



令和7年度版

またあまた 健康ガイド (成人保健)

二次元バーコードを
読み込むと市ホーム
ページでも見ること
ができます。

各ページの下に
小学6年生162名から
選ばれた30点の健康標語
を掲載しています。
テーマ：メディアとの
付き合い方と生活リズム



成人保健に関わるページは
こちらから項目をチェックし
ご覧ください。

お問い合わせ

北秋田市保健センター
【医療健康課】

健康推進係

☎0186-62-6666

地域医療対策室

☎0186-62-6626

〒018-3315 北秋田市宮前町9番69号
開館時間 8:30~17:15
※土日・祝日・年末年始はお休みです。



成人検診・健康診査 P1~

成人健(検)診受診方法P1/ドックP2/年齢早見表P3
特定健診・後期高齢者健診・さわやか健診P4
がん検診P5~/集団健(検)診日程P7・P8/女性の検診P9
がん補正具P10



歯の健康 P11

成人歯周病検診・高齢者歯科口腔健診・7520認定



こころの健康 P13~

いのちのこころの個別相談P13/ホッとあい訪問P13
ふれあい相談員サロンP14



介護予防・健康教室 P12/15~

自分測定日・市民ウオークP12
フレイル健診・予防教室P15
その他の介護予防教室P16
食生活改善推進員募集P17



おとなの予防接種 P18~

費用を助成している予防接種P18/带状疱疹ワクチン
P19/実施医療機関P20



成人検診・健康診査

受診の流れ

- ※ 同じ健(検)診を年に2回以上受診することはできません。
- ※ 健(検)診結果は市に報告されます。

集団健(検)診



※保健センターや各地区公民館等で行う健(検)診です。

医療機関での健(検)診

※かかりつけ医等の指定医療機関で行う健(検)診です。

予約の有無を確認

不要



平日の以下の健(検)診は、
直接会場にいらしてください。

- 特定健診・後期高齢者健診
- さわやか健診
- 肺がん検診
- 大腸がん検診
- 前立腺がん検診
- 胃がん検診
- 肝炎ウイルス検診
- 子宮頸がん検診
- 骨粗しょう症検診



<https://ttzk.graffier.jp/city-kitaakita/smart-apply/apply-procedure-alas/kenshin>

必要



- ホリデー健(検)診
- 秋の追加健(検)診
- 乳がん検診

→電話、窓口の他、
WEBでご予約
ください。

WEB予約
二次元バーコードを
読み取りいただくか
下のURLを入力し
ご予約下さい。
24時間予約可能です。

必要



医療機関に事前の予約が必要です

- 特定健診・後期高齢者健診・詳細は P4
- 胃がん検診・・・・・・・・・・詳細は P6
- 子宮頸がん検診・・・・・・・・・・詳細は P9
- 乳がん検診・・・・・・・・・・詳細は P9
- 成人歯周病検診・・・・・・・・・・詳細はP11
- 高齢者歯科口腔健診・・・・・・・・・・詳細はP11

健(検)診を受診

健(検)診当日の持ち物

- マイナ保険証・資格確認書等
- 成人健(検)診受診券 (北秋田市国民健康保険、後期高齢者医療制度加入の方にのみ送付しています。)
- 検診料金 (北秋田市国民健康保険・後期高齢者医療制度に加入している方、生活保護受給者の方、市民税非課税世帯の方は無料です。)
- 健康手帳 (お持ちでない方には集団健診の会場、または事前に保健センターにて発行します。)
- 生活保護受給者の方は「受給者証」
- 市民税非課税世帯の方は「証明書※」をご持参いただくと検診料金は無料です。(国保・後期の方は不要)
※非課税世帯証明書は、税務課、各窓口センターで発行してもらい検診会場にご持参ください。発行手数料は無料です。



結果通知を確認

約1～2か月後に郵送で結果を通知します。

成人歯周病検診・高齢者歯科口腔健診は実施医療機関において結果をお伝えします。

北秋田市ドック（国保ドック・長寿ドック・脳ドック）

注意事項

- 1、ドックの重複受診は不可。
- 2、国保ドック・長寿ドックは、基本的な検査・胃・大腸・肺がん等検診のすべての項目を受けていただける方に限り、受付可能。

国保ドック	長寿ドック	脳ドック
【対象】 国民健康保険加入の40歳～74歳の方 （年齢は令和8年3月末での年齢） 【定員】 北秋田市民病院100人 秋田県総合保健センター50人 【助成額】 9,000円～ 【受診期間】 令和7年5月～11月末日	【対象】 後期高齢者医療制度加入の方 【定員】 北秋田市民病院25人 【助成額】 9,000円～ 【受診期間】 令和7年5月～11月末日	【対象】 加入保険制限なく40歳～74歳の方 （年齢は令和8年3月末での年齢） ただし、助成は5年に1回 【定員】 4医療機関合わせて50人 【助成額】 20,000円 【受診期間】 令和7年5月～11月末日
①北秋田市民病院 ☎62-7010（保健福祉活動室） 自己負担額：6,500～16,000円	①北秋田市民病院 ☎62-7010（保健福祉活動室） 自己負担額：10,000円前後	①秋田県立循環器・脳脊髄センター （秋田市） ☎018-833-0115 自己負担額：16,670円
②秋田県総合保健センター（秋田市） ☎018-831-2013 自己負担額：15,000円前後		②能代厚生医療センター（能代市） ☎0185-52-3111 自己負担額：21,250円
どなた様もこちらをご確認ください		
国保ドック	オプション検査については、受診日を予約する際に医療機関へお問い合わせください。自己負担額は、年齢や性別で異なりますのでご了承ください。	
長寿ドック		
脳ドック	検査内容やコースの詳細については、希望する医療機関のホームページをご覧になるか、医療機関にお問い合わせください。	
③石田脳神経外科クリニック（大館市） ☎0186-44-6600 自己負担額：Aコース25,000円 Bコース15,000円		
④久保脳神経外科クリニック（大館市） ☎0186-59-6655 自己負担額：一般コース10,000円 ミニコース 5,000円		
申し込み期間 4月3日（木）9：00～4月30日（水）17：15 医療健康課 ☎62-6666 ※定員になり次第締め切ります		
①希望するドックの種類 ②お名前 ③生年月日 ④住所 ⑤連絡先 ⑥加入の健康保険		
「決定通知書」が届いてから受診日を予約		
医療健康課に申し込み後、10日程度で「決定通知書」をご自宅へ送付します。 内容に間違いがなければ、ドックの受診先医療機関に受診日予約の電話をしてください。 「決定通知書」が届いていないと、医療機関に連絡しても受付できませんのでご注意ください。		
ドックを受診し、自己負担分を医療機関窓口で支払		
自己負担額は、年齢や性別により異なります。		
医療機関から届く結果通知を確認		

年齢別検診早見表

<早見表の見方>

○印は、受けられる検診です。

●印は、検診費無料対象です。

掲載ページ		P5			P6		P9-10			P11
検診項目		肺がん	大腸がん	前立腺がん(男)	胃がん	肝炎ウイルス	子宮・超音波(女)	乳がん(女)	骨粗しょう症(女)	歯周病
検診方式		集団検診	集団検診	集団検診	集団検診 医療機関	集団検診	集団検診 医療機関	集団検診 医療機関	集団検診	医療機関
料金		400円	700円	700円	1,400円	900円	1,700円	1,500円	800円	1,500円
20～39歳	昭61/4/1～平18/3/31生						○/● 無料年齢あり(P9)			○ 20歳・30歳
40歳	昭60/4/1～昭61/3/31	○	○		○	○	○	●	○	○
41歳	昭59/4/1～昭60/3/31	○	○		○					
42歳	昭58/4/1～昭59/3/31	○	○		○		○	●	○	
43歳	昭57/4/1～昭58/3/31	○	○		○					
44歳	昭56/4/1～昭57/3/31	○	○		○		○	●	○	
45歳	昭55/4/1～昭56/3/31	○	○		○				○	○
46歳	昭54/4/1～昭55/3/31	○	○		○		○	○	○	
47歳	昭53/4/1～昭54/3/31	○	○		○					
48歳	昭52/4/1～昭53/3/31	○	○		○		○	○	○	
49歳	昭51/4/1～昭52/3/31	○	○		○					
50歳	昭50/4/1～昭51/3/31	○	●	○	●		○	○	○	○
51歳	昭49/4/1～昭50/3/31	○	●	○	○					
52歳	昭48/4/1～昭49/3/31	○	●	○	●		○	○	○	
53歳	昭47/4/1～昭48/3/31	○	●	○	○					
54歳	昭46/4/1～昭47/3/31	○	●	○	●		○	○	○	
55歳	昭45/4/1～昭46/3/31	○	○	○	○				○	○
56歳	昭44/4/1～昭45/3/31	○	○	○	●		○	○	○	
57歳	昭43/4/1～昭44/3/31	○	○	○	○					
58歳	昭42/4/1～昭43/3/31	○	○	○	●		○	○	○	
59歳	昭41/4/1～昭42/3/31	○	○	○	○					
60歳	昭40/4/1～昭41/3/31	○	○	○	○		○	○	○	○
61歳	昭39/4/1～昭40/3/31	○	○	○	○					
62歳	昭38/4/1～昭39/3/31	○	○	○	○		○	○	○	
63歳	昭37/4/1～昭38/3/31	○	○	○	○					
64歳	昭36/4/1～昭37/3/31	○	○	○	○		○	○	○	
65歳	昭35/4/1～昭36/3/31	○	○	○	○				○	○
66歳	昭34/4/1～昭35/3/31	○	○	○	○		○	○	○	
67歳	昭33/4/1～昭34/3/31	○	○	○	○					
68歳	昭32/4/1～昭33/3/31	○	○	○	○		○	○	○	
69歳	昭31/4/1～昭32/3/31	○	○	○	○					
70歳	昭30/4/1～昭31/3/31	○	○	○	○		○	○	○	○
71歳	昭29/4/1～昭30/3/31	○	○	○	○					
72歳	昭28/4/1～昭29/3/31	○	○	○	○		○	○		
73歳	昭27/4/1～昭28/3/31	○	○	○	○					
74歳	昭26/4/1～昭27/3/31	○	○	○	○		○	○		
75歳	昭25/4/1～昭26/3/31	●	●	●	●					●
76歳以上	昭25/3/31以前	●	●	●	●		偶数歳	偶数歳		●

