



令和8年度 六ヶ所村事業日程一覧



集団健診の種類と内容

健診名	項目	対象者 (令和9年3月31日時点の満年齢)	内容	
総合健診	複合健診	特定健診 20～39歳の方 40歳以上の国民健康保険加入者 40歳以上の生活保護受給者 40歳以上の社会保険(被扶養者)加入者※ 後期高齢者医療保険加入者	身体測定、診察、血圧、尿検査、血液検査(脂質、血糖、貧血等)心電図、眼底検査	
		胃がん検診	胃部X線検査(バリウム)	
		大腸がん検診	免疫便潜血検査(SPIA法)	
		肺がん検診	胸部X線検査	
		腹部超音波検査	腹部を超音波で検査	
		肝炎検査	血液検査(B型肝炎、C型肝炎)	
		ピロリ菌検査	血液検査又は検便	
	ペプシノゲン検査	20～39歳(検査歴のない方)	血液検査	
	婦人健診	子宮頸がん検診	20歳以上の女性(R7年度に受診歴がない方)	視診、細胞診、内診
		乳がん検診	40～59歳の女性(R7年度に受診歴がない方) 60歳以上の女性(R7年度に受診歴がない方)	マンモグラフィ検査(2方向) マンモグラフィ検査(1方向)
骨密度検診	骨密度検診	40、45、50、55、60、65、70歳の女性	DXA法	

健診日と会場

会場	健診名	日にち	受付時間
老人福祉センター	複合健診	7月8日(水)・10日(金)・13日(月)	8:00～11:30
	骨密度検診	9月26日(土)	13:00～13:20
千歳平地区公民館	複合健診	11月5日(木)・6日(金)・7日(土)	8:00～11:30
	骨密度検診	9月26日(土)	14:20～14:50
泊地区 ふれあいセンター	複合健診	10月31日(土) 11月1日(日)・2日(月)	7:00～9:30
	骨密度検診	9月26日(土)	9:00～9:20
保健相談センター	総合健診(複合+婦人)	9月11日(金)・12日(土)・13日(日)	8:00～11:30
	複合健診	9月4日(金)・5日(土)・6日(日)・7日(月) 8日(火)・9日(水)・10日(木)・14日(月) 15日(火)・16日(水) 令和9年1月16日(土)	8:00～11:30
	骨密度検診	9月26日(土)	10:20～11:00

※40歳以上の社会保険(被扶養者)加入者の方へ
集団健診で特定健診の受診を希望する方は、健診機関
へ特定健診部分のお申し込みが必須となります。

受診票と健診受診日のご案内がお手元に届きましたら、必
ずお電話でお申し込みをしてください。

【申込先】

老人福祉センター・千歳平地区公民館
泊地区ふれあいセンターで受診する方
青森県総合健診センター
☎017-741-2336

保健相談センターで受診する方
八戸西健診プラザ
☎0178-21-1717

受診当日【特定健康診査受診券】が必要です。
ご自宅に届いたら必ず保管してください。

※健診名の赤文字: 女性のみ受診可能な日 無料送迎バスの運行あり 青文字: 女性限定

運動教室

時間帯	教室名 及び 教室内容	日程	場所
昼の部 14:00 ～ 15:30	脂肪燃焼ヨガ教室 (初心者向け)	8月3日・17日・24日 (いずれも月曜日)	保健 相談 センター
	脂肪燃焼ヨガ教室 (上級者向け)	11月9日・16日・30日 (いずれも月曜日)	
夜の部 18:15 ～ 19:30 ※ オトコの 筋活 教室は 18:30 ～ 20:00	5歳若返り!!筋力UP教室	4月23日、5月7日、6月25日、7月30 日、8月20日、9月3日、10月8日、11 月12日、12月3日、1月7日 (いずれも木曜日)	保健 相談 センター
	バランスボール教室	9月17日、10月1日・22日、11月26日 (いずれも木曜日)	
	コンディショニング トレーニング教室	12月7日・21日、1月18日・25日 (いずれも月曜日)	
	オトコの筋活教室 定員:10名	5月14日・21日、6月4日・11日 (いずれも木曜日)	大石 総合 体育館
	マッスルズコンディショ ン 教室	5月28日、6月18日、7月2日・16日・23 日、8月6日 (いずれも木曜日)	屋内温水 プール ろっぶ
	ナイトヨガ教室	2月9日・16日、3月2日・9日 (いずれも火曜日)	

栄養教室

日付	テーマ	日付	テーマ
4月22日 (水)	高血圧予防のための 基礎知識	10月	未定
5月20日 (水)	おいしく減塩	11月25 日(水)	かんたん調理で 栄養満点ごはん
6月17日 (水)	カリウムで排塩	12月16 日(水)	隠れ塩分に気をつけよう
7月15日 (水)	うま味活用術	1月20日 (水)	脂質の上手なとり方
8月19日 (水)	適正エネルギーで 健康管理	2月17日 (水)	乳和食のすすめ
9月	未定	3月17日 (水)	外食・中食の上手な 選び方