



行こう! 健診で健康チェック



自覚症状の現れにくい生活習慣病やがんの早期発見には、定期的な健診が大切です。ぜひ今年も受診しましょう。



■健診を受けるには?

施設検診(特定健診やがん検診)	集団検診(胃・肺・乳がん検診)
病院やクリニックなど医療機関で検診をします	コミュニティセンターや学校などに検診車が出向き検診をします

*市から届いた受診券入りの封筒を準備しましょう

1. 医療機関などに予約しましょう

同封されている「検診いっ得」に記載の医療機関などに電話で予約をします。
 令和8年度受診券の有効期間は、令和9年3月31日までです。

2. 受診しましょう

予約した医療機関で受診します。
 持ち物 受診券 自己負担金
 加入資格がわかるもの (マイナ保険証、資格確認書のいずれか)
 質問票(特定健診の場合)
 個人記録票(胃・肺がんの集団検診の場合)



3. 結果を確認しましょう

検診実施医療機関が結果をお知らせします。



☎健康福祉課健康増進係(☎223-7246)

■受診券を発送しました

- 令和8年2月～4月24日までに市国民健康保険に加入した人には、5月28日に発送予定です。
- 40歳以上の対象者へ受診券を発送しました。
- 新潟市国民健康保険加入者以外の特定健康診査などについては、各医療保険者(保険証の発行元)にお問い合わせください。
- 受診券が届かない人で、職場などでがん検診を受ける機会のない人は健康福祉課健康増進係へお問い合わせください。

対象者	受診券の種類
新潟市国民健康保険加入者(40～74歳)	特定健康診査・がん検診受診券
新潟県後期高齢者医療制度加入者	後期高齢者健康診査・がん検診受診券
上記以外の健康保険加入者のうち、職場や被扶養者向けのがん検診の機会がない人	がん検診受診券

*年齢は、すべて令和9年3月31日現在の年齢(年度年齢)です。

健康・福祉

各事業の☎・☎連絡先一覧

- 健康福祉課健康増進係
【妊娠～乳幼児期担当】 ☎223-7237
- 東地域保健福祉センター
東万代町9-52 ☎243-5312
- 南地域保健福祉センター
新和3-3-1 ☎285-2373
- 健康福祉課地域保健福祉担当 ☎223-7039

■妊婦歯科健康診査(妊娠期)

☎母子健康手帳を取得している妊婦
 ☎各実施日の2日前までに=右の二次元コード=を読み取り申し込み

申込先



期日	会場	定員
5/15(金)	中央健康センター	25人
5/22(金)	南地域保健福祉センター	45人

■安産教室「すこやかママ講座」(妊娠期)

☎5月25日(月)午後1時30分～3時
 ※受け付けは1時15分から
 ☎東地域保健福祉センター
 ☎妊娠中のこころとからだの話、妊娠中の栄養と食生活の話、グループワーク
 ☎出産予定日が令和8年8月～10月までの中央区在住のおおむね妊娠16週以降の妊婦先着15人(家族の同伴不可)
 ☎4月22日(水)から5月8日(金)までに電話で一覧①へ

■はじめての離乳食(生後5カ月)

☎離乳食の始め方と進め方、情報交換、試食、個別相談など
 ☎生後5カ月ごろのこどもの保育者
 ☎各実施日の30日前から2日前までに=右の二次元コード=を読み取り申し込み
 時間 午後1時30分～2時50分
 ※受け付けは1時15分から

申込先



期日	会場	定員(先着)
5/13(水)	東地域保健福祉センター	15人
5/21(木)	南地域保健福祉センター	15人

■ステップ離乳食(生後6～11カ月)

☎5月13日(水)午前10時～11時20分
 ※受け付けは9時45分から
 ☎東地域保健福祉センター

☎2回食・3回食への進め方、グループワーク、個別相談、試食など

☎おおむね生後6カ月以上のこどもの保育者先着15人
 ☎5月11日(月)までに=右の二次元コード=を読み取り申し込み

申込先



■育児相談(乳幼児)

☎中央区民 ※会場によって定員が異なります。詳しくは、申し込み先へお問い合わせください。
 ☎各実施日の28日前から2日前までに=右の二次元コード=を読み取り申し込み
 ※先着順

申込先



期日	時間	会場	申込先
5/14(木)	9:30～11:00	☎◆関屋地区公民館	一覧④
5/18(月)	9:30～11:00	☎◆南地域保健福祉センター	一覧③
5/28(木)	13:30～15:00	☎東地域保健福祉センター	一覧②

☎は栄養士、◆は歯科衛生士による相談あり

■健康相談(一般)

☎各実施日の2日前までに電話で各申し込み先へ

期日	受付時間	会場	申込先
5/8(金)	9:30～11:10	南地域保健福祉センター	一覧③
5/18(月)	13:30～14:30	東地域保健福祉センター	一覧②
5/27(水)	13:15～14:45	中央区役所	一覧④

■基本の体づくりセミナー(一般)

☎5月19日(火)午前9時30分～11時45分
 ※受け付けは9時15分から
 ☎東地域保健福祉センター
 ☎生活習慣病予防のための食事の話、筋力トレーニングやストレッチの実践
 ☎中央区在住のおおむね75歳までの人
 ☎あす20日(月)から5月7日(木)までに電話で健康福祉課健康増進係(☎223-7246)へ

■骨粗しょう症予防相談会(一般)

☎5月26日(火) ①9:40②10:10③10:40④11:10⑤13:10⑥13:40⑦14:10
 ☎南地域保健福祉センター
 ☎骨粗しょう症予防のための健康相談、骨密度測定(超音波式、かかとを測定)
 ☎骨粗しょう症の治療中でない18歳以上の人各回先着8人(測定は年1回まで)
 ☎4月28日(火)から5月21日(木)までに=右の二次元コード=を読み取り申し込み

申込先



■より良いマタニティライフを応援(マタニティ・ヨガ)

☎妊婦(妊娠16週～37週で医師の許可を得ている方)
 ☎実施日の3日前までに電話で各施設へ
 時間 午前10時～11時

期日	会場	定員(先着)
6/20(土)	鳥屋野子育て支援センター あいあい(鳥屋野4) (☎283-7131)	6組
7/18(土)	八千代子育て支援センター ちゅうりっぷ(川岸町1) (☎230-8211)	8組

赤ちゃん誕生お祝い会&交流会支援事業

地域ぐるみで開催する団体を募集!

子育て中の保護者と住民との交流を図り、地域全体で子育てを支援する「赤ちゃん誕生お祝い会&交流会」の開催団体を募集しています。

募集団体	コミュニティ協議会、自治会・町内会など地域で活動している団体
内容	おおむね6カ月～1歳半までの赤ちゃん5～20人とその父母、地域の皆さんで行う赤ちゃん誕生お祝い会と交流会(保護者同士の情報交換、保健師などによる子育て相談 ほか)
対象経費	講師謝礼、消耗品、印刷代、ボランティア保険料 など

*委託金額など詳細は、要綱をよく確認してください。

- ☎直接窓口または、郵送で申込書を健康福祉課へ
 ※要綱や申請書は市ホームページに掲載、同課でも配布
- ☎同課地域福祉担当(☎223-7252)