特定健康診査・後期高齢者健康診査

対象者	【特 定 健 診】 40歳以上の北秋田市国民健康保険加入者 【後期高齢者健診】 後期高齢者医療制度に加入の北秋田市民の方 【一 般 健 診】 40歳以上の生活保護受給者（集団健診のみ）			医療機関で治療中の方も健康診査の対象です。 かかりつけ医へ受診券を持参し、年に1度は受診しましょう。
健診項目	●問診、計測（身長、体重、腹囲※75歳以上は腹囲なし） ●診察 ●血圧測定 ●尿検査 ●血液（脂質、血糖、肝機能、クレアチニン、尿酸、 <u>アルブミン検査</u> ） ↓ 集団健診またはドックで、75歳以上の方に実施 ○☆貧血検査 ○☆心電図検査 ○眼底検査 ●共通項目 ○集団健診、ドックを受診した40、50、60歳の節目年齢の方。医療機関受診の場合は、医師判断対象者のみ。 ☆さわやか健診を受診した方のみ			
受診方法 （いずれかひとつ）	①集団健(検)診（無料） ホリデー健診、秋の追加健診は要予約。 日程表を確認のうえ受診ください。（P7参照） ②ドック（自己負担額あり） 北秋田市民病院と秋田県総合保健事業団 で受診できます。（P2参照） ③医療機関での受診（無料） （令和7年12月末まで） 県内の実施医療機関で受診できます。 市内医療機関は 右表を参照 。	市内医療機関 北 秋 田 市 民 病 院 （ 保 健 福 祉 活 動 室 ） 国 民 健 康 保 険 合 川 診 療 所 市 立 阿 仁 診 療 所 市 立 米 内 沢 診 療 所 あ じ み ね 内 科 医 院 う え だ ク リ ニ ッ ク 遠 藤 ク リ ニ ッ ク 児 玉 内 科 ク リ ニ ッ ク た む ら 内 科 ク リ ニ ッ ク 奈 良 医 院	電話番号 62-7010 78-3161 82-2351 72-4501 67-7035 60-1055 63-0515 69-7311 63-2700 62-1146	
その他	・協会けんぽ等（北秋田市国民健康保険 以外 の健康保険）に加入している被扶養者については、保険者発行の「 特定健康診査受診券 」をお持ちいただくと、市の集団健(検)診会場で特定健診を受診できます。詳細は、加入先の健康保険組合にお問い合わせください。 ・国では40～74歳までの国民健康保険加入者に通院の有無を問わず特定健診を行うよう定めています。現在、医療機関で治療中の方は、かかりつけ医を通し検査結果をご提供いただくことで、健診を受けたとみなすことができます。主治医にご相談ください。			

さわやか健康診査

対象者	20歳～39歳までの方で職場等で健診を受ける機会のない方	料金	無料
健診項目	・問診 ・計測（身長、体重、腹囲） ・診察 ・血圧測定 ・尿検査 ・血液（脂質、血糖、肝機能、クレアチニン、貧血、尿酸） ・心電図		
受診方法	・集団健(検)診のみ（P7参照） ・ホリデー健診、秋の追加健診は要予約（医療健康課 ☎62-6666 平日8：30～17：15） ※WEB予約はできません		
その他	・加入している健康保険に関わらず受診できます。 ・お勤め中の方でさわやか健康診査を受診する方は、マイナ保険証・資格確認書等のみで受診できます。		

肺がん・大腸がん・前立腺がん検診

肺がん等検診（集団検診）	対象者	今年度40歳以上の方	検査内容	問診、胸部エックス線検査 喀痰細胞診（必要と認められた方）	料金	400円
	注意	＜他の検診を受ける際の注意事項＞ - 胃がん検診を朝に受けた後、同じ日の日中に肺がん等検診は受診出来ません。（バリウムの影響で正しく判定できないため） ＜服装＞ - 無地のTシャツ1枚での撮影をお勧めします。 良い例  無地のTシャツ〇 このような付属物、洋服の場合は撮影ができません  飾り×  プリント×  刺繍×  湿布・磁気治療器×				

妊娠中の方、妊娠の可能性のある方は検査できません。



65歳以上の方に結核検診が義務付けられていますが市では、40歳から実施しています。



大腸がん検診（集団検診）	対象者	今年度40歳以上の方	検査内容	問診（封筒に記入）、 免疫便潜血検査（2日法）	料金	700円
	無料対象	50～54歳の方（令和8年3月31日の年齢）				
	受付期間	検診会場以外での受付は次のとおりです。期間中に間に合うよう、採便してください。 春の受付期間： 4月14日（月）～ 6月19日（木） 秋の受付期間： 10月14日（火）～10月24日（金） 受付場所： 北秋田市保健センター窓口（平日 8：30～17：15）				
	容器について	- 昨年度の大腸がん検診受診者には容器を送付します。 - 容器が必要な方には、次の場所でお渡しします。 配布場所：北秋田市保健センター、各総合窓口センター、各出張所 配布時間：平日 8：30～17：15（※各出張所は9：00～13：00まで）  問診を忘れずに記入しましょう				
注意		繰り返し精密検査になる方は、医療機関の受診をお勧めします。				

前立腺がん検診（集団検診）	対象者	今年度50歳以上の男性	検査内容	問診、血液検査（PSA検査） ※血液中の腫瘍マーカーの数値を測定する検査	料金	700円
	注意	- 泌尿器科で治療中・経過観察中の方は、検診対象外となります。 - 繰り返し精密検査になる方は、医療機関の受診をお勧めします。				

胃がん・肝炎ウイルス検診

胃がん検診 (集団検診・医療機関)	対象者	今年度40歳以上の方	検査内容	問診、胃部エックス線検査	料金	1,400円
	無料対象	50.52.54.56.58歳の方 (令和8年3月31日の年齢)				
	受診方法	①集団検診 ②医療機関 実施期間：5月～12月末 医療機関：北秋田市民病院 予約先：保健福祉活動室 ☎62-7010 予約受付時間：10:00～15:30 ※Web予約が可能。詳細は病院ホームページへ				
	注意	《食事について》 ・前日の21時以降、禁食・禁煙になります。(アメ・ガム・タバコも禁止) 《水分摂取について》 ・水・白湯は、検査2時間前までコップ1杯(約200ml)の摂取が可能です。 《他の検診を受ける際の注意》 ・胃がん検診の後、数日間は肺がん等検診、大腸がん検診を受診できません。 (バリウムの影響で正しく判定できないため) 《服装》 ・無地のTシャツ1枚での撮影をお勧めします。 良い例  無地のTシャツ〇 このような付属物、洋服の場合は撮影ができません  金具× ボタン× ネックレス× 飾り× プリント× 刺繍× 湿布・電気治療器× ※次に該当する方は、医療機関での受診をお勧めします。 ①便秘症の方(検査日の時点で3日以上排便のない方) ※妊娠中の方、妊娠の可能性のある方は検査できません。 ②自力で立位保持が困難な方 ③食事がよく、むせる方 ④体重130kg以上の方 ⑤繰り返し精密検査になる方				
	その他の検査	ピロリ菌検査(血液検査) ※ピロリ菌検査済の方、除菌済の方、胃疾患治療中の方は対象外 対象：40歳～59歳で、ホリデー・秋の追加日程で胃がん検診を受診する方 料金：無料 胃内視鏡検査 ※過去に受診済の方は対象外 対象：50.52.54.56.58歳の方 (令和8年3月31日の年齢) 詳細は、対象者へ通知します。				
肝炎ウイルス検診 (集団検診)	対象者	今年度40歳の方のみ	検査内容	問診、血液検査	料金	900円
	その他	40歳の方 限定の検査です  肝炎の危険がないか調べることで、慢性肝炎による肝硬変や肝がんの予防につなげます。				

集団健(検)診日程

- おすまいの地区にかかわらずどの会場でも受診できます。
午前は混雑することが多く、午後の方が比較的スムーズに受診できます。
- 「ホリデー健(検)診」「秋の追加健(検)診」の受診をご希望する方は**事前予約**が必要です。



特定(さわやか/後期高齢者)健診/肺がん/大腸がん/前立腺がん/肝炎ウイルス検診

月 日	受付時間	会 場	月 日	受付時間	会 場
4月14日（月）	9:30-10:30	森 吉 公 民 館	5月7日（水）	9:30-10:30	南鷹巣交流センター
	13:30-14:30			13:30-14:30	舟 場 自 治 会 館
4月15日（火）	9:30-10:30	森 吉 庁 舎	5月8日（木）	9:30-10:30	栄 公 民 館
	13:30-14:30	浦田交流センター		13:30-14:30	北秋田市交流センター
4月16日（水）	9:30-10:30	前 田 公 民 館	5月9日（金）	9:30-10:30	沢 口 公 民 館
	13:30-14:30			13:30-14:30	七 日 市 公 民 館
4月17日（木）	9:30-10:30	阿 仁 保 健 セ ン タ ー	ホリデー健（検）診 5月10日（土）	7:00-8:30	北秋田市保健センター   
	13:30-14:30				
4月18日（金）	10:00-11:00	大 阿 仁 出 張 所	5月12日（月）	9:30-10:30	北秋田市保健センター
	13:30-14:30			13:30-14:30	
4月21日（月）	9:30-10:30	森 吉 公 民 館	5月13日（火）	9:30-10:30	北秋田市保健センター
	13:30-14:30	合 川 公 民 館		13:30-14:30	
4月22日（火）	9:30-10:30	合 川 公 民 館	5月14日（水）	9:30-10:30	コ ム コ ム
	13:30-14:30			13:30-14:30	
4月23日（水）	9:30-10:30	合 川 庁 舎	【秋の追加健（検）診】		
	13:30-14:30				
4月24日（木）	9:30-10:30	上 杉 会 館			
	13:30-14:30	坊 沢 公 民 館			
4月25日（金）	9:30-10:30	綴 子 公 民 館			
	13:30-14:30				
			10月19日（日）	7:00-8:30	北秋田市保健センター   
			10月20日（月）	7:00-8:30	
			10月21日（火）	7:00-8:30	
			10月25日（土）	7:00-8:30	

「ホリデー健(検)診」「秋の追加健(検)診」の事前予約はこちらから



電話予約

医療健康課 ☎62-6666（平日8:30～17:15）
氏名・生年月日・住所・電話番号・希望する健(検)診の種類をお伝えください。



WEB予約



パソコンからはこちらのURLを入力してください。
<https://tzk.graffier.jp/city-kitaakita/smart-apply/apply-procedure-alas/kenshin>



女性の検診以外の全ての健(検)診を同日に受けられます。
40～59歳で、胃がん検診を受診する方はピロリ菌検査を無料で受けることができます。
ピロリ菌検査済・除菌済・胃疾患治療中の方は対象外です。

