



健康・健診

各種検診

健康診査・がん検診など

問 長野市保健所健康課(若里六丁目) TEL 226-9962

▶ がん検診など

健診名	内容		対象者	料金	受診期間・受診場所
大腸がん	問診、便潜血反応検査(2日法)		今年度40歳以上の人	440円	6月～10月 実施医療機関
胃がん検診	ど の い ち か を 選 択	問診、胃内視鏡検査(予約制)	今年度50歳以上かつ 偶数年齢の人	3,000円 (今年度50歳の方は1,500円)	6月～1月 実施医療機関
		問診、胃部エックス線撮影(バリウム、予約制)	今年度40歳以上の人	1,200円	6月～10月 地区実施会場
肺がん・結核 検診	ど の い ち か を 選 択	胸部エックス線撮影	今年度40歳以上の人	無料	6月～10月 地区実施会場 (検診車が各地を巡回)
		かくたん細胞診(希望者)		500円	
		低線量胸部CT検査(予約制)	今年度40歳～74歳の人	4,000円	7月～11月 保健センターなど
乳がん検診	ど の い ち か を 選 択	超音波検査	今年度30歳以上の女性	1,200円	7月～11月 実施医療機関
		マンモグラフィ検査			
子宮頸(けい) がん検診	問診、視診、細胞診		今年度20歳以上の女性	1,500円	5月～2月 実施医療機関
前立腺がん 検診	問診、血液検査(予約制)		今年度50～74歳の男性	1,700円	6月～12月 保健センターなど
肝炎ウイルス 検診	問診、血液検査		過去に肝炎ウイルス検診 を受診したことがなく、今 年度40歳以上で特定健診 などと同時に受診する人	800円	6月～10月 実施医療機関
骨粗しょう症 検診	問診、骨量測定		今年度満40、45、50、 55、60、65、70歳の女性	1,000円	6月～2月 実施医療機関
歯周疾患検診	歯周病・むし歯などの検診、歯科保健指導		今年度20、30、40、50、 60、70歳の人	500円 (70歳の方は無料)	6月～1月 実施医療機関 (歯科医院・診療所)

※受診日において満70歳以上の人または障害認定により後期高齢者医療制度の適用を受ける70歳未満の人(胃内視鏡検査は除く)、市税非課税世帯の人(事前手続きが必要)、生活保護受給者(事前手続きが必要)、特定中国残留邦人等支援給付受給者は、検診料が無料です(大腸がん検診は除く)。

※歯周疾患検診については対象者へ個別に通知します。 ※一部の地区(戸隠・鬼無里・大岡・信州新町・中条)は、検診場所等異なります。

< 広告 >

放射線科・内科
磯村クリニック

診療時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
9:00 ～ 12:30	●	●	●	●	●	●	/
16:00 ～ 18:00	●	●	/	●	●	/	/

※初診の方の受付は、午前午後とも診療終了時間の30分前までにされますようお願いいたします。

休診日 水曜午後、土曜午後、日曜、祝日

〒380-0833 長野市鶴賀権堂町2215-3 (大通りエムティービル1F)
TEL 026-234-8282 FAX 026-234-8383

【診療科目】 放射線科・内科

乳がん検診
(マンモグラフィ・超音波検査)

肺がんCT検診

磯村クリニック 長野市

当院の詳しい情報はホームページをご覧ください。

健康診査

受診方法・日程など、詳しくは広報ながの5月号と同時配布の「各種検診のご案内」をご覧ください。

内容 長野市国保特定健診・後期高齢者健診に準じる

対象者 今年度40歳以上で医療保険未加入の生活保護受給者・特定中国残留邦人等支援給付受給者

料金 無料

受診場所 実施医療機関

※受診券の申請手続きが必要です。

●申請先：生活支援課(第二庁舎3階)

TEL 224-7529

特定健診など

問 国保・高齢者医療課健診担当(第一庁舎2階)

