保存版

令和７年度 沼津市保健ガイド【子ども】

【成人】は裏面にあります

生涯健康！笑顔で心豊かに暮らせるまち　ぬまづ

市ホームページ「健康・保健」▶

母子保健事業

妊娠・出産・子育てに関する相談に窓口・電話で応じます。
相談専用電話：055(951)3687　マミーズほっとステーションぬまづ（こども家庭センター）

事業		R7.4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	R8.1月	2月	3月	実施会場
母子健康手帳交付		交付手続きの詳細については、事前に市ホームページを確認のうえご来所ください。 月～金（祝日及び12/29～１/３は除く）８：30～16：30												保健センター及び戸田分館
パパとママの教室（申込制）		出産予定月R７．８～10月			出産予定月R７．11～R８．１月			出産予定月R８．２～４月			出産予定月R８．５～７月			保健センター 〒410-0881 沼津市八幡町97 TEL：055(951)3480
		20	18	22	6	3	7	5	9	7	18	8	1	
		27	25	29	13	24	28	19	16	14	25	15	8	
赤ちゃんDay		21	19	23	14	18	8	20	10	8	19	9	9	
		28	26	30	28	25	29	27	17	15	26	16	16	
すくすく育児教室（申込制）		R6.12生	R7.1生	R7.2生	R7.3生	R7.4生	R7.5生	R7.6生	R7.7生	R7.8生	R7.9生	R7.10生	R7.11生	
	１回目	24	8	5	17	14	18	2	6	18	22	12	19	
	２回目	30	29	26	31	28	25	30	27	22	29	26	23	
７か月児健康相談（個別案内）		R6.9生	R6.10生	R6.11生	R6.12生	R7.1生	R7.2生	R7.3生	R7.4生	R7.5生	R7.6生	R7.7生	R7.8生	
		8	13	10	1	5	2	7	11	2	6	3	3	
ステップアップ教室（申込制）		R6.6生	R6.7生	R6.8生	R6.9生	R6.10生	R6.11生	R6.12生	R7.1生	R7.2生	R7.3生	R7.4生	R7.5生	
		23	28	25	30	27	24	29	26	17	28	25	18	
１歳６か月児健康診査（個別案内）		R5.9生	R5.10生	R5.11生	R5.12生	R6.1生	R6.2生	R6.3生	R6.4生	R6.5生	R6.6生	R6.7生	R6.8生	
		9	14	11	2	6	3	8	12	3	7	4	4	
		16	21	18	9	20	10	15	19	10	14	18	11	
２歳児歯科健康診査（個別案内）		R5.1生	R5.2生	R5.3生	R5.4生	R5.5生	R5.6生	R5.7生	R5.8生	R5.9生	R5.10生	R5.11生	R5.12生	
		15	20	17	8	19	9	14	18	9	13	17	10	
３歳児健康診査（個別案内）		R4.3生	R4.4生	R4.5生	R4.6生	R4.7生	R4.8生	R4.9生	R4.10生	R4.11生	R4.12生	R5.1生	R5.2生	
		11	16	13	4	8	5	10	14	5	9	6	6	
		18	23	20	11	22	12	17	21	12	16	20	13	
５歳児健康診査（個別案内）※対象：R2.4.2生～R3.4.1生		R2.4生	R2.5生	R2.6生	R2.7生	R2.8生	R2.9生	R2.10生	R2.11生	R2.12生	R3.1生	R3.2生	R3.3生	
		10	15	12	3	7	4	9	13	4	8	5	5	
		17	22	19	10	21	11	16	20	11	15	19	12	
健康相談		乳幼児育児相談・身体計測・栄養（離乳食・幼児食）相談・電話相談を行います。 （※来所の場合は要予約）												保健センター及び戸田分館