胃がん検診

月 日	受付時間	会 場	月 日	受付時間	会 場
5月8日（木）	5:30－6:30	森 吉 公 民 館	5月23日（金）	5:30－6:30	坊 沢 公 民 館
5月9日（金）	5:30－6:30	森 吉 庁 舎	5月26日（月）	5:30－6:30	栄 公 民 館
ホリデー健（検）診 5月10日（土）	7:00－8:30	北秋田市保健センター   		5:30－6:30	綴 子 公 民 館
5月12日（月）	5:30－6:30	前 田 公 民 館	5月27日（火）	5:30－6:30	舟 場 自 治 会 館
5月13日（火）	5:30－6:30	森 吉 公 民 館		5:30－6:30	北秋田市保健センター
5月14日（水）	5:30－6:30	合 川 庁 舎	5月28日（水）	5:30－6:30	七 日 市 公 民 館
5月15日（木）	6:00－7:00	阿 仁 庁 舎		5:30－6:30	沢 口 公 民 館
	6:00－7:00	大 阿 仁 出 張 所	6月2日（月）	5:30－6:30	北秋田市保健センター
5月16日（金）	5:30－6:30	上 杉 会 館	6月3日（火）	5:30－6:30	北秋田市保健センター
	5:30－6:30	合 川 庁 舎	【秋の追加健(検)診】		
5月19日（月）	5:30－6:30	合川保健センター	10月19日（日）	7:00－8:30	

【秋の追加健(検)診】

10月19日（日）	7:00～8:30	北秋田市保健センター   
10月20日（月）	7:00～8:30	
10月21日（火）	7:00～8:30	
10月25日（土）	7:00～8:30	

女性の検診（集団検診）

子宮頸がん・婦人科超音波検診

対象者	20～39歳女性 40歳以上の偶数年齢女性	検査 内容	問診、視診、 細胞診、超音波検査	料金	1,700円
無料 対象	■ 22.24.26.28歳の方 ■ 30～34歳の方 （いずれも令和8年3月31日の年齢）				
注意	・スカートを持参してください（貸し出しはありません）。 ・なるべく生理中は受診しないでください。再検査になる場合があります。				

乳がん検診

対象者	40歳以上の偶数年齢女性	検査 内容	問診 マンモグラフィー検査	料金	1,500円
無料 対象	40.42.44歳の方 （令和8年3月31日の年齢）				
注意	・ 集団検診は予約が必要です。 ・ バスタオル を持参してください（貸し出しはありません）。 ・妊娠している方やその可能性のある方は検査を受けることができません。 ・ペースメーカー、カテーテルを使用している方、豊胸手術をした方、授乳中の方は医療機関での受診をお勧めします。 ・コロナワクチン接種後は、接種側のリンパ節腫大が出現する可能性があるため、接種前または接種後6～8週以上の間隔をあけて乳がん検診を受けることをお勧めします。				

骨粗しょう症検診

対象者	40～70歳の偶数年齢女性 45.55.65歳女性	検査 内容	問診、骨塩定量検査 （手首骨密度測定）	料金	800円
注意	骨粗しょう症治療中の方は対象外です。				

【集団検診日程】

月 日	受付時間	会 場	乳	子宮	骨	乳がん検診（集団検診）は 予約が必要です  医療健康課 ☎ 0186-62-6666 平日8:30～17:15  パソコンからは、 こちらのURLを入力してください。 https://ttzk.graffer.jp/city-kitaakita/smart-apply/apply-procedure-alias/kenshin バスタオル(乳がん検診) スカート(子宮頸がん検診) 忘れずにご持参ください。 貸し出しはありません。
5月21日(水)	12:00-13:00	森 吉 公 民 館	○	○	○	
5月22日(木)	12:00-13:00	阿 仁 保 健 セ ン タ ー	○	○	○	
5月28日(水)	12:00-13:00	合 川 保 健 セ ン タ ー	○	○	○	
5月29日(木)	12:00-13:00	北 秋 田 市 保 健 セ ン タ ー	○	○	○	
6月19日(木)	12:00-13:00	コ ム コ ム	○	○	○	
7月 2日(水)	12:00-13:00	北 秋 田 市 保 健 セ ン タ ー	○	○	○	
9月18日(木)	12:00-13:00	コ ム コ ム	○	○	○	

女性の検診（医療機関での検診）

【女性の検診実施医療機関一覧】 実施期間：4月～12月末まで

※医療機関窓口での料金の支払いはありません。自己負担のある方には、後日納入通知書を送付します。

予約が必要 です	医療機関名	乳	子宮	予約先	予約受付曜日	予約受付時間
	北秋田市民病院	○	○	保健福祉活動室 0186-62-7010 ※Web予約可能 詳細は病院ホームページへ	月～金	10:00-15:30
	JCHO秋田病院(能代市)	○	○	健康管理センター 0185-52-3127	月～金	11:00-16:00
	能代厚生医療センター(能代市)	○	○	健診センター 0185-52-3111	月～金	11:00-16:00

受診して ください。	医療機関名	乳	子宮	受付曜日	受付時間
	うえだクリニック	○	×	月～金	8:30-11:00
	石塚医院(大館市)	×	○	月・火・木・金	8:30-12:00、14:00-17:30
				水・土	8:30-12:00
	たかはしレディースクリニック (能代市)	×	○	月・火・木・金	9:00-12:00、14:00-18:00
				水・土	9:00-12:00

がん補正具助成

- ◆対象者 北秋田市に住民登録のあるがん患者
または、がん患者の家族
- ◆助成対象 前年度（令和6年4月1日）以降に
購入した補正具の購入費
- ◆限度額 ●乳房補正具・・・3万円
(1回のみ)
●頭髪補正具・・・4万5千円
(1回のみ)
- ◆提出書類 様式1号は市のホームページでも
ダウンロードできます。
①北秋田市がん患者補正具購入費助成金交付
申請書（様式1号）
②治療（化学療法又は手術）に関する説明書
や治療方針計画書など
③補正具の購入に係る領収書の写し

がんサロン「虹の会」

患者や家族が抱える不安や悩み、お茶を飲みながら話してみませんか？話すことで気持ちが少しでも楽になってほしい“場づくり”の会です。
(個人の秘密は厳守します)

- ◆曜日 毎月第4木曜日
- ◆時間 13時～15時
- ◆場所 男女共同参画活動拠点施設
「ハートフルプラザ・北秋田」
(北秋田市交流センター内)



「虹の会」開催日

4/24 (木)	5/22 (木)	6/26 (木)
7/24 (木)	8/28 (木)	9/25 (木)
10/23 (木)	11/27 (木)	12/25 (木)
1/22 (木)	2/26 (木)	3/26 (木)

おとなの歯科検(健)診

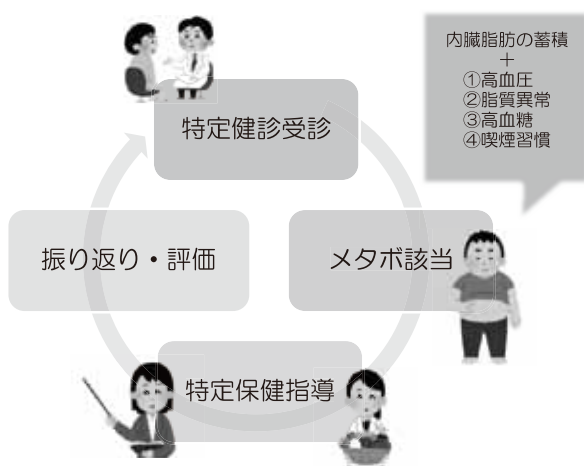


	成人歯周病検診	高齢者歯科口腔健診																																								
対象者	今年度20.30.40.45.50.55.60.65.70歳の方 ※対象者には個別通知をします。	75歳以上の方 義歯を入れていて 自分の歯がない方も 対象です																																								
料金	1,500円	無料																																								
検査内容	現在歯・喪失歯の状況、歯肉の状況、 歯列・噛み合わせの状況、顎関節の症状、 口腔粘膜、口腔衛生状態	現在歯・喪失歯・義歯の状況、 噛み合わせの状態、口腔清掃状態、 咀嚼能力・舌機能・嚥下機能の評価、 顎関節・粘膜疾患の状況																																								
実施期間	令和7年4月1日～令和8年3月31日																																									
受診方法	①下記の市内実施歯科医院に電話で予約する。																																									
	<table><tr><th>医療機関</th><th>電話番号</th><th>成人 歯周病</th><th>高齢者 歯科口腔</th></tr><tr><td>あじみね歯科医院</td><td>62-9226</td><td>○</td><td>×</td></tr><tr><td>加賀谷歯科医院</td><td>63-2772</td><td>○</td><td>○</td></tr><tr><td>たかのす歯科クリニック</td><td>67-8211</td><td>○</td><td>○</td></tr><tr><td>奈良歯科医院</td><td>67-7018</td><td>○</td><td>○</td></tr><tr><td>森川歯科医院</td><td>62-3100</td><td>○</td><td>○</td></tr><tr><td>北秋田市民病院</td><td>62-7001</td><td>○</td><td>○</td></tr><tr><td>くるみ歯科医院</td><td>72-9640</td><td>○</td><td>○</td></tr><tr><td>米内沢歯科医院</td><td>72-5176</td><td>○</td><td>○</td></tr><tr><td>市立阿仁診療所</td><td>82-2351</td><td>○</td><td>○</td></tr></table>		医療機関	電話番号	成人 歯周病	高齢者 歯科口腔	あじみね歯科医院	62-9226	○	×	加賀谷歯科医院	63-2772	○	○	たかのす歯科クリニック	67-8211	○	○	奈良歯科医院	67-7018	○	○	森川歯科医院	62-3100	○	○	北秋田市民病院	62-7001	○	○	くるみ歯科医院	72-9640	○	○	米内沢歯科医院	72-5176	○	○	市立阿仁診療所	82-2351	○	○
	医療機関	電話番号	成人 歯周病	高齢者 歯科口腔																																						
	あじみね歯科医院	62-9226	○	×																																						
	加賀谷歯科医院	63-2772	○	○																																						
	たかのす歯科クリニック	67-8211	○	○																																						
	奈良歯科医院	67-7018	○	○																																						
	森川歯科医院	62-3100	○	○																																						
	北秋田市民病院	62-7001	○	○																																						
	くるみ歯科医院	72-9640	○	○																																						
米内沢歯科医院	72-5176	○	○																																							
市立阿仁診療所	82-2351	○	○																																							
②受診券、マイナ保険証・資格確認書等を持参し、受診する。																																										
その他	・医療機関窓口での料金の支払いはありません。自己負担のある方には、後日納入通知書を送付します。※上記検査以外の検査や治療が必要な場合は、別途自己負担となります。 ・高齢者歯科口腔健診を受診した方で、自分の歯が20本以上ある方を「7520よい歯」に認定します。※認定済の方を除く																																									