TEL 224-7241

30歳代の国保健診・長野市国保特定健診・後期高齢者健診

受診方法・日程など、個別に郵送する受診券をご覧ください。

内容 ●基本的な健診の項目：問診、診察、身体計測、血圧測定、尿検査、血液検査、心電図検査

●詳細な健診の項目：眼底検査

※30歳から74歳の人で健診の結果に基づき、医師が必要と認めた場合に実施

対象者 ●長野市国民健康保険加入者で今年度30歳以上の人

●後期高齢者医療制度に加入している人

料金 1,000円

※後期高齢者健診は無料、また今年度70歳以上の人、市民税非課税世帯の人は無料

受診場所 実施医療機関 ※一部地域は集団健診も実施

※長野市国保特定健診、30歳代の国保健診、後期高齢者健診受診対象者には、健診開始日までに本人宛てに受診券を送付します(4月中旬以降に国保に加入した方は手続きが必要です)。

●申請先：国保・高齢者医療課健診担当(第一庁舎2階)

TEL 224-7241

※社会保険などの被扶養者の健診については、各医療保険者にお問い合わせください。

※健診結果が特定保健指導(積極的・動機付け支援)に該当した場合は、ご案内をお送りします。

健康カレンダー・各種検診のご案内

乳幼児健診・予防接種・各種検診や相談などのお知らせが掲載された「健康カレンダー」「各種検診のご案内」を毎年全戸配布しています。1年間の日程が掲載されていますので、大切に保管してお使いください。



健康・健診

〈 広告 〉



医療法人 伊勢宮胃腸外科
伊勢宮腎臓内科クリニック

内科・腎臓内科・糖尿病内科・外科・消化器内科・消化器外科

当院で各種検査が
受けられます



超音波検査



胃/大腸カメラ



CT検査

各種検診を
承っています

健康診断

特定健診

人間ドック

長野市伊勢宮1-23-1



026-224-8877

市外局番は 026 です

各種相談・健康教室

問 長野市保健所健康課(若里六丁目)

①・⑤・⑥ TEL 226-9963 ②～④・⑧ TEL 226-9961

長野市保健所食品生活衛生課(若里六丁目)

⑦～⑩ TEL 226-9965 ⑪～⑭ TEL 226-9964

長野市保健所総務課(若里六丁目)

⑮・⑯ TEL 226-9970

⑰・⑱ TEL 226-9941

各種相談

保健師、管理栄養士、歯科衛生士、看護師、精神保健福祉士、薬剤師などが相談に応じます。

日程、詳しい場所などについては「健康カレンダー」、「広報ながの」などをご確認ください。

番号	相談名	相談内容	相談日時・場所など
①	健康・育児相談	健康や育児に関すること	午前9時30分～午前11時 保健センター 保健センターによって相談できる曜日が異なります。詳しくは保健センターへお問い合わせください。
②	健康・食生活相談	健康維持・増進(生活習慣病予防・たばこ相談など)に関すること や、食事(離乳食や子どもの食事、疾病予防など)に関すること	予約制 月1回 午前9時～午前11時 保健センター 保健センターへお申し込みください。
③	栄養相談	健康維持や疾病予防のための食事や栄養に関すること	電話相談 随時
④	歯科相談	むし歯や歯周病予防、歯のみがき方、飲みこみ、かむことなどの相談	予約制 市保健所または保健センター 相談日などは市保健所または保健センターへお問い合わせください。
⑤	不妊・不育症相談	不妊・不育症に関すること	面接相談 予約制 毎月1回 午後1時～午後4時 電話相談 随時
⑥	思春期保健相談	思春期における体の変化、性に関する悩み、心の問題など	電話相談 随時
⑦	難病研修・交流会	医療講話や座談会 患者、家族間の情報交換など	「広報ながの」や市ホームページなどで随時お知らせします。
⑧	難病医療相談	病気や医療について日頃不安に思っていることなど	面接相談 予約制(専門医師) 年数回 午後1時～午後4時の間の30分程度
⑨	難病療養相談	療養生活について日頃不安に思っていることなど	面接相談 予約制 電話相談 随時
⑩	精神保健相談	精神に関する病気、こころの悩み、引きこもり、アルコール関連問題、出産後のこころの健康など	面接相談 予約制(専門医師) 毎月2～3回 午後、一人40分程度 市保健所 面接相談 予約制 市保健所または保健センター 電話相談 随時 市保健所または保健センター こころの相談専用電話 TEL 227-4455 平日 午前9時30分～午後4時