定期予防接種

★予防接種対象者には、接種券を個別に通知します。

種類		対象者	接種券発送時期	接種開始月齢	最大有効期限（公費負担）	その他・注意事項
ロタウイルスワクチン	ロタリックス2回	令和７年２月生～令和８年１月生	生後２か月になる前月	生後２か月児（希望する場合は生後６週児から可）	生後24週まで	●予防接種の接種には接種券が必要となります。予防接種の種類により、最大有効期間（公費負担）が違いますので、接種券を確認し、接種を受けるようにしてください。 ●予防接種券を紛失した場合または転入し、予防接種が必要な場合は母子健康手帳と申請者の身分証明書を持って保健センターまでお越しください。 ●沼津市指定の医療機関外で接種を希望する人は、お手続きが必要になる場合があります。必ず接種前に保健センターへご連絡ください。
	ロタテック3回				生後32週まで	
小児肺炎球菌ワクチン	初回	令和７年２月生～令和８年１月生	生後２か月になる前月	生後２か月児	５歳の誕生日の前日まで	
	追加	令和６年４月生～令和７年３月生	１歳になる前月	１歳児		
B型肝炎ワクチン	３回	令和７年２月生～令和８年１月生	生後２か月になる前月	生後２か月児	１歳の誕生日の前日まで	
四種混合（百日せき・ジフテリア・破傷風・ポリオ）	１期追加	令和５年12月生～令和６年１月生	１歳４か月になる前月	１期初回（３回目）終了後１年～	７歳半になる日の前日まで	
五種混合（百日せき・ジフテリア・破傷風・ポリオ・ヒブ）	１期初回	令和７年２月生～令和８年１月生	生後２か月になる前月	生後２か月児		
	１期追加	令和６年４月生～令和７年３月生	１歳になる前月	初回（3回目）終了から6か月～		
BCG	１回	令和７年２月生～令和８年１月生	生後2か月になる前月	生後３か月児	１歳の誕生日の前日まで	
MR（麻しん・風しん混合）	１期	令和６年４月生～令和７年３月生	１歳になる前月	１歳児	２歳の誕生日の前日まで	
	２期	平成31年4月2日生～令和2年4月1日生	令和７年３月下旬	年長児（小学校就学１年前）	令和８年３月31日まで	
水痘（みずぼうそう）	２回	令和６年４月生～令和７年３月生	１歳になる前月	１歳児	３歳の誕生日の前日まで	
日本脳炎	１期初回	令和６年12月生～令和７年９月生	生後６か月になる前月	生後６か月児	７歳半になる日の前日まで	
	１期初回	令和４年４月生～令和６年11月生	令和７年４月末			
	１期追加	令和３年４月生～令和４年３月生	４歳になる前月	４歳児		
	２期	平成28年４月生～平成29年３月生	９歳になる前月	９歳児	13歳の誕生日の前日まで	
二種混合（ジフテリア・破傷風）	２期	平成26年４月生～平成27年３月生	11歳になる前月	11歳児	13歳の誕生日の前日まで	
日本脳炎（特例対象者）	１期及び２期	平成７年4月2日生～平成19年4月1日生	公費対象年齢内で希望する人	20歳未満までの間に、初回２回、追加１回、２期１回を接種		接種を希望する人は、母子健康手帳と申請者の身分証明書を持って、保健センターまでお越しください。
子宮頸がん予防ワクチン（2価・４価・９価）	２回または３回	平成24年4月2日生～平成25年4月1日生	令和７年３月下旬	中学１年生の女子	高校１年生相当の年度の末日（３月31日）まで	１回目の接種時に15歳未満の人が９価を選択した場合、２回で接種を完了することができます。
		平成25年4月2日生～平成26年4月1日生		小学６年生の女子		
		平成９年4月2日生～平成21年4月1日生 ※令和４年4月1日から令和７年3月31日までに1回以上接種している人	令和４年度までに発送済	（キャッチアップ接種経過措置）令和４年４月１日から令和７年３月31日までに１回以上接種している人に限り、残りの回数を令和８年３月31日まで公費で接種できます。		

●沼津市保健センター（健康づくり課）
〒410-0881 沼津市八幡町97
TEL：055 (951) 3480　FAX：055 (951) 5444
e-mail:kenkou@city.numazu.lg.jp

●戸田分館　〒410-3402 沼津市戸田916-2
TEL：0558 (94) 3970　FAX：0558 (94) 3938

沼津市子育てアプリ

予防接種、乳幼児健診、子育てに関する情報を提供するサービスです。（登録は無料）子育てに活用してください。

▲詳しくはこちら

モバイルサイトにアクセス！
https://numazu.city-hc.jp/
沼津市子育てアプリ　検索

保存版

令和７年度 沼津市保健ガイド【成人】

生涯健康！笑顔で心豊かに暮らせるまち　ぬまづ

市ホームページ「健康・保健」▶

各種健康診査　健診期間：6月9日(月)～10月31日(金)