おとなの健康教室

特定保健指導

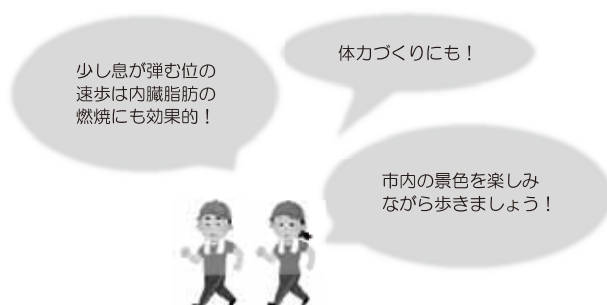
特定健診の結果、メタボによる生活習慣病のリスクが高いと判定された方に、保健師・栄養士が個別にサポートします！



市民ウォーク

ウォーキングの習慣が無くても大丈夫！皆で心地良い汗をかきましょう。

- ◆開催日 1回目 6/26（木） 合川地区
2回目 9/25（木） 阿仁地区
 - ◆コース チャレンジコース・ゆったりコース
- ※詳細は広報でお知らせします。



自分測定日

- ◆場 所 北秋田市保健センター
- ◆時 間 9時～18時 都合のよい時間帯にお越しください。
- ◆内 容 体組成測定、測定値の説明
- ◆注意点 測定は裸足で行います。
ペースメーカー等体内機器を装着している方は測定できません。
- ◆実施日

4/28（月）	5/26（月）	6/30（月）	7/28（月）
8/25（月）	9/29（月）	10/27（月）	11/17（月）
12/22（月）	1/26（月）	2/16（月）	3/30（月）

メタボ フレイル
予防 予防



筋肉量・脂肪量
が一目でわかる！

すこやか健康講座

市民の健康づくりのため、健康や病気に関する知識を専門の医師から学ぶ講座です。

- ◆回 数 年3回（冬期間）
- ◆会 場 北秋田市保健センター
- ◆内 容 医師、歯科医師による健康講話

お口の健康をテーマとする“歯科医師講話”の中で「7520よい歯の認定式」を行います。

献血事業

献血は命を救うボランティアです。病気や、けが等で輸血を必要としている人達の命を救うため、献血の協力をお願いします。

※会場、時間は広報でお知らせします。



こころの健康

いのちとこころの個別相談

今の気持ちや抱えている問題についてゆっくりとお話を聴き、
気持ちや問題を整理できるように支援します。
ひとりで抱え込まずに、ご相談ください。
本人だけでなく、家族の方でも相談できます。

相談無料

秘密厳守

4/25
(金)

6/27
(金)

8/29
(金)

10/31
(金)

12/26
(金)

2/27
(金)

- ◆時 間 13時30分～15時30分
- ◆会 場 北秋田市交流センター（材木町2-2）
- ◆内 容 臨床心理士による個別相談です。

事前申し込みが必要です
(医療健康課 ☎62-6666)

心のふれあい相談員養成講座

心のふれあい相談員とは、誰もが安心して暮らせるやさしい地域づくりを目指して、
市民の身近な相談役として活動するボランティアです。
現在、5会場でサロンを開いている他、心の健康づくり事業に協力していただいています。
相談員を養成する講座も開催していますので、興味のある方は受講ください。

- ◆開催日 11月～ 全3回予定
- ◆会 場 北秋田市保健センター等
- ◆内 容 講話、グループワーク ※受講した方には「認定証」を交付しています。

ホッとあい訪問

75歳以上の方のお宅を保健師
が全戸訪問し、心や身体の健康
状態を確認します。
不安や悩みを1人で抱えずお聞
かせください。

- ◆訪問時期 11月～3月
※訪問する地区は自治会を通して
お知らせする予定です。

心の絆号

内陸線の貸し切り車両で
心の健康づくりの学習会
を通して交流を深めます。

- ◆開催日については広報で
お知らせします。



心の交流サロン

- ◆開催日 11月～1月
- ◆会 場 各地区の集会所等
- ◆内 容 心の健康づくり交流



心のふれあい相談員によるサロン

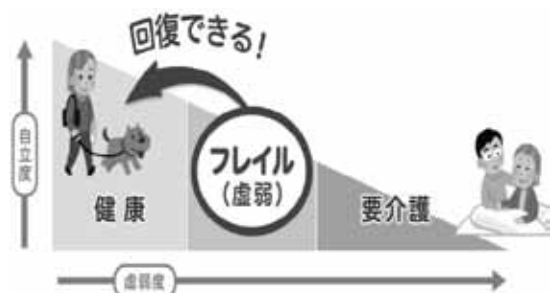
小さな悩みや心配でも、ひとりで抱えていると苦しくなることがあります。
家とは違う場所で、誰かと一緒にゆっくり時間を過ごしてみませんか。
心のふれあい相談員は、あなたの気持ちに寄り添い、一緒に考えます。
どなたでも、気軽にお立ち寄りください。



	あんず 精神保健福祉ボランティア 「れもん会」によるサロン	梅っこ	すかっと	えがお	お茶っこ
場 所	北秋田市 交流センター	合川公民館	森吉公民館	前田公民館	阿仁公民館
時 間	11時～14時	10時30分～14時	10時～14時	10時～14時	10時～12時
開催日	第3火曜	第4月曜	第3金曜	第3月曜	第2火曜
4月	15日(火)	28日(月)	18日(金)	21日(月)	8日(火)
5月	20日(火)	26日(月)	16日(金)	19日(月)	13日(火)
6月	17日(火)	23日(月)	20日(金)	16日(月)	10日(火)
7月	15日(火)	28日(月)	18日(金)	14日(月)※第2	8日(火)
8月	19日(火)	25日(月)	15日(金)	18日(月)	5日(火)※第1
9月	16日(火)	22日(月)	26日(金)※第4	8日(月)※第2	お休み
10月	21日(火)	27日(月)	17日(金)	20日(月)	14日(火)
11月	18日(火)	24日(月)※祝	21日(金)	10日(月)※第2	11日(火)
12月	16日(火)	22日(月)	19日(金)	15日(月)	9日(火)
1月	20日(火)	26日(月)	16日(金)	19日(月)	13日(火)
2月	17日(火)	23日(月)※祝	20日(金)	9日(月)※第2	10日(火)
3月	17日(火)	23日(月)	27日(金)※第4	16日(月)	10日(火)



介護予防



フレイルとは「健康」と「要介護」の中間の状態、身体的機能や認知機能の低下がみられる状態です。

人生100年時代、70代の生き方が、その後要介護になる時期を遅らせ、生き生きとした生活を持続できるかに大きく関わっています。

健やかに生きるための新しい健診

フレイル健診

- ◆対 象 今年度75歳以上の方（要介護認定を受けていない方）
- ◆内 容 問診、体組成測定、身体機能測定、オーラルフレイル測定
- ◆日 時 下記日程表をご確認ください。
- ◆定 員 各30名 【お申し込み】医療健康課 ☎62-6666
※各開催日の10日前までにお申し込みください。



地区	月日	会場
阿 仁	5月13日(火)	阿 仁 公 民 館
前 田	5月19日(月)	四 季 美 館
米内沢	5月26日(月)	森 吉 公 民 館
大阿仁	5月27日(火)	大 阿 仁 出 張 所
鷹 巣	6月 2日(月)	コ ム コ ム
鷹 巣	6月 5日(木)	コ ム コ ム
合 川	6月19日(木)	合 川 公 民 館

問診

体組成測定

身体機能測定

オーラルフレイル測定

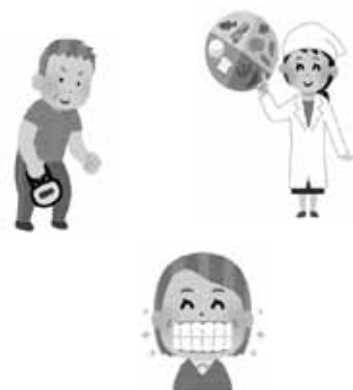


目指せ！ 健康長寿きたあきた

フレイル予防教室

サロンや老人クラブ等の地域の通いの場でフレイル予防教室を開催しています。
元気で暮らしていくためのヒントがたくさんあります。

- ◆内 容
 - ①フレイルについてのお話
 - ②体組成測定
 - ③シニア向け体力測定
 - ④お口の健康について
 - ⑤低栄養予防について
 - ⑥脳トレで認知症予防
 - ⑦フレイル予防かんたん体操
- ◆対 象 地域の通いの場（自治会、サロン、老人クラブ等）
- ◆会 場 各地区会館等
- ◆申込み 開催希望の1か月前までに、ご連絡ください。



のびのび運動教室

筋肉を鍛える体操や、お口の体操などフレイル予防のための体操をおこないます。

◆対 象 健診を受けた（または受ける）
65歳以上の方

◆会 場 ①北秋田市保健センター
②コムコム
③森吉公民館
④前田公民館
⑤合川公民館
⑥阿仁公民館



◆開催日 各会場 月1回
※参加希望の方はお問い合わせください。
（各会場定員があります。）

男のはつらつ講座

食事と運動で元気はつらつ！仲間と一緒にバランスの良い食事を作ってみましょう。
フレイル予防の運動も行ってみませんか？

◆対象者 65歳以上の男性
※一人暮らし、高齢世帯の方優先

◆会 場 森吉保健センター
⇒阿仁、森吉、合川の方

北秋田市保健センター
⇒鷹巣の方



◆開催日 各会場 月1回
◆内 容 調理実習、軽体操、脳トレ等
※参加希望の方はお問い合わせください。
（各会場定員があります。）

パワーリハビリ

無理なく少しずつ！あなたの眠っている筋肉を動かしてみませんか？

◆対象者 健診を受けた（または受ける）
65歳以上の方

※要支援・フレイル状態の方を優先します。

※運動制限のある方は主治医へ確認が必要です。

◆会 場 合川保健センター

◆期 間 第1期…4月～6月
第2期…7月～9月
第3期…10月～12月
第4期…1月～3月
（週1回 3か月間）

◆内 容 軽負荷でのマシントレーニング
※筋力強化トレーニングではありません。
自宅でする体操指導等

◆募 集 開始月の2か月前の広報に掲載します。



きたあきた元気塾

市民プールのトレーナーによる運動教室です。

◆対象者 健診を受けた（または受ける）
65歳以上の方

※運動制限のある方は主治医へ確認が必要です。

◆会 場 男塾・鷹巣：北秋田市民プール（金曜午後）
合川：合川公民館（水曜午後）
森吉：森吉公民館（水曜午後）
阿仁：阿仁公民館（木曜午後）

◆期 間 週1回 3か月間

◆内 容 ストレッチ、筋トレ
リズム体操等



◆募 集 開始月の1か月前の広報に掲載します。

	4～6月	7～9月	10～12月	1～3月
鷹巣			○	
合川	○		○	
森吉		○		○
阿仁	○	○	○	○
★男塾		○		

全世代に通じる食生活指針

減塩を心がけよう

秋田県民は濃い味が好き

- 目標の食塩摂取量 7g 未満
- 秋田県民の食塩摂取量 10.1g $\rightarrow -3g$

具たくさんのみそ汁

汁の量が減って塩分を減らすことができます。

麺類は汁を残す

そばやラーメンの汁は塩分が3g！汁を残せば減塩できます。

マイナス3gのポイント

香りや酸味を利用

香辛料・香味野菜・レモン等利用し味にメリハリを。

鮮度の良い食材で

とれたての魚や野菜はそのままだも美味しい♪素材の持ち味を生かした調理を。

野菜をたくさん摂ろう

秋田県民は野菜不足

- 目標の野菜摂取量 350g $\rightarrow +70g$
- 秋田県民の摂取量 276g (1皿)

