

健康づくり編

保健・福祉ガイドブック



2024

この「保健・福祉ガイドブック2024」は、制度の内容等を簡単に紹介したものです。

特に記載のない限り、令和6年5月1日現在の情報ですので、法改正や年度が変わると内容や金額が変わるものがあります。

詳しいことは、それぞれの担当窓口にお問い合わせください。

石狩市健康推進部

目 次

■成人保健について	1
■健康増進について	4
■栄養・食生活について	4
■精神保健について	4
■予防接種について	5
■その他の保健事業について	6

■成人保健について

健診に関する詳細は、広報・市ホームページをご覧ください。

健康診査

健康推進課 72-3124

(厚田) 78-1033 (浜益) 79-2112

メタボリック症候群や生活習慣病の早期発見などのため、身体測定、腹囲測定、血圧測定、血液検査(糖・脂質・肝機能・腎機能)、尿検査、診察などを行います。

年齢や加入の健康保険等により健診内容、健診料金、受診機関が違いますので、各保険者からの案内文等でご確認ください。

名称	対象	自己負担	備考
39健康診査	・18～39 歳 ・18 歳以上の生活保護受給者	・市民税課税世帯 1,000 円 ・市民税非課税世帯、生活保護受給世帯 無料	・市の集団健診、バス送迎健診で受診可能
特定健康診査	40～74 歳の石狩市国民健康保険被保険者で受診券をお持ちの方 (75 歳になる方は誕生日の前日まで受診可能です。)	・市民税課税世帯 600 円 ・市民税非課税世帯 無料	・市の集団健診、バス送迎健診、個別健診(委託医療機関等)で受診可能(国保以外の保険加入者は、各保険者にご確認ください)
後期高齢者健康診査	後期高齢者医療制度加入者(75 歳以上の方等)で受診券をお持ちの方		・市の集団健診、バス送迎健診、個別健診(委託医療機関等)で受診可能

がん検診

健康推進課 72-3124

(厚田) 78-1033 (浜益) 79-2112

集団健診・バス送迎健診・個別健診（委託医療機関、対がん協会、札幌複十字総合健診センターで受診）があります。

名称	対象	自己負担
子宮頸がん検診（子宮頸部細胞診）	20 歳以上の女性 （2 年度に 1 回）	69 歳以下 1,500 円 70 歳以上 500 円
乳がん検診（マンモグラフィ検査）	40 歳以上の女性 （2 年度に 1 回）	40～49 歳 1,700 円 50～69 歳 1,500 円 70 歳以上 800 円
胃がん検診（胃バリウム検査）	40 歳以上	・委託（個別）医療機関 69 歳以下 2,100 円 70 歳以上 1,000 円 ・集団、バス送迎、対がん協会、 複十字総合健診センター、健康 管理センター 69 歳以下 1,500 円 70 歳以上 500 円
肺がん検診（胸部レントゲン検査）		69 歳以下 300 円 70 歳以上 200 円
大腸がん検診（便潜血検査 2 日分）		69 歳以下 700 円 70 歳以上 300 円
前立腺がん検診（血液検査）	50～79 歳の男性	500 円

※市民税非課税世帯・生活保護受給世帯は無料です。

骨粗しょう症検診

健康推進課 72-3124

(厚田) 78-1033 (浜益) 79-2112

20・25・30・35・40・45・50・55・60・65・70 歳（受診時）の女性を対象に、骨密度の検査を行います。集団健診・バス送迎健診・個別健診（対がん協会、札幌複十字総合健診センターで受診）があります。

【自己負担】

500 円

市民税非課税世帯・生活保護受給世帯 無料

肝炎ウイルス検診

健康推進課 72-3124

(厚田) 78-1033 (浜益) 79-2112

過去に肝炎ウイルス検査を受けていない 40 歳以上の方を対象に、B 型及び C 型肝炎検査を行います。集団健診・バス送迎健診・個別健診があります。

【自己負担】

B 型 130 円、C 型 570 円、両方 700 円

市民税非課税世帯・生活保護受給世帯 無料

歯周病検診

健康推進課 72-3124

(厚田) 78-1033 (浜益) 79-2112

20・30・40・50・60・70歳（該当年度の4月1日時点の年齢）、妊婦（受診時）の方を対象に、歯周病検診を行います。市内委託歯科医療機関で個別受診ができます。

【自己負担】

20・30・40・50・60歳 500円、70歳 300円、妊婦 無料
市民税非課税世帯・生活保護受給世帯 無料

後期高齢者歯科健康診査

健康推進課 72-3124

(厚田) 78-1033 (浜益) 79-2112

後期高齢者医療の被保険者の方を対象に、口腔機能の健診を行います。
市内委託歯科医療機関で個別受診ができます。

【自己負担】

市民税課税世帯 300円
市民税非課税世帯 無料

健康相談（成人一般）

健康推進課 72-3124

(厚田) 78-1033 (浜益) 79-2112

保健師・栄養士による生活習慣病などに関する相談を行います。
血圧測定、禁煙相談も実施しています。電話でご予約ください。

地区健康相談・健康教育

健康推進課 72-3124

(厚田) 78-1033 (浜益) 79-2112

地域の団体、サークル等に、保健師・栄養士などがお伺いして健康相談・健康教育を行います。

■健康増進について

健康づくりのためにご利用ください。

健康づくり教室

健康推進課 72-3124

(厚田) 78-1033 (浜益) 79-2112

市民を対象に、栄養・運動・休養等健康づくりに関する学習や運動の実践に関する教室を行います。

いきいきフィットネス事業

スポーツ健康課 72-6123

高校生以上の市民を対象に、健康運動指導士などの資格所有者による運動教室やマシンを使った運動指導を行います。また、個人の健康状態に合わせた運動プログラムの作成なども行います。