●詳細については、６月１日号の広報ぬまづと同時配布の「特定健診・がん検診のご案内」、または市ホームページをご覧ください。

健診の種類		対象者 ※1	検査項目・注意事項	健診会場	健診料 ※2	無料クーポン等
特定健康診査		40歳以上の沼津市国民健康保険加入者	問診、身体計測、血圧・腹囲測定、尿検査、血液検査（血糖・脂質・肝機能等）、心電図、眼底検査等	個別：実施医療機関 集団：各健診会場	800円（今年度75歳になる人は無料）	
健康診査		後期高齢者医療制度加入者等			無料	
がん等の検診	肝炎ウイルス検診	過去に受診していない40歳以上の人	問診・血液検査	個別：実施医療機関 集団：各検診会場	1,400円	※3
	前立腺がん検診	50歳以上の男性			1,000円	
	大腸がん検診	40歳以上	問診・検便（免疫学的便潜血反応検査）		500円	
	胃がん検診	35歳以上	問診・バリウム服用後の胃部レントゲン検査	個別：実施医療機関	1,400円	
				集団：各検診会場	800円	
		昨年度内視鏡検査を受診していない50歳以上の人	問診・胃部内視鏡検査 ●バリウム検査と選択制です。	個別：実施医療機関	2,000円	
	乳がん検診	昨年度受診していない40歳以上の女性	問診・マンモグラフィ検査	個別：実施医療機関 集団：各検診会場	2,000円	※4
	子宮頸がん検診	20歳以上の女性	問診・内診・細胞診	個別：実施医療機関	頸部：1,000円 頸体部：1,700円	※4
				集団：各検診会場	頸部：800円	
	肺がん検診	40歳以上（喀痰検査：50歳以上・喫煙指数600以上の人）	問診・胸部レントゲン撮影・（喀痰検査） ●結核検診を受けた人は受診できません。	個別：実施医療機関 集団：各検診会場	800円 喀痰あり：1,000円	
結核検診		65歳以上	胸部レントゲン撮影 ●事業所・医療機関等で受診する人、肺がん検診を受けた人は受診できません。	集団：各検診会場	無料	

注意点

※１)対象者の年齢は、令和８年３月31日時点です。
※２)がん等の検診については、70歳以上の人は無料です。（胃がんの内視鏡検査を除く）
※３)〈節目年齢対象者〉
肝炎ウイルス検診は、無料です。
ただし、過去に受診していない人のみ対象です。

肝炎ウイルス検診

対象年齢及び生年月日	
41歳	昭和59年４月２日～昭和60年４月１日
46歳	昭和54年４月２日～昭和55年４月１日
51歳	昭和49年４月２日～昭和50年４月１日
56歳	昭和44年４月２日～昭和45年４月１日
61歳	昭和39年４月２日～昭和40年４月１日

※4)〈無料クーポン券対象者〉

子宮頸がん検診（頸部・女性のみ）

対象年齢及び生年月日	
21歳	平成16年４月２日～平成17年４月１日

乳がん検診（女性のみ）

対象年齢及び生年月日	
41歳	昭和59年４月２日～昭和60年４月１日

受診の際には「令和７年度沼津市健康診査受診券」が必要です。健診の対象になっている人全員に令和７年６月上旬に受診券を郵送します。**受診券が６月中旬までに届かない場合は、保健センターまでご連絡ください。**
なお、沼津市外へ転出した際は、使用できません。転入先で再度お手続きください。
年齢・性別・加入健康保険等により、受けられる健診の種類が違います。受診券が届きましたら対象となる健診の種類・健診料をご確認ください。

歯周病検診

対象：20歳以上　　検診料：無料
内容：歯周病検査（歯周ポケットの測定等）・むし歯の有無

沼津市保健センター　受付：９:00～11:15／13:00～15:15

7月	23(水)	24(木)	25(金)	8月	23(土)	9月	13(土)	10月	24(金)	25(土)	11月	22(土)	12月	13(土)

サンウェルぬまづ　受付：９:15～11:15／13:00～15:15

7月	28(月)	29(火)	30(水)