みそ汁に野菜を

茹でこぼすと減るカリウムも摂れる！

すぐに使える野菜を常備

そのままでも食べられるキュウリやトマトを冷蔵庫に。ブロッコリーやほうれん草は冷凍庫に。

プラス1皿のポイント

野菜の付け合わせを

煮魚にはおひたし、肉料理には生野菜を添えて。

外食では野菜の多い

メニューを選ぶ
単品よりは定食にして
バランスよく。

健康づくりのボランティア 食生活改善推進員募集

市では、食を通じた健康づくりを推進するボランティア“食生活改善推進員(ヘルスマイト)”が活躍しています。

自分や家族の健康のために、食事について学んでみたい！地域のために活動してみたい！という方はぜひご応募ください。

- ◆対象者 初回加入年齢が概ね70歳未満の方
- ◆応募 4月25日(金)までに医療健康課 ☎62-6666へお電話ください。
- ◆年間費 1,200円

ヘルスマイト新人研修(新規会員対象)

- ◆時期 6月に1回
- ◆会場 北秋田市保健センター
- ◆内容 ①講話(料理の基礎知識、生活習慣病予防、食中毒予防)
②調理実習

ヘルスマイトの主な活動

- ◆市民を対象とした健康教室
栄養教室「減塩プラス」
高校生や、働き世代の健康づくり教室など
- ◆自主活動
学習会、移動研修など
- ◆市主催の調理実習への協力
男のはつらつ講座
マタニティ教室、食育ジュニアなど

新規会員は、新人研修を受講した後、ヘルスマイトとして地域での活動に参加します。



ヘルスマイトと学ぶ 栄養教室『減塩プラス』

高血圧を予防する減塩について、講話と調理で学ぶ教室です。減塩で美味しく作るコツを学びましょう。

- ◆時期 9月
- ◆会場 北秋田市保健センター
- ◆内容 講話、減塩料理の調理実習
- ◆募集 広報8月号に掲載します。



予防接種

費用を助成している予防接種（インフルエンザ/新型コロナ/高齢者肺炎球菌/風しん/带状疱疹）

●助成を受けるための手続きは必要ありません。

北秋田市に住民登録のある方で、次の予防接種対象に該当する方に助成があります。

- ◆予 約 医療機関に予約し接種してください。（実施医療機関にご確認ください）
- ◆料 金 接種料金から助成額を差し引いた金額を医療機関にお支払ください。
- ◆予診票 実施医療機関にあります。
- ◆持ち物 マイナ保険証または資格確認書等（生活保護の方は受給者証）

- ・健康手帳・母子健康手帳（子どもの場合）

※定期接種②対象の方には事前に「接種対象者証」を送付しますので必ずご持参ください。
（インフルエンザ、新型コロナ、高齢者肺炎球菌、带状疱疹）



予防接種名	助成対象者(年齢：接種日年齢)	接種回数	助成額	助成期間	実施医療機関 ※市内実施医療機関 20ページ参照
インフルエンザ	① 65歳以上の方（接種日年齢） ② 60～64歳の心臓・腎臓・呼吸器機能、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能に身体障害者手帳1級程度の障がいをお持ちの方（「接種対象者証」交付）	1回	1,500円/回 ※対象①②で生活保護の方は無料	令和7年10月1日 ～ 令和8年2月28日	県内 医療機関
	「不活化」か「経鼻生ワクチン」どちらか1回のみ助成 【不活化ワクチン】 ① 6か月～18歳(高校3年生相当) ② 妊婦 【経鼻インフルエンザ（生ワクチン）】 ① 2歳～13歳未満	13歳以上1回 13歳未満2回 1回	1,500円/回 3,000円/回		市内 医療機関のみ
	北秋田市国民健康保険加入の方 ※定期接種対象の方、子ども・妊婦の任意接種対象の方を除く	1回	1,500円/回	通 年	

〈新型コロナワクチン助成額について詳細は未定です。今後、広報やホームページ等でお知らせします。〉

新型コロナ	定期接種	① 65歳以上の方 ② 60～64歳の心臓・腎臓・呼吸器機能、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能に身体障害者手帳1級程度の障がいをお持ちの方（「接種対象者証」交付）	1回	未定 /回 ※対象①②で生活保護の方は無料	令和7年10月1日 ～ 令和8年3月31日	県内 医療機関
	任意接種	① 6か月～59歳の心臓・腎臓・呼吸器機能、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能に身体障害者手帳1級程度の障がいをお持ちの方（「接種対象者証」交付）	1回	未定 /回 ※対象①で生活保護の方は無料	令和7年10月1日 ～ 令和8年3月31日	市内 医療機関 または償還払

高齢者肺炎球菌	定期接種	① 65歳の方…65歳の誕生日の前日から、66歳の誕生日の前日まで ② 60～64歳の心臓・腎臓・呼吸器機能、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能に身体障害者手帳1級程度の障がいをお持ちの方（「接種対象者証」交付） ※定期接種はこれまで接種したことのない方に限ります。	1回	3,000円/回 ※対象①②で生活保護の方は無料	通 年	県内 医療機関
	任意接種	①定期接種対象以外の65歳以上の方 ②65歳以上で前回の接種から5年以上経過し、2回目以降の接種が必要と認めた方	1回			市内 医療機関のみ

風しん	任意接種	風しんの抗体価が低く妊娠を希望する女性 ※風しんの抗体価が低いことを証明する書類の提出が必要です。（妊婦健診の結果等）	1回	全額助成 (自己負担なし)	通 年	市内 医療機関のみ
-----	------	--	----	------------------	-----	--------------

带状疱疹ワクチン（定期・任意）の助成が追加になります

R5年度から市では带状疱疹ワクチン任意接種の一部助成をしています。R7年度から定期接種になり、助成ワクチンや助成額が追加になります。

带状疱疹は、水痘・带状疱疹ウイルスによる感染症です。子どもの頃に感染すると、水痘（水ぼうそう）を発症し、治ったあともウイルスが体に潜んでいて、ストレスや過労、病気、加齢等で免疫力が低下した場合、带状疱疹を発症し痛みや発疹が出ます。50歳以上では、带状疱疹を発症した人の約2割が長期間にわたり、神経痛が続くことがあります。

助成対象者		接種内容と助成額（定期・任意とも同じ）			助成期間	実施医療機関
		ワクチン	助成額	回数		
定期接種	①65、70、75、80、85、90、95、100歳以上	シングリックス（組換えワクチン）	12,000円/回	2回 ※1回目から2か月後	通 年	【定期】 県内 医療機関
	② 60～64歳でヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能に身体障害者手帳1級程度の障がいをお持ちの方 （「接種対象者証」交付） ※定期は年度末年齢 ※R5～R6年度助成接種済者除く	ピケン（生ワクチン） ※免疫不全者接種不可	4,000円/回	1回		
		◎助成は定期か任意 いずれか生涯1回のみ R5～6年度に市の任意接種助成済者は対象外です。 手続きは不要です。医療機関に助成額を差引いた金額（自己負担分）をお支払いください。 ◎およその自己負担額 「シングリックス（2回分）」16,000円～20,000円 「ピケン」 3,000円～4,000円 ※定期接種の生活保護の方は無料				
任意接種	①50歳以上（接種日年齢） ※定期接種対象除く ※R5～R6年度助成接種済者除く					【任意】 市内 医療機関のみ ※20ページ参照

＜助成の対象となるワクチンについて＞

接種するワクチンについては、効果や特徴、副反応、価格などを参考に判断ください。特に基礎疾患のある方は主治医と相談し接種するワクチンを選択してください。医療機関により実施していないワクチンもあります。

種 類	組換えワクチン（乾燥組換え带状疱疹ワクチン） 販売名：シングリックス	生ワクチン（乾燥弱毒生水痘ワクチン） 販売名：ピケン
接種回数	2回 2回目は1回目から2か月後（遅くとも6か月後まで）	1回
助成額等	12,000円/回（2回分自己負担約16,000～20,000円）	4,000円（自己負担は約3,000～4,000円）
接種方法	筋肉内接種	皮下接種
効果	接種後1年	9割以上の予防効果
	接種後5年	9割程度の予防効果
	接種後10年	7割程度の予防効果
主な特徴	- 発症予防効果が非常に高い - 発症を長期に予防する - 副反応の発現率が高い（注射部位の腫れや痛み、発熱、頭痛等） - 接種料金が高価で2回接種必要	- 発症予防効果が中程度 - 長期予防効果が低い - 副反応の発現率が低い - 基礎疾患により接種できない場合がある - 接種料金が安価で1回のみ

※参考：厚労省带状疱疹予防接種説明書、ワクチン添付文書等

＜令和7年度 带状疱疹定期接種 対象者生年月日＞ ※年齢は7年度末年齢

年齢	生年月日	備 考
65歳	昭和35年4月1日～昭和36年3月31日	◎定期接種対象年齢は5年間経過措置です。経過措置後は65歳のみとなります。
70歳	昭和30年4月1日～昭和31年3月31日	
75歳	昭和25年4月1日～昭和26年3月31日	
80歳	昭和20年4月1日～昭和21年3月31日	◎100歳以上については、R7年度に限り全員対象となります。
85歳	昭和15年4月1日～昭和16年3月31日	
90歳	昭和10年4月1日～昭和11年3月31日	◎定期接種対象者には案内通知と予診票（1枚）を送付します。
95歳	昭和5年4月1日～昭和6年3月31日	
100歳以上	大正15年3月31日以前生まれ	