〈広告〉

ウィッグから自分の髪へ
自信を育てるヘアサポート
ヘアメイク フレア flare

どこに相談する?
外すタイミングはいつ?
違和感なく外すには?

抗がん剤治療後に生えてきた
クセ髪どうすればいいかな?

まずはお電話か公式ラインで、
お気軽にお問い合わせください。

☎026-224-3502

📍長野県長野市南長野新田町1144-4
ラトール新田1F



認知行動療法・ゲシュタルト療法・交流分析・自律訓練法・EMDR・SE療法・TFT

心理カウンセリング

お一人で悩まずにまずご相談ください。

対人緊張、不安、出社拒否、不登校、確認や繰り返す癖、
うつ気分、夫婦家族の問題、トラウマ処理、発達の問題、
ストレスからくる体調不良、パニック、その他

創立53年 ●指導時間/午後1:00～7:00●定休日/日曜、祝日

長野パーレック
(Nagano Personality Reformation Center)

心理相談室 顧問 Dr.阿部聡 公認心理師 沼田 真理

完全予約制 秘密厳守

予約・問合せ まずは、電話予約下さい。

フリーダイヤル (ニッコリ) ナ ヤ ミ ナ シ ▼ホームページ
0120-278374

TEL026(278)5294 <https://www.nagano-perec.com>
〒380-0835 長野市新田町1458 メソソフォンテヌ3F



番号	相談名	相談内容	相談日時・場所など	
⑪	エイズ・性感染症相談	HIV検査・性器クラミジア検査・梅毒検査・淋菌(りんきん)検査(無料・匿名)、エイズ・性感染症などの相談	血液検査など	予約制 毎週火曜日 午前9時～午前10時40分 毎月第1火曜日 午後4時50分～午後6時30分
			電話相談	エイズホットライン TEL 226-9966 平日 午前8時30分～午後5時15分
⑫	肝炎ウイルス検査	B型およびC型肝炎ウイルスの検査(無料)、相談	血液検査	予約制(受検要件あり) 毎月第4水曜日 午後1時30分～午後3時
			電話相談	随時
⑬	風しん抗体検査	風しん抗体検査(無料)、相談	血液検査	予約制(受検要件あり) 毎月第4水曜日 午後1時30分～午後3時
⑭	結核に関する相談	病気や医療についての相談	電話相談	随時
⑮	覚醒剤等薬物乱用に関する相談	覚醒剤、向精神薬、危険ドラッグなどの薬物乱用を未然に防ぐための相談、薬物依存による家族の悩みなどの相談	電話相談	随時
⑯	食品衛生相談	食中毒予防や食品表示など食品衛生に関する相談	電話相談	随時
			窓口相談	
⑰	医療相談 (医療安全支援センター)	医療に関する疑問や不安などについての相談	面接相談	予約制 TEL 226-6000
			電話相談	医療相談専用 TEL 226-6000 受付時間 平日 午前8時30分～午後4時30分

健康教室

番号	相談名	相談内容	相談日時・場所など
⑱	各種健康教室	生活習慣病予防のための健康教室、2歳児フツ化物塗布、その他健康に関する各種教室を開催します。	開催日などは健康課(Tel 226-9961)か保健センターへお問い合わせください。
⑲	子どもの急病対応講座	お子さんの急病の対応方法などを小児科医の先生がお話します。	「広報ながの」などでお知らせします。



健康・健診

ながの百景



つつじ山公園



春の立ヶ花橋の眺め