

# 令和8年度健康診査のご案内

十和田市 健診 検索

市が実施するがん検診は、40歳以上の市民であればどなたでも申し込みできます（子宮頸がん検診は20歳以上の女性）。健康診査申込書\*を郵送するか、電話またはウェブ予約(24時間受け付け)でお申し込みください。

\*申込書は、40歳以上の国民健康保険加入者、60歳以上の人、令和5～7年度に市の健診を受診した人へ、3月上旬に郵送しますので、同封の返信用封筒で返送してください。

申込期限 3月25日(水)

問健康増進課（保健センター） ☎0176-51-6790、0176-51-6791



▲ウェブ予約はこちらから

種類	検査内容	対象・年齢 (令和9年3月31日時点の年齢)	個人負担金	
			集団方式	個別方式 (指定医療機関)
1	特定健康診査 後期高齢者健康診査	・国民健康保険加入者（40歳未満の加入者は集団方式のみ受診できます） ・40歳以上の生活保護受給者 後期高齢者医療保険加入者	無料	
2	胃がん検診	胃X線検査 (バリウム検査)	1,300円	1,800円
3	肺がん検診	胸部X線検査	400円 (個別方式は中央病院のみ)	
4	大腸がん検診	便潜血検査 (2日分の採便)	500円	
5	乳がん検診 (2年に1回)	マンモグラフィ	1,000円 (個別方式は中央病院のみ)	
6	子宮頸がん検診 (2年に1回)	内診、細胞診	1,200円	
7	骨粗しょう症検診	足骨量測定	600円	実施なし
8	肝炎ウイルス検査 (ウェブ予約不可)	B型・C型	40歳以上で過去に検査したことがない人 無料	
9	人間ドック (ウェブ予約不可)	上記1～4の他、腹部超音波、視力、聴力、血液追加検査など	40歳以上の国民健康保険加入者 ・後期高齢者医療保険加入者 ・40歳以上の生活保護受給者 16,500円	

## 個人負担金の免除

市国民健康保険加入者、市民税非課税世帯、生活保護受給者、年度末年齢が70歳以上の方は、個人負担金が免除となります。また、特定の年齢の方は一部検診の個人負担金が免除となります。詳しくはお問い合わせください。

## 子宮頸がん検診（個別方式）

次の医療機関で実施しています。受診希望者は4月1日以降直接お申し込みください。

指定医療機関名	電話番号
中央病院（健診センター）	0176-23-5763
藤井産婦人科医院	0176-22-5588
しんクリニック	0176-22-7711

## 中央病院（健診センター）で乳がん検診と子宮頸がん検診の同時受診が始まります

通常、別の時間帯に実施している乳がん検診と子宮頸がん検診を6月～令和9年1月の毎週月曜日は、同じ時間帯に受診できます。同時受診希望の際は、健康増進課（保健センター）へお申し込みください。

●協会けんぽ、共済組合など、国民健康保険以外の保険に加入している40歳以上の被扶養者（家族）の特定健康診査の申し込みは、青森県総合健診センター（☎017-741-2336）へ4月1日以降直接お申し込みください。

\*申し込み状況により、ご希望に沿えない場合があります。ご了承ください。

## 相談・教室など

内容	とき	ところ・問い合わせ
◆こころの相談 悩みのある人とその家族	4日(水) 14:00～15:00 ※2日(月)までに要予約	保健センター 健康増進課 ☎0176-51-6791
◆体組成計(Inbody) 無料開放デー 筋肉量・体脂肪率の測定を希望する人	18日(水) 9:00～16:00 ※ペースメーカーを装着している人は測定不可	
◆栄養相談 栄養・食生活に関する相談を希望する人	5日(木) 9:30～10:20～ 11:10～13:15～ 14:05～14:55～ ※3日(火)までに要予約	
◆パパママ教室 市内在住の妊婦とパートナーやその家族	妊娠期②コース 1日(日) 10:00～11:30 ▶赤ちゃんのお風呂の入れ方 ▶育児講話 ▶情報交換会	市民交流プラザ「トワレ」 こども家庭センター ☎0176-51-6797
◆子育て相談 乳幼児の保護者	3日(火)、 10日(火)～12日(木) 9:30～11:00 ※3日前までに要予約	保健センター こども家庭センター ☎0176-51-6792
◆子どものこころの相談 小・中・高校生と保護者 ◆発達支援相談 就学前の幼児と保護者	19日(木) 14:00～ ※12日(木)までに要予約	保健センター こども家庭センター ☎0176-51-6797
◆親のこころの相談 産前産後や子育て中に心身の不調を抱える当事者やその家族	9日(月) 14:00～15:00 ※4日(木)までに要予約	

