

歯科健診・口腔がん検診

実施期間	6月1日(月)～2月28日(日)	
対象者 (生年月日)	20歳 H 18.4.2～H 19.4.1	25歳 H 13.4.2～H 14.4.1
	30歳 H 8.4.2～H 9.4.1	35歳 H 3.4.2～H 4.4.1
	40歳 S 61.4.2～S 62.4.1	45歳 S 56.4.2～S 57.4.1
	50歳 S 51.4.2～S 52.4.1	55歳 S 46.4.2～S 47.4.1
	60歳 S 41.4.2～S 42.4.1	65歳 S 36.4.2～S 37.4.1
	70歳 S 31.4.2～S 32.4.1	
検査内容	問診、口腔内検査	
自己負担額	500円(口腔がん検診は+100円)	
	生活保護世帯、70歳の方は無料	
受診場所	大磯町、二宮町、平塚市の指定医療機関	

詳細は、5月末に対象者へ送付するハガキをご確認ください。

受診場所の一覧はこちらから↓



大人の予防接種

種類	対象者	接種期間	その他
インフルエンザワクチン	65歳以上の方	10月から開始予定	詳細が決まり次第、広報・ホームページでお知らせします。
新型コロナウイルスワクチン	65歳以上65歳未満の方で、心臓・腎臓・呼吸器・ヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能の障がい(身体障害者手帳1級相当)を有する方	65歳の誕生日から66歳の誕生日の前日まで	対象者には、 紫色 の受診券(ハガキ)を郵送※誕生日の翌月発送
肺炎球菌ワクチン	65歳の方 接種したことがある方は対象外		
带状疱疹ワクチン	令和8年度中に、65歳・70歳・75歳・80歳・85歳・90歳・95歳・100歳になる方 接種したことがある方は対象外	4月1日から3月31日まで	対象者には、 水色 の受診券(ハガキ)を郵送

※自己負担額や接種医療機関等は、広報・ホームページに掲載します。生活保護世帯の方は無料です。

肝炎陽性者 フォローアップ

肝炎ウイルス陽性者に対し、適切な治療を開始できるよう「フォローアップ事業」を行っています。詳細は、お問合せください。

こころとからだ 健康相談

随時、保健師と管理栄養士による健康相談を窓口や電話、メールなどで受け付けています。必要に応じてご家庭への訪問も行います。お気軽にご相談ください。



各種体操・教室等

どなたでもご参加いただけます ※予約不要、参加費無料

おいそ骨太体操 講習会

骨太体操のほか、こゆるぎ体操やリズム体操、マットを使用した運動などを行います。毎月広報「お知らせ版」に日時場所を掲載します。



スクエアステップの ひろば

よこ4個×たて10個のマス目のマット上で決められたステップを踏むエクササイズです。毎月広報「お知らせ版」に日時場所を掲載します。



こゆるぎ体操講習会

太極拳や気功の要素を取り入れた11種類の動きで構成されている「こゆるぎ体操」。ゆっくりとしたテンポで行うことで、転倒予防や心身のリラックス効果などがあります。

- ・5月20日(水) 保健センター
- ・6月3日(水) 国府支所
- ※両日ともに10:00～11:30

食の講座

食生活改善推進員養成講座 (食育アドバイザー)

料理教室の開催や、地域の健康づくりをすすめる活動をしている「食生活改善推進員」を養成する講座です。

日程 7月～1月の全10回
初回は7月3日(金)10:00～12:00
場所 保健センター等
定員 5名(町内在住の方)
費用 調理実習時に材料費・保険代として、1回あたり400円程度の実費負担あり
締切 6月26日(金)



ランチ付き・★の日程は託児付き

生活習慣病予防食事講座

生活習慣病予防のお話とバランスの整った食事のランチタイム♪

時間 10:30～12:00
場所 保健センター
定員 各回12名
費用 400円

※調理実習はありません。
※講座内容は毎回同じです。

日程
5月27日(水)
6月25日(木)
9月11日(金)★
10月27日(火)
12月11日(金)★
1月21日(木)

★は託児つき

料理初心者応援クッキング

日程 3月13日(土) 10:00～13:00
場所 保健センター 定員 12名
費用 500円(材料費、保険代)



学生の方、
社会人になりたての方、
大歓迎!

一人暮らしを
始めた方もぜひ!

防災食体験講座

いつ起こるか分からない災害に備えて備蓄食品の選び方、ローリングストックの方法などをお話します。パッククッキングの体験と試食もあります。

日程 9月28日(月)10:00～13:00 保健センター
※調理実習あり
3月23日(火)10:30～12:30 国府支所
※調理実習なし(デモンストレーションのみ)
定員 各回15名 費用 200円(材料費)



レシピ動画も公開中➡

どれも1分程度で見られます



保存版

令和8年度 おおいそ健康カレンダー

参加無料!
予約不要!