予防接種実施医療機関

インフルエンザ/新型コロナ/高齢者肺炎球菌/带状疱疹/女性の風しん

★助成している予防接種等

医療機関名	電話番号	インフルエンザ			新型コロナ		高齢者肺炎球菌	带状疱疹		風しん (妊娠を希望する女性)
		高齢者	子ども・妊婦	子ども経鼻生ワクチン	高齢者	市助成任意		組換えシングリックス	生ワクチン	
北秋田市民病院	62-7001	★	★	★	★	★	★	★	★	★
市立米内沢診療所	72-4501	★	★	★	★	★	★	★	★	★
国民健康保険合川診療所	78-3161	★	★ 乳幼児除く		★	★ 12歳以上	★	★	★	★
市立阿仁診療所	82-2351	★	★ 乳幼児除く		★	★ 12歳以上	★	★	★	★
あじみね内科医院	67-7035	★	★ 乳幼児除く	★ 乳幼児除く	★	★ 12歳以上	★	★		
うえだクリニック	60-1055	★	★ 高校生相当のみ		★	★ 12歳以上	★	★	★	★
遠藤クリニック	63-0515	★	★ 乳幼児除く	★ 乳幼児除く	★	★ 12歳以上	★	★	★	★
児玉内科クリニック	69-7311	★	★ 乳幼児除く				★		★	★
近藤医院	62-1155	★	★ 乳幼児除く		★		★	★	★	
たむら内科クリニック	63-2700	★	★		★		★	★		★
奈良医院	62-1146	★	★	★	★	★ 12歳以上	★	★		★
まるや耳鼻科クリニック	62-1400	★	★		★	★ 12歳以上				
毛利整形外科クリニック	69-5300	★ 通院中で内科通院なしの方								
たかのす今村クリニック	62-5655	★ 通院中の方	★ 通院中の方							
鷹巣病院	62-1210	★	★ 小中高生		★	★ 12歳以上	★	★		

※変更になる場合もあります。

※実施日時等、詳細は医療機関にお問い合わせください。

造血幹細胞移植後の定期予防接種再接種費用助成について

骨髄移植、末梢血管細胞移植又は臍帯血移植等により、接種済みの定期予防接種（A類疾病）で得た免疫が低下し、又は消失した者が再度の予防接種を受ける場合に費用を助成します。詳細はお問い合わせください。

予防接種健康被害救済制度について

予防接種による副反応のため、医療機関で治療が必要な場合や、生活に支障がでるような障害を残すなどの健康被害が発生し認可された場合に、給付を受けられる制度があります。詳細はお問い合わせください。

子どもの予防接種を実施している市内医療機関

予約

冊子「予防接種と子どもの健康」（赤ちゃん訪問にて配布）をよくお読みになり、
1週間前までに希望する医療機関に必ずご予約ください。

持ち物

母子健康手帳・予診票・マイナ保険証または資格確認書等

※保護者以外（祖父母など）が同伴する場合「委任状」が必要となります。
委任状は医療健康課にあります。市ホームページからもダウンロードできます。



定期予防接種は県内医療機関で接種可能です。
里帰り等のやむを得ない場合は県外で接種できます。
事前に連絡願います。

【接種可能な市内医療機関】

★実施している予防接種

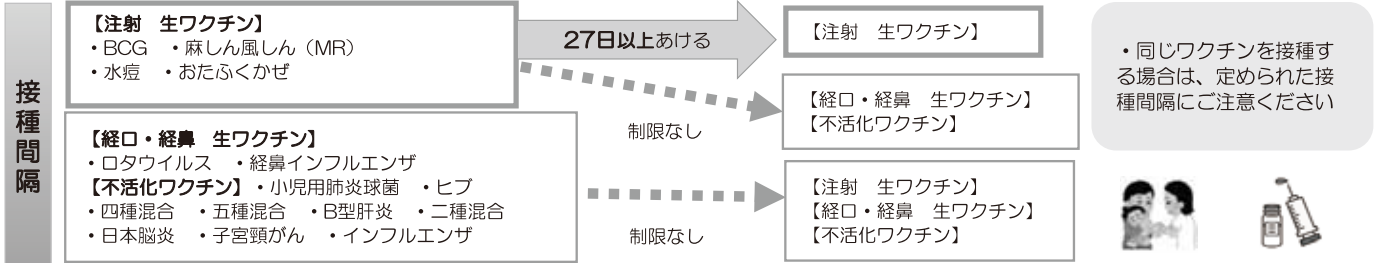
医療機関名 ・ 電話番号	接種曜日	接種時間	備 考	ロタ（1価5価） 小児肺炎球菌 四種・五種混合 B型肝炎 BCG	MR	水痘	日本 脳炎	二種 混合	子宮 頸がん 4価 9価	【任意】 おた ふく かぜ
北 秋 田 市 民 病 院 TEL 62-7001	月 水 木 金	10時30分～11時 14時30分～15時	◎web予約が可能 詳細は病院ホーム ページへ	★	★	★	★	★	★	★
	火	10時30分～11時 13時30分～15時								
	※子宮頸がんキャッチアップは産婦人科外来診療時間									
奈 良 医 院 TEL 62-1146	月 火 木 金	8時30分～12時 14時～17時30分	◎夜間当番時も対応	★ ロタは5価のみ	★	★	★	★	★ 9価 のみ	★
	水・土	8時30分～12時								
市 立 米 内 沢 診 療 所 TEL 72-4501	月～金	15時30分～16時30分	※変更の場合あり 電話で要確認	★	★	★	★	★	★	★
	土（※）	9時～11時30分	※第1・3・5土曜日 実施							
国 民 健 康 保 険 合 川 診 療 所 TEL 78-3161	月～金	8時30分～11時30分			★ 2期 のみ		★ 2期 のみ	★		
	土（※）	8時30分～11時30分	※第1・3・5土曜日 実施							
市 立 阿 仁 診 療 所 TEL 82-2351	月～金	9時～11時30分	◎午後希望の場合は 要相談		★ 2期 のみ		★ 2期 のみ	★		
	土（※）	9時～11時30分	※第1、3、5土曜日 実施							
あ じ み ね 内 科 医 院 TEL 67-7035	月 火 水 金	9時～12時 14時～18時			★ 2期 のみ					
	木・土	9時～12時								
う え だ ク リ ニ ッ ク TEL 60-1055	月 火 木 金	8時30分～12時 14時～18時			★ 2期 のみ					
	水・土	8時30分～12時								
遠 藤 ク リ ニ ッ ク TEL 63-0515	月 火 木 金	8時30分～12時			★	★		★		★
		14時30分～17時30分								
児 玉 内 科 ク リ ニ ッ ク TEL 69-7311	月 火 木 金	8時30分～12時30分 15時～19時	◎受付は診療終了時 間の30分前まで		★ 2期 のみ		★ 2期 のみ	★		
	水・土	8時30分～12時								
た む ら 内 科 ク リ ニ ッ ク TEL 63-2700	月 火 木 金	8時30分～12時 14時～17時			★	★	★	★		★
	水・土	8時30分～12時								

※「子どものインフルエンザ」「女性の風しん」の助成についてはP18、P20をご覧ください。

予防接種

子どもの定期予防接種

- ・北秋田市に住民登録のある方が対象です。
- ・県内の実施医療機関で個別に受けることができます。（個別接種）※市内医療機関の場合はP母10を参照ください。
- ・定期接種で対象年齢内は無料ですが、対象年齢を超えた場合は全額自己負担になります。
- ・予防接種の情報は、令和7年2月末の情報です。制度が変更になった場合は、広報等でお知らせします。



予防接種名	対象年齢	標準的な時期	回数	接種間隔等
ロタウイルス 1価、5価	いずれか1種類のワクチンを接種（経口）	1価ワクチン（0タリックス） 生後2か月～24週未満 5価ワクチン（0タック） 生後2か月～32週未満	2回 3回	1回目 2回目 3回目（5価のみ3回目接種） 27日以上 27日以上 ◆1回目接種は生後14週6日までに受けましょう
小児用肺炎球菌	初回 追加	生後2か月～7か月未満 生後12か月～15か月未満	3回 1回	初回1回目 初回2回目 初回3回目 追加（1歳以降） 27日以上 27日以上 60日以上 ※ 接種開始が生後7か月を過ぎると接種回数・間隔が異なります。
五種混合 四種混合 百日せき ジフテリア 不活化ポリオ 破傷風 ヒブ（五種のみ）	1期初回 1期追加	生後2か月～90か月未満 五種：生後2か月～7か月未満 四種：生後2か月～12か月未満 初回（3回目）終了後 五種：6～18か月未満の間 四種：12～18か月未満の間	3回 1回	1期初回 1期初回 1期初回 1期追加 20日以上 20日以上 6か月以上 標準：20～56日 標準：（五種）初回3回目終了後、6～18か月未満の間（四種）初回3回目終了後、12～18か月未満の間
ヒブ	初回 追加	生後2か月～5歳未満 初回（3回目）終了後 7～13か月未満の間	3回 1回	初回1回目 初回2回目 初回3回目 追加 27日以上 27日以上 7か月以上 標準：27～56日 標準：初回3回目終了後、7～13か月未満の間
B型肝炎	1歳未満	生後2か月～9か月未満	3回	1回目 2回目 3回目 27日以上 139日以上（20週以上）
BCG	1歳未満	生後5か月～8か月未満	1回	◆1歳のお誕生日の前々日まで受けましょう
麻しん風しん混合(MR)	1期 2期	1歳～2歳未満 小学校入学前の1年間	1回 1回	◆1歳になったら早めに受けましょう ◆年長さんになったら受けましょう
水痘	1歳～3歳未満	1回目：1歳～1歳3か月未満	2回	1回目 2回目 3か月以上 標準：1回目終了後、6か月～12か月未満の間
日本脳炎	1期初回 1期追加 2期	生後6か月～9歳 90か月未満 9～13歳未満	2回 1回 1回	1期初回 1期初回 1期追加 2期 6日以上 6か月以上 9歳以上 13歳未満 標準：6～28日 標準：2回目から1年後
二種混合 (ジフテリア・破傷風)	11～13歳未満	小学6年生	1回	◆三種混合・四種混合・五種混合の追加(2期)として接種します
子宮頸がん(HPV) 4価または9価	小学校6年生～高校1年生の女子	中学1年生	3回もしくは2回	【4価：ガーダシル】【9価：シルガード9（15歳以上）】 標準的な接種間隔：2か月の間隔をおき接種後、1回目から6か月の間隔をおいて接種 1回目 2回目 3回目 2か月 1回目の接種から6か月の間隔をおいて接種 【9価：シルガード9】1回目15歳未満の場合2回接種、6か月～12か月の間隔をおいて接種 1回目 2回目 1回目から6か月～12か月の間隔をおいて接種
【任意接種】一部助成 おたふくかぜ	助成対象者：1歳～5歳未満 助成額：4,000円/回 ※接種料金から助成額を差し引いた額を医療機関にお支払いください。 医療機関：市内実施医療機関のみ			助成回数：1回

乳幼児健康診査・育児相談日程

◆会 場 北秋田市保健センター

◆持ち物 母子健康手帳、アンケート用紙、バスタオル他（離乳食指導用のおしぼり、スタイ等）

※4か月児健康診査～1歳児親子ふれあい教室までは個別通知はありません。

1歳6か月児健康診査以降は、健診日の1か月前に、日程の案内とアンケートを個別通知します。

4か月児健康診査										受付時間：（4か月）12時30分～12時45分				
同日実施										（10か月）12時45分～13時				
対象児	4 か 月	R6 12月	R7 1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	
	10 か 月	R6 6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	R6 1月	2月	3月	4月	5月	
実施日		4/30 (水)	5/28 (水)	6/25 (水)	7/30 (水)	8/27 (水)	9/24 (水)	10/29 (水)	11/26 (水)	12/24 (水)	1/28 (水)	2/25 (水)	3/25 (水)	