\*毎月開催する乳幼児健康診査の対象者には個別通知します。年間予定表は市ホームページや「とわだ子育てアプリ」をご覧ください。

## ◆子育てをもっと楽しく！

### 「とわだ子育てアプリ」

とわだ子育てアプリ 検索



とわだ子育てアプリはこちらから▲

## 休日当番医

問健康増進課 ☎0176-51-6790

とき	当番医	電話番号
1日(日)	北園内科クリニック（西二十一番町14-38）	0176-22-2331
8日(日)	かわむらクリニック（西二十二番町4-16）	0176-20-1505
15日(日)	のづき内科小児科クリニック（東十二番町14-30）	0176-20-1880
20日(金)	藤原内科（三本木字北平115-8）	0176-24-0770
22日(日)	とわだ耳鼻いんこう科医院（西十一番町22-11）	0176-25-3341
29日(日)	阿部クリニック（東三番町9-66）	0176-25-1122

▶診療時間 午前9時～午後5時 ※詳しくはお問い合わせください。  
▶急を要さない場合は、平日の診療時間内に受診をお願いします。休日は受診できる医療機関に限られ、平日以上に混雑する場合があります。



青森県小児科オンライン診療はこちらから▶

## 上北保健所（旧上十三保健所）の相談窓口

内容	とき	ところ・問い合わせ
◆B型・C型肝炎検査（※） 過去にB型・C型肝炎ウイルス検査を受けたことがない人	3日(火)・17日(火) 13:00～13:30 ※要予約	上北保健所 ☎0176-23-4261
◆精神保健福祉相談 心の悩みや病気に関する相談を希望する人	11日(水) 13:00～14:00 ※要予約	
◆療育相談 首すわり、おすわり、歩き始めが遅い気がするなど発育や発達について心配のある子どもの家族	18日(水) 9:00～11:30 ※要予約	
◆HIV(エイズ)に関する相談 感染の心配やエイズに関する相談を希望する人	3日(火)・17日(火) 13:30～14:30 ※要予約	上北保健所 エイズ専用 ☎0176-23-8450

（※）B型・C型肝炎検査については、40歳以上の市民は市の健診でも検査ができます。詳しくは健康増進課（☎0176-51-6790）へお問い合わせください。

## 3月1日～7日は「子ども予防接種週間」です

問こども家庭センター ☎0176-51-6792

予防接種は、病気にかかりにくい、あるいはかかったとしても重症になることを防ぐために、適切な時期に接種することが大切です。

4月に小学校に入学するお子さんは、特に麻疹・風疹（第2期）の予防接種を忘れずに受けましょう。

予防接種スケジュール管理には「とわだ子育てアプリ」が便利です！



## 3月1日～8日は「女性の健康週間」です

問健康増進課 ☎0176-51-6791

乳がんや子宮頸がんなどの女性特有のがんは、20代から40代の比較的若い年代に多くみられるため、若いうちから注意が必要です。がんの初期症状はほとんどありません。早期発見・治療のためには、検診を受けることが大切です。

6月1日(月)から、市の検診（個別方式）では、中央病院で乳がん検診と子宮頸がん検診を同じ時間帯に受診できます。検診時間を短縮でき、忙しい人にもおすすめです。

## 献血のお知らせ

問健康増進課 ☎0176-51-6790

実施予定日	時間	ところ
1日(日)	10:00～12:00	イオンスーパーセンター十和田店
	13:30～16:00	
11日(水)	14:00～16:00	スーパーカケモ西金崎店
20日(金)	10:00～12:00	イオンスーパーセンター十和田店
	13:30～16:00	

赤十字血液センターでは、18～69歳の健康な人に献血への協力をお願いしています。冬の寒い時期は特に血液が不足します。血液を必要としている患者のために、皆様のご協力をお願いします。



▲詳しくはこちらから