おいそ健康年齢測定会

～健康状態を“見える化”して生活習慣病を予防!～

各種測定を無料で実施!

- 血管年齢：血管の健康状態を年齢化
- 脳年齢：ゲーム感覚で脳の元気度を測定
- 骨健康度：骨の健康状態をチェック
- 体組成：全身の筋力や脂肪量配分を測定
- 立位年齢：隠れた転倒リスクを数値で見える化

新たに仲間入り!



立位年齢測定

転倒予防、
認知症予防にも!

脳年齢測定



測定会日時・場所(測定機器は変更になる場合があります)

実施日	測定機器	実施日	測定機器
5月22日(金)	骨・立	12月10日(木)	骨・立・脳
6月24日(水)	骨・立・脳	12月14日(月)	骨・立・体
7月28日(火)	骨・立・体	1月13日(水)	骨・立・脳
8月28日(金)	骨・立・脳	1月26日(火)	骨・立・体
9月28日(月)	骨・立・血	2月3日(水)	骨・立・体
10月7日(水)	骨・立・脳	2月19日(金)	骨・立・脳
10月26日(月)	骨・立・体	3月3日(水)	骨・立・体
11月10日(火)	骨・立・血	3月19日(金)	骨・立・血
11月18日(水)	骨・立・脳		

測定受付時間 9:30～11:30
(予約不要) 13:30～15:00
場所 保健センター
※12月10日、
2月3日は国府支所

通いの場や地区の集まり等
にも出張測定いたします!
日程や測定内容については、
ご相談ください。

健診結果相談会もやっています!(測定会と同日開催)

健診結果の見方や改善ポイント等、保健師・管理栄養士と個別に相談ができます。

相談受付時間(2部制、要予約):①9:30～10:30 ②10:30～11:30

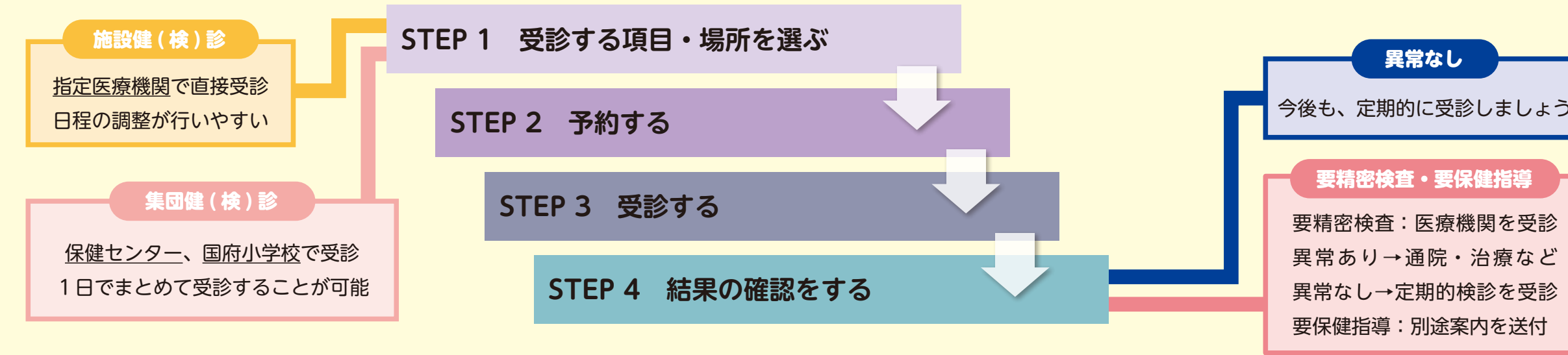
※ご希望の方は事前にスポーツ健康課へご予約ください。

問合せ：スポーツ健康課

TEL:0463-61-4100(代)内線309、310
Mail:kenko@town.oiso.kanagawa.jp

健康診査・がん検診等

町では、健康診査やがん検診等を実施しています。生涯にわたり健康でいきいきと暮らせるように、年に1回は受診しましょう！



集団健(検)診

午前中は、ボランティアによる託児があります！
予約時にお伝えください！

申込方法：

右表から受診する項目・日程を選び、
①か②の方法で予約してください。
ご予約後、受診日の約1週間前
になりましたら受診票等を郵送します。

①電話で予約

6月1日(月)～6月3日(水) → 62-1161(予約専用)

6月4日(木)以降 → 61-4100(スポーツ健康課)

②電子申請(PC・スマートフォン)