7か月児育児相談													受付時間： 9時45分～10時			
対象児	R6 9月 10月 11月 12月				R7 1月 2月 3月 4月 5月 6月 7月 8月											
実施日	4/30 (水)	5/28 (水)	6/25 (水)	7/30 (水)	8/27 (水)	9/24 (水)	10/29 (水)	11/26 (水)	12/24 (水)	1/28 (水)	2/25 (水)	3/25 (水)				

1歳児親子ふれあい教室										受付時間：9時45分～10時				
対象児	R6 4月 5月 6月 7月 8月 9月 10月 11月 12月										R7 1月 2月 3月			
実施日	5/16（金）				9/19（金）				12/19（金）				3/13（金）	

1歳6か月児健康診査										受付時間：12時30分～12時45分			
対象児	R5					R6							
	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	
実施日	4/23（水）		6/18（水）		8/20（水）		10/22（水）		12/17（水）		2/18（水）		

2歳児歯科健康診査												受付時間：13時30分～13時45分				
対象児	R4		R5													
	11月	12月	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月				
実施日	5/16（金）		7/18（金）		9/19（金）		12/19（金）			3/13（金）						

3歳児健康診査										受付時間：12時30分～12時45分				
対象児	R3 12月	R4 1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月		
実施日	5/21（水）			7/23（水）		9/17（水）		11/19（水）		1/21（水）				

5歳児健康診査										受付時間：12時30分～12時45分				
対象児	R2 4月 5月 6月 7月 8月 9月 10月 11月 12月										R3 1月 2月 3月			
実施日	5/14（水）		6/4（水）		8/6（水）		10/1（水）		12/3（水）		1/7（水）			

スキップクラブ

発育・発達が気になりなお子さんへの育児支援と、お子さんの養育に悩みをお持ちの保護者の方に専門のスタッフが対応します。詳細は保健師までおたずねください。

- ◆会 場 北秋田市保健センター
- ◆時 間 9時30分～11時30分
- ◆内 容 遊びや日常生活を通じた支援・相談



4月はお休みです	10月10日（金）
5月 9日（金）	11月14日（金）
6月13日（金）	12月12日（金）
7月11日（金）	1月16日（金）
8月 8日（金）	2月13日（金）
9月12日（金）	3月 6日（金）

市内の子育て支援情報

★詳細は各電話番号にお問い合わせ下さい。

地域子育て支援センター しやろーむ

幼保連携型認定こども園しやろーむ内

☎62-1999 平日9時～17時

- ・自由来園・相談（電話/来所/訪問）
- ・子育て講座
- ・月齢ごとのクラブやサークルを行います



地域子育て支援センター にこここ

私立鷹巣東保育園内

☎62-2254 平日9時～17時

- ・自由来園・相談（電話/来所/訪問）
- ・子育て講座 ・すくすく講座
- ・あそびにおいで



地域子育て支援センター あいあい

幼保連携型認定こども園あいかわ保育園内

☎78-9030 平日9時～17時

- ・自由来園・相談（電話/来所/訪問）
- ・子育て講座



地域子育て支援センター なかよし

私立七日市保育園内

☎66-2054 平日9時～15時

- ・自由来園・相談（電話/来所/訪問）
- ・子育て講座 ・なかよし広場（行事に参加可能）



子育て世代支援スペース ねまーる広場

北秋田市民ふれあいプラザコムコム内

☎84-8560 9時30分～17時

休業日：年末年始（12/31～1/2）
※臨時休館になる場合もあります。

- ・自由来館（小学生まで保護者の同伴が必要です）
- ・一時預かり（予約制）

※保護者が同施設内にいるなどの預かり条件や、時間制限があります。詳しくは市ホームページ、またはねまーる広場までお問い合わせください。



地域子育て支援センター 子育てサポートハウス わんぱあく

保健センター隣（宮前町9-4）

☎62-5557 年中無休 9時～18時

- ・自由来館
- ・相談（電話/来所）
- ・月1回お楽しみ会
- ・毎月第2木曜日紙芝居の日

※一時預かり、病後児保育については、お問い合わせください。



ブックスタート

赤ちゃんとも保護者が、絵本を通してゆっくり心ふれあうひとときを応援しています。地域の読み聞かせボランティアの皆さんとメッセージを伝えながら絵本を配布します。

- ◆絵本配布
- 7か月児育児相談
- 1歳児親子ふれあい教室



こども救急電話相談

夜間、こどもの急なけがや病気などで対処方法受診の判断に迷ったら「こども救急電話相談」をご利用ください。経験豊富な看護師が電話で相談対応いたします。

- ◆相談日時：毎日19：00から翌8：00まで
- ◆電話番号 ☎8000（固定電話と携帯から）
018（895）9900
（すべての電話から）

おいDAY (おいでい)

おしゃべり・交流の場です。どなたでも
好きな時間に遊びにいらしてください。

- ◆場所 北秋田市保健センター
(あのね助産師さん同時開催)
- ◆対象 妊婦・子育て中のママや
育児中のご家族
- ◆日時 毎月2～3回 月曜日
9時30分～11時30分
※詳細は下記日程をご確認ください。



助産師相談室 「あのね、助産師さん」

助産師が産前・産後のお母さんの身体や
赤ちゃんに関する相談に、電話・来所で
対応いたします。

- ◆場所 北秋田市保健センター
(おいDAY同時開催)
- ◆日時 毎月2～3回 月曜日
9時30分～11時30分
※詳細は下記日程をご確認ください。



「おいDAY」「あのね、助産師さん」日程表

月	月曜日			月	月曜日		
4月	14日 ★クッキングディ	21日	28日	10月	6日 ★クッキングディ	27日	
5月	19日	26日		11月	10日	17日	
6月	9日 ★クッキングディ	16日	23日	12月	8日 ★クッキングディ	15日	22日
7月	7日	14日	28日	1月	5日	19日	26日
8月	4日 ★クッキングディ	18日	25日	2月	2日 ★クッキングディ	9日	16日
9月	8日	22日	29日	3月	9日	16日	23日

クッキングDAY (クッキングディ)

おいDAY参加の保護者の方を対象に、管理栄養士による離乳食の基本を中心とした
簡単調理教室を実施します。

- ◆場所 北秋田市保健センター (おいDAY同時開催)
- ◆対象 妊婦・子育て中のママや育児中のご家族
- ◆内容 離乳食づくりの基本①②③のいずれか
①離乳食のおかゆと野菜 ②煮干しだしのみそ汁 ③合わせだしの煮物
- ◆日時 年6回 偶数月1回目のおいDAYと合わせて実施
9時30分～11時30分
※詳細は上の日程をご確認ください。



食育キッズ

幼少期から「食」に関心を持ち、
健康な身体づくりを応援します！
親子で楽しい時間を過ごしましょう。

- ◆対 象 未入園のお子さんと保護者
 - ◆時 間 10時～13時
 - ◆内 容 親子で簡単クッキング
- ※1週間前までに
お申込みください



食育ジュニア

食に関する体験活動を通して、望ましい
食生活習慣の基礎を学びましょう。

- ◆対 象 市内各小学校1年生
- ◆開催日 夏休み中
- ◆内 容 地元生産者によるお話、
食に関するゲーム、調理体験
- ◆募 集 学校を通してご案内します。



母子保健推進員

乳幼児健診や子育てサークル等の市で行う
母子保健事業への協力、地域の子育ての場で
活躍します。
自分達の経験を生かし、子育てのお手伝いに
協力してもらっています。

活動に興味のある方（概ね70歳未満）
は母子保健係まで
お問い合わせください。



【お問い合わせ】母子保健係 ☎62-6681

こども立ち寄り相談室

身体・心の悩み、友達、学校、家族のこと…
誰かに聞いてほしいけれど、どう話したら良い
か分からないこともあります。どんなに小さな
ことでも、話したくなったら寄ってください。

秘密厳守

相談無料

夏休み

8/1 (金)

冬休み

1/9 (金)

- ◆場所 北秋田市民ふれあいプラザコムコム
2階 A・B研修室
- ◆時間 13時30分～16時
(14時～臨床心理士もいます)

【要予約】母子保健係 ☎62-6681

児童・生徒のSOSの出し方 に関する教育

市内中学生・阿仁学園後期課程の生徒を
対象に、ストレスとうまく付き合い、心と
身体を整える方法を一緒に考えます。

- ◆対象 鷹巣中学校
合川中学校
森吉中学校
阿仁学園（後期課程）

※日程等は学校を通して調整します



マタニティ教室

- ◆会場 北秋田市保健センター
- ◆対象 妊婦とその家族（体調が落ち着いてくる妊娠4か月頃からご参加ください）
- ◆持ち物 母子健康手帳、筆記用具、エプロン、三角巾（Bコースのみ）
- ◆定員 8組 ※1週間前までにお申し込みください
- ◆参加費 無料



	A マタニティトークコース	B クッキングコース	C 子育て体験コース
月日	①5月19日（月） ②9月 8日（月） ③1月19日（月）	① 6月14日（土） ②10月18日（土） ③ 2月14日（土）	① 7月19日（土） ②11月15日（土） ③ 3月14日（土）
時間	13時30分～15時30分	10時～13時	9時30分～11時30分
内容	＊赤ちゃんの抱っこ ＆お着替え体験 ＊助産師講話 妊娠中～産後の生活と 健康管理について 	＊おすすめメニューづくり （調理後は試食があります） ＊妊娠中必要な栄養について ＊歯の健康について 	＊沐浴体験 ＊妊婦体験ジャケットの試着 ＊赤ちゃんのスキン ケアについて 

子育て世帯訪問支援事業

妊娠・子育て等の不安や負担を抱える子育て家庭や妊産婦さんのいる家庭へ、訪問支援員を派遣し、家事支援を行います。

- ◆対象者
 - ・妊娠や子育てに不安のある妊産婦及び産後1年未満の産婦で、身近に頼れる人がいない方
 - ・出産前に支援が必要な妊婦
 - ・こどもの食事、生活習慣等について支援が必要な保護者等
- ◆内容

家事支援（食事準備、片付け、洗濯、掃除、買い物等）
※北秋田市内で、対象者が在宅するときに限ります
- ◆利用回数等 1回1時間以内、最大12回



【お問い合わせ】母子保健係 ☎62-6681
子育て相談係 ☎84-8778

産後ケア事業

産後安心して子育てできるように、授乳やからだところのケア、相談が受けられるよう支援します。

- ◆対象者
 - ・産後1年未満の産婦とそのお子さん
 - ・退院後、産後の体調や育児に不安がある産婦
- ◆支援内容

（短期入所型）
医療機関に宿泊し、休養しながら助産師等から授乳指導や育児相談を受けられます。
委託先：能代厚生医療センター（生後4か月まで）
利用可能回数：最大7日間