開設時間や利用料金等は、お問合せください。

■栄養・食生活について

離乳食教室

健康推進課 72-3124

●はじめての離乳食教室 おおむね4～6か月児のお子さんと保護者の方を対象に、栄養士による講話などを行います。

●ステップアップ離乳食教室 おおむね7～10か月児のお子さんと保護者の方を対象に、栄養士による講話などを行います。

お問合せください。

親子料理教室

健康推進課 72-3124

4歳～小学生のお子さんと保護者の方を対象に、調理実習や栄養士による講話などを行います。

■精神保健について

こころの健康相談

江別保健所

011-383-2111

不眠が続く、何をしてもおっくうでやる気が出ない、物忘れがひどくなった、お酒や薬物がやめられず生活に支障をきたす、事故で頭を打ってから物忘れや怒りっぽくなった、ひきこもりが続いている等、ご本人やご家族の心の健康について、精神科医師・保健師が相談に応じます。

予約制ですので、相談を希望される方は保健所まで電話でご連絡ください。

対象者：石狩市民の方

内 容：精神科医、保健師等の個別相談（予約制）

料 金：無料

■予防接種について

おとなの予防接種等

健康推進課 72-6124

(厚田) 78-1033 (浜益) 79-2112

●インフルエンザ予防接種

対 象 者

1. 接種時に 65 歳以上の方
2. 接種時に 60～64 歳の方で、心臓、腎臓若しくは呼吸器の機能または、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障がいをする方

自己負担：1,000 円（生活保護世帯の方は無料）

時 期：毎年 10 月から 1 月末まで

【注意】認知症、知的障がい等により、家族や病院職員が丁寧に説明しても予防接種の効果・副反応・健康被害救済制度などについて理解できない場合や、接種希望の意思が確認できない場合は、予防接種法に定める定期予防接種の対象とはなりません。

●高齢者用肺炎球菌ワクチン予防接種（生涯 1 回限り）

対 象 者

1. 接種時に 65 歳の方
2. 接種時に 60～64 歳の方で、心臓、腎臓若しくは呼吸器の機能または、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障がいをする方

※上記 1、2 に該当していても、過去に自費・公費を問わず肺炎球菌ワクチンを接種されたことがある方は対象となりません。

自己負担：3,500 円（生活保護世帯の方は無料）

【注意】認知症、知的障がい等により、家族や病院職員が丁寧に説明しても予防接種の効果・副反応・健康被害救済制度などについて理解できない場合や、接種希望の意思が確認できない場合は、予防接種法に定める定期予防接種の対象とはなりません。

●風しん追加的対策事業（抗体検査・予防接種）※令和 6 年度までの時限措置

対 象 者：昭和 37 年 4 月 2 日から昭和 54 年 4 月 1 日生まれの男性
（抗体検査を受け抗体価が低い場合に、予防接種を実施）

自己負担：原則無料で抗体検査・予防接種のクーポン券を発行しますので、事前に健康推進課へお申し込みください。

クーポン券使用期限：令和 7 年 2 月末まで

■その他の保健事業について

結核住民検診

健康推進課 72-6124

(あつた中央クリニック) 78-2116 (浜益国保診療所) 79-3221

市内に居住する 65 歳以上の方を対象に、胸部 X 線撮影による結核検診を無料で実施します。日程は、お問合せください。

- 石狩地区～りんくる等集団検診
- 厚田区～あつた中央クリニック
- 浜益区～浜益国保診療所

エキノコックス症検診

健康推進課 72-6124

(厚田) 78-1033 (浜益) 79-2112

小学校 3 年生以上で過去 5 年間、この検診を受診していない方を対象に、市内医療機関で血液検査を無料で実施します。

特定疾患（難病）治療費公費負担

江別保健所 健康推進課保健係

011-383-2111

原因が不明で治療の方法が確立していない疾患（国及び道で指定した疾患）を対象に、治療費の公費負担を行います。病名や受給条件は、保健所にお問合せください。

エイズ（HIV 抗体検査と相談）

匿名による血液検査を毎月 1 回もしくは 2 回実施しています。検査の申し込みは、事前に電話で受け付けします。また、専用電話による相談を開設しています。

問合せ先 江別保健所

電話 011-383-3449



石狩市市章

石狩の頭文字「i」を型どりながら、同時に市民と、その連帯、伸びゆく未来を指さす手を表します。

また、全体では木、花、太陽を表現し、さらに石狩川と広がりゆく街を表現しています。