生活習慣病予防等保健事業

事業名等	開催日	対象	申込み	内容	実施会場
健康度測定	月～金 8:30～17:15 ※開催除外日がありますのでお問い合わせください。	20歳以上の人	要予約	骨密度、体組成（体脂肪率・内臓脂肪レベル・筋肉量・基礎代謝量等）の測定と結果説明を行います。※骨粗しょう症の治療中の人は主治医へご相談ください。	保健センター
生活習慣病栄養相談			・来所による相談は、要予約 ・電話による相談は、随時受付	来所及び電話による生活習慣病予防に関する栄養相談を行います。 対象：糖尿病・脂質異常症・高血圧症・肥満等の心配があり、食事改善を希望する人	
健康相談				来所及び電話による健康（体とこころ）、禁煙、健診結果等に関する相談を行います。	保健センター及び戸田分館
健康づくり出張講座	申込者が希望する日時	概ね20～64歳までの10人以上のグループ・団体	開催希望日の１か月前までにお申込みください。	保健師等が出張し、生活習慣病予防や女性の健康など、健康づくりに関する講話や運動等を行います。詳細はお問い合わせください。	市内公民館等
特定保健指導	通知に記載（それ以外はお問い合わせください。）	40歳以上の国民健康保険加入者で、特定健康診査の結果「動機付け支援」「積極的支援」に該当した人	要予約	特定健康診査の結果、腹囲又はBMIと脂質、血糖、血圧が基準値を超えた人に生活習慣改善のための保健指導を行います（脂質、血糖、血圧の服薬者は除く）。対象者には通知をお送りします。	保健センター（家庭訪問での指導も実施します。）

定期予防接種

★予防接種対象者には、接種券を個別に通知します。

種類	実施月	対象者	接種券発送時期	その他・注意事項
インフルエンザ、新型コロナ（一部公費負担）	令和７年10月上旬～令和８年３月31日まで	①満65歳以上の人	９月下旬および満65歳の誕生日の数日前	●詳細は９月15日号の広報ぬまづと同時配布の「インフルエンザ・新型コロナ予防接種のお知らせ」をご覧ください。
		②満60歳以上64歳の人で、国が認める人	希望する人は、保健センターにご連絡ください。	
高齢者肺炎球菌（一部公費負担）	令和７年４月１日～令和８年３月31日まで	①満65歳の人 ※66歳の誕生日の前日まで。ただし過去に一度も接種していない人 ②満60歳以上64歳の人で、国が認める人	65歳になる月の月末	≪注意≫ ●生涯一度の公費補助 ●脾臓摘出手術を受けている人は、保険適応で接種できます。
帯状疱疹（一部公費負担）	令和７年４月１日～令和８年３月31日まで	令和７年度の詳細については、国からの情報提供があり次第、広報等にてお知らせします。		

その他　予防接種助成制度

★申請が必要です。詳細については市ホームページをご覧ください。

制度	概要
成人の風しん及び麻しん・風しん混合ワクチン費用の一部助成	《対象者》風しんの抗体価の低い妊娠を希望する女性とその同居者及び妊婦の同居者 ※抗体検査については県が無料で実施している制度があります。詳細は県ホームページをご確認ください。
小児がん患者等ワクチン再接種費用助成	《対象者》骨髄移植手術その他の特別の理由により、接種が済んでいる定期予防接種の予防効果が期待できないと医師に判断されていて再接種を希望する人のうち、18歳未満の人。※再接種前に、保健センターにご相談ください。
長期療養を必要とする疾病にかかった者等の定期接種に関する特例措置	長期にわたる重篤な疾患にかかっていたなどの理由から接種券の有効期限内に接種ができなかったとき、一定の要件を満たせば、期間対象外であっても定期予防接種として接種を受けることが可能な場合があります。※接種前に、保健センターにご相談ください。
帯状疱疹ワクチン接種費用助成	《対象者》令和７年４月１日以降、50歳以上の市民で帯状疱疹の予防接種を希望する人 ※帯状疱疹ワクチンの定期予防接種をした人は対象外です。公費助成が受けられるのは生涯１回限りとなります。

駐車場の台数に限りがありますので、健診等で駐車場の混雑が予想されるときは、なるべく公共交通機関等の利用にご協力ください。

◉裏面もご覧ください。

●沼津市保健センター（健康づくり課）　TEL：055(951)3480　FAX：055(951)5444　e-mail:kenkou@city.numazu.lg.jp
●戸田分館　TEL：0558(94)3970　FAX：0558(94)3938