（居宅訪問型）
助産師が家庭訪問し、授乳指導や育児相談を受けられます。
委託先：助産院イスキア（大館市）
ふわっこ助産院（大館市）
利用可能回数：最大3回

【お問い合わせ】母子保健係 ☎62-6681

よりそい妊婦訪問

安心して出産を迎えられるよう、妊娠後期を迎える妊婦さんのお宅を訪問し、様々な疑問や不安に対応します。

- ◆対象者 妊娠後期の妊婦全員
(産休に入る34週前後)



- ◆内容 保健師または助産師が家庭訪問し
様々な不安や心配に対応します。
- ・体調の確認
 - ・産後の物品準備や育児支援確認 など

※妊娠34週頃、訪問前に保健師または助産師が電話連絡し日程調整し訪問します。

プレママ*パパ相談室

妊娠（不妊治療含む）～出産、産後までの様々な疑問、不安に対し相談支援します。

随時相談可能です
【お問い合わせ】
母子保健係 ☎62-6681



- ◆会場 北秋田市保健センター
※ご希望により訪問も可能です
- ◆内容 保健師または助産師による個別相談
- ・不妊治療について知りたい
 - ・妊娠中の身体はどう変化する？
 - ・出産がこわい…イメージがわからない
- など気軽にご相談ください。

新生児訪問

生まれたお子さん全員に助産師が家庭訪問し様々な心配や不安等の相談に対応します。

- ◆対象者
生後2週間～の新生児、産婦全員

- ◆内 容
- ・赤ちゃんの計測、授乳
 - ・産後の過ごし方、赤ちゃんの育て方などの相談、マタニティブルーなど



こんにちは赤ちゃん訪問

生まれたお子さん全員に保健師が家庭訪問し様々な心配や不安等の相談に対応します。

- ◆対象者
生後1か月～2か月の乳児、産婦全員

- ◆内 容
- ・赤ちゃんの計測
 - ・産後の過ごし方・赤ちゃんの育て方などの相談
 - ・乳幼児健診のお知らせ
 - ・予防接種の予診票の配布など



未熟児養育医療給付

生まれたお子さんが、体重2,000g以下の場合や、身体発育が未熟なため指定養育医療機関に入院し養育を必要とされるお子さんに対し、1歳未満までの入院中の医療費等を給付します。

- ◆申請方法
出生届を提出後に、保健センター窓口までおこしてください。

【お問い合わせ】 母子保健係 ☎62-6681

幸せファミリーサポート (不妊治療等の助成)

不妊治療を受けるご夫婦に対し、治療に要する費用助成を行っております。

- ①特定不妊 上限20万円/回（秋田県助成後）
- ②一般不妊 上限20万円/年度（5カ年まで）
- ③不育症 上限15万円/年度（5カ年まで）

※詳細についてはお問い合わせください。

【お問い合わせ】 母子保健係 ☎62-6681

利用できるタクシー会社	住所	電話番号	営業時間	備考
たかのす・ひかりタクシー	花園町5番11号	0120-001-412	24時間	女性ドライバー1名配置
丸宮タクシー	住吉町8番7の2号	0120-203-012	24時間	女性ドライバー2名配置
北鹿観光ハイヤー	綴子字中堤38番地	0120-013-134	24時間	LINE予約可
米内沢タクシー	米内沢字葉師下153	0186-72-3212	6:00～0:00	
阿仁タクシー	阿仁銀山字下新町5の8	0186-82-3115	6:00～18:00	

- ◆運行区間
- ・原則妊産婦の自宅等から北秋田市・大館市・能代市にある産科医療機関までです。
 - ・ただし、高度医療が必要で上記以外の産科医療機関への通院が必要と認められる方は対象となりますので、詳細は母子保健係 ☎62-6681 までお問い合わせください。

③マタニティ119事業



※大館市立総合病院または能代厚生医療センターで、分娩を予定している妊婦に限ります。

消防機関に妊婦情報を事前登録し、緊急に産科医療機関へ搬送が必要な場合、スムーズな搬送体制につながります。

- ◆対象者 令和6年7月1日以降に母子健康手帳交付を受けた
①市民の妊産婦 ②北秋田市に里帰りしている妊産婦

②の方は母子保健係までお問い合わせください。
☎62-6681

- ◆対象期間 母子健康手帳交付時から出産するまで

- ◆申請方法 母子健康手帳交付時、申請書類を記入していただき、
その場で登録証を発行します。

- ◆利用方法 強い痛みや出血がある、お腹の張りがある、陣痛・破水が
はじまった等、緊急時は次のように行動してください。

【見本】



- ① かかりつけ産婦人科へ連絡⇒状況を伝え、医師・助産師・看護師の指示に従う。
- ② ①で指示があった場合、119へ通報⇒「マタニティ119で登録しているNo.△の〇〇です。
□□の状況なので救急車をお願いします」と伝える。
- ③ 救急隊員が医療機関に連絡し搬送⇒状況によっては搬送先が変更になる場合があります。

母子健康手帳交付

- ◆日 時 毎週月曜日 9時30分～16時
※祝祭日・閉庁日は除く
- ◆場 所 北秋田市保健センター
- ◆内 容 母子健康手帳の交付
妊婦健診等受診券の発行
妊婦支援給付金の申請
出産まると応援事業の申請
- ◆持ち物 マイナンバーカード
通帳またはキャッシュカード
- ◆その他 手続きには60分程度かかります。
※随時対応可能。電話でご相談ください。



【要予約】母子保健係 ☎62-6681

妊婦支援給付金

妊婦の産前産後期間の身体的・経済的負担を軽減するため給付金の支給を行います。

- ◆対象者 北秋田市民で、医師による胎児の心拍を確認できた妊婦
- ◆支給額 ①妊娠したことに対し5万円
②妊娠した胎児数1人につき7万円
- ◆申 請 ①は母子健康手帳交付時に申請
②は赤ちゃん訪問時に申請
- ◆その他 母子健康手帳交付の有無にかかわらず、妊娠が継続されなかった方なども医師による診断書等の提示により支給対象となります。詳しくは母子保健係までお問い合わせください。

【お問い合わせ】母子保健係 ☎62-6681

妊娠・出産・育児

きたあきた出産まるっと応援事業

北秋田市民病院分娩中止に伴い、妊産婦やその家族が安心して
出産を迎えられるよう、身体的・経済的負担を和らげる支援を行います。



必要書類等、
詳細はこちら♪



①妊産婦通院サポート事業



妊婦健診・出産等に係る通院費かかり増し相当額及び出産等に向け待機宿泊するための宿泊費を
支援するとともに、通院や入院中のきょうだい預かりに係る経済的支援を行います。

◆対象者 **令和6年7月1日以降に母子健康手帳交付を受けた市民の妊産婦**

※令和6年7月1日以降に北秋田市以外の市町村で母子健康手帳交付を受け、市民になった妊産婦は
母子保健係62-6681までお問い合わせください。

◆支援経費

	概要	支給額	申請方法
①通院費 かかり増し支援	自宅等から産科医療機関までの かかり増し相当額を支援します	10万円給付	母子健康手帳交付時に手 続きします 
②きょうだい 預かり支援	通院や入院中のきょうだい預かり 相当額を支援します	きょうだい1人につき2万円給付 ※3人以上は6万円 ※18歳以下(18歳誕生日後、最初の 3月31日までの)きょうだいが対象	
③待機宿泊支援	出産のための産科医療機関近隣の 宿泊施設に待機宿泊するための 宿泊費を支援します	待機宿泊にかかった費用 ※上限額24万、上限宿泊数6泊	宿泊後、1か月以内に申 請してください ※領収書が必要です

②妊産婦あんしんタクシー事業



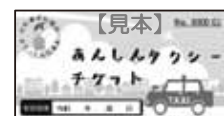
妊婦健診等で産科医療機関に市内タクシーを利用して通院するときのタクシー料金を全額助成します。

◆対象者 **令和6年7月1日以降に母子健康手帳交付を受けた**
①市民の妊産婦 ②北秋田市に里帰りしている妊産婦

②の方は母子保健係まで
お問い合わせください。
☎62-6681

◆有効期限 出産予定日から2か月を経過する日まで

◆申請方法 母子健康手帳交付時、申請書類を記入していただき、
その場でタクシーチケット32枚を交付します。



◆利用方法 ①タクシー会社に電話し、タクシーを呼ぶ。
②乗車時、乗務員へ母子健康手帳とタクシー
チケットを掲示し、片道につき1枚渡す。(料金の支払いはありません)
←利用できるタクシー会社は次のページをご覧ください。

※このタクシーチケットは、妊産婦
本人の妊婦健診、出産、産後健診等
による通院時のみ利用できます。



令和7年度版

またあまた 健康ガイド (母子保健)



北秋田市いのちのこころの
マスコットキャラクター

キャッチー

二次元バーコードを
読み込むと市ホーム
ページでも見るこ
とができます。

母子保健に関わるページは
こちらから項目をチェックし
ご覧ください。

お問い合わせ

こども家庭センター 【こども課】

母子保健係

☎0186-62-6681
(北秋田市保健センター内)

〒018-3315 北秋田市宮前町9番69号

開館時間 8:30~17:15

※土日・祝日・年末年始はお休みです。

子育て相談係

☎0186-84-8778
(北秋田市役所本庁舎内)

こども家庭センターとは

母子保健と児童福祉が連携し、妊娠期から
子育て期までの相談先がつながりながら、お子
さんや保護者、家族を支援する仕組みです。

妊娠・子育て・家族のことに関する悩み・・・
相談先に迷ったらまずは母子保健係、または子
育て相談係にご連絡ください。各分野の専門
職員が一体となりサポートします。

妊娠・出産・育児 P母1~

出産まると応援事業P母1/母子健康手帳P母2
プレママパパ相談室・妊婦訪問・赤ちゃん訪問P母3
幸せファミリーサポート事業・未熟児養育医療給付P母3
マタニティ教室・産後ケア・子育て世帯訪問支援事業P母4
子どもの食育P母5/おいDAY・あのね助産師さんP母6
スキップクラブP母7/子育て支援センターP母7
乳幼児健診日程P母8



子どもの予防接種 P母9~

子どもの定期予防接種P母9/実施医療機関P母10



北秋田市版 ココロン♡子育てアプリ

妊娠から出産・子育てまでをフルサポート！
地域とつながる、安心の子育て支援アプリです。



成長の記録



育児情報配信



予防接種管理

母子モで検索！二次元バーコードはこちら↓

母子手帳アプリ
母子モ

