎054-645-1111	
相談の日時	木曜日 午後1時～3時 金曜日 午前9時～11時	詳細については、お問い合わせください
持ち物	健診結果など	

## 休日当番医など

### 夜間のときは

救急医療センター

**志太・榛原地域救急医療センター**  
(瀬戸新屋362-1) ☎054-644-0099



**診療科目** 内科・小児科 (年中無休) ※午後10時～翌日午前7時は、小児科のみの診療日があります。  
**時間** 月～金曜日 午後7時30分～午後10時  
土～日曜日 午後7時30分～翌日午前7時

### 休日のときは

休日当番医検索ナビ

休日当番医、休日歯科当番医

受診方法などについては、受診前に必ずその日の休日当番医まで電話でご確認ください。



## チャットで健康医療相談

24時間365日藤枝市民は無料



妊婦さん こどもも 大人も 相談できます。  
健康に関するちょっとしたお悩みや疑問をいつでもどこでもチャットで相談できるサービスです。



## 出張子育て健康相談

場所：7か所の地域子育て支援センター

えだっこルーム		予約不要
持ち物：母子健康手帳 バスタオル(計測する子) 年末年始、祝日除く		
藤枝子ども広場	第3金曜日	日程は変更することがあります ホームページはこちら
くるん	第4水曜日	
葉梨わくわく広場	第4金曜日	
高洲子ども広場	第1火曜日	
にこにこ広場	第1水曜日	
ちびっこルーム	第3月曜日	
※藤枝おやこ館 6/22・7/27・9/28・12/14・3/12		



# 妊婦・こどもの手続き

健康推進課 ☎054-645-1111

場所：藤枝市保健センター

**日程** 月～金曜日(年末年始、祝日除く) 予約制

予約はこちら



## 母子健康手帳交付

予約制

**持ち物** 妊娠届出書 マイナンバーカード

※マイナンバーカードがない方は、通知カードと本人確認書類

## 転入したとき

予約制

**内容** 妊婦・産婦健康診査など受診票の交付  
乳幼児健康診査受診票の交付  
予防接種問診票の交付

**持ち物** 母子健康手帳  
前住所地にて交付された各受診票・問診票

## 初めての出産の方は

**日程** 詳細については妊娠届出時にご案内します。

予約はこちら



## パパママ教室

予約制

赤ちゃんのお世話のコツ  
パパママそろっての参加大歓迎!

## プレママ栄養教室

予約制

妊娠中の食事、離乳食づくりに役立つだしの取り方などの講話

予約はこちら



## こどもが生まれたら

### もぐもぐごっくん赤ちゃん教室

予約制

当日参加が難しい場合は、動画配信サービスをご利用いただけます

予約はこちら



**内容** 離乳食のお話

**受付** 午前9時45分～

**開始** 午前10時～(およそ1時間程度)

**持ち物** 母子健康手帳 筆記用具 カミカミ編は、赤ちゃん用におんぶひもをご用意ください。

内容		月	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3
スタート編	5か月児頃	月曜日	13	11	8	6	10	7	5	9	7	18	8	8
カミカミ編	8か月児頃	日曜日	27	25	22	13	24	28	26	30	14	25	15	29

## 乳幼児相談・健診

1か月児・4か月児・10か月児健診 病院で行う乳児健診  
健康診査票を使用し、病院でお受けください。

6か月児相談・1歳6か月児健診・3歳児健診 保健センターで行う相談・幼児健診  
対象の方に受診日・受付時間を指定したご案内を約1か月前に送付します。

## フッ素塗布

**申込み** ①お子さまの1歳6か月児健診の時に希望する方へ健診当日にご案内します

②上記①以外で希望する方は、予約制です

予約はこちら



内容		月	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3
1歳6か月児から6か月の間隔をあけ4回塗布(4歳になる前日まで)	水曜日	8	13	10	8	5	9	7	4	2	6	3	3	
		22	20	17	15	19	16	21	18	16	20	10	10	
			27	24	29	26						17	24	

**受付** 午後1時30分～3時30分

**持ち物** 母子健康手帳 400円 初回のみ(現金・PayPay)

**助成事業** ※詳しい内容はホームページをご覧ください。

がん患者支援事業			骨髄ドナー支援事業	不育症治療費助成制度
医療用ウィッグ・補整下着等購入費用	妊孕性温存治療等費用 ※妊孕性・妊娠するための力	小児・若年がん患者在宅療養生活支援費用		