←二次元コードを読み取ってください
※事前に利用者登録が必要です。

結果通知：

受診日の約1か月後に郵送します。

実施日	特定	胃バリウム	肺	大腸	乳	子宮	肝炎	胃リスク	前立腺	実施場所
7月27日(月)	○	○	○	○	—	—	○	○	○	保健センター
8月2日(日)	◎	◎	◎	●	●	●	◎	◎	—	
8月26日(水)	○	○	○	○	—	—	○	○	○	
9月5日(土)	◎	◎	◎	●	●	●	◎	◎	—	
9月29日(火)	○	○	○	○	—	—	○	○	○	
10月3日(土)	—	—	—	●	●	●	—	—	—	国府小学校
10月5日(月)	○	○	○	○	—	—	○	○	○	
10月10日(土)	○	○	○	○	—	—	○	○	○	保健センター
11月8日(日)	◎	◎	◎	●	●	●	◎	◎	—	
11月9日(月)	○	○	○	○	—	—	○	○	○	国府小学校
12月5日(土)	○	○	○	○	—	—	○	○	○	
12月12日(土)	○	○	○	○	—	—	○	○	○	保健センター
12月18日(金)	○	○	○	○	—	—	○	○	○	
2月6日(土)	—	—	—	●	●	●	—	—	—	

○：午前のみ実施、●：午前・午後実施、◎：女性限定で午前のみ実施、—：実施なし
※予約締切は実施日の1か月前です。ただし定員に達し次第締め切りとなります。

対象・料金等

※令和9年3月末時点で、対象年齢になっている方を含みます。 ●：生活保護世帯は無料 ★：無料クーポン券をお持ちの方は無料

	健康診査		がん検診等									
	特定健康診査	後期高齢者健康診査	胃がん●	胃がんリスク	前立腺がん	肺がん● ※65歳以上の方は結核検診も兼ねる	大腸がん●★	乳がん●★	子宮頸がん●★	肝炎ウイルス●★		
20～34歳	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—		
35～39歳	○	—	—	—	—	—	—	—	○	—		
40～49歳	○	—	—	○	○	○	○	○	○	○		
50～74歳	○	—	○	○	○	○	○	○	○	○		
75歳以上	—	○	○	○	○	○	○	○	○	○		
対象条件	国民健康保険加入者	後期高齢者医療制度加入者	年度内に偶数年齢になる方	—	—	男性のみ	—	—	女性のみ	女性のみ	初めての方	
検査項目	診察、測定、尿検査、血液検査、心電図検査		内視鏡	胃部X線検査(バリウム)	血液検査	血液検査(PSA検査)	胸部X線検査	便潜血検査	マンモグラフィ	視診内診細胞診	血液検査	
	眼底検査 集団：希望者を実施 施設：医師判断で実施	—										
自己負担額	集団：1,500円(眼底検査は+1,500円) 施設：2,000円(眼底検査は追加費用なし)		無料	施設のみ3,000円	集団のみ500円	集団のみ4,400円	集団のみ2,300円	集団のみ300円 施設600円	集団200円 施設400円	集団700円 施設1,250円	集団400円 施設900円	B型500円 C型500円

無料クーポン

右記対象の方には無料で受けられるクーポン券を5月末にお送りします。この機会にぜひ、受診しましょう。

検査項目	対象年齢	生年月日	検査項目	対象年齢	生年月日
大腸がん、乳がん 肝炎ウイルス	41歳	S 60. 4. 2～S 61. 4. 1	子宮頸がん	21歳	H 17. 4. 2～H 18. 4. 1
				31歳	H 7. 4. 2～H 8. 4. 1

施設健(検)診

受診期間：6月1日(月)～2月28日(日)

※医療機関により終了日は異なります。

申込方法：希望する医療機関へ直接ご予約ください。医療機関ごとに予約状況は異なります。

結果通知：医療機関によって結果の返し方が異なります。受診時にお尋ねください。

医療機関名	住所	電話番号	特定後期	胃内視鏡	肺	大腸	肝炎
大磯ハートクリニック	国府新宿 547	70-1110	●	—	●	●	●
大谷クリニック	大磯 962-1 吉川ビル 2F	60-3111	●	●	●	●	●
月京クリニック	月京 9-11	71-2321	●	—	●	●	●
國谷整形外科	大磯 949	61-0238	●	—	●	●	●
グリーン内科クリニック	大磯 1115	60-3131	●	—	●	●	●
さいとうクリニック	大磯 1071-1	73-6071	●	●	●	●	●
ひよこクリニック	大磯 1654-3	61-7963	—	—	—	●	●
簗島医院	国府新宿 402	71-0184	●	●	●	●	●
森田内科医院	東小磯 10-1	61-8887	●	—	●	●	●
脇内科クリニック	大磯 1562	61-0829	●	—	●	●	●
西山クリニック	二宮町二宮 1285-1	71-1212	—	●	—	—	—
二宮胃腸内科クリニック	二宮町中里 989-7	73-2911	—	●	—	—	—
さだもとクリニック	二宮町二宮 821-30	72-5737	—	●	—	—	—
湘南大磯病院	月京 21-1	70-6511	●	●	—	—	—

医療機関名	住所	電話番号	乳	子宮
湘南大磯病院	大磯町月京 21- 1	70-6511	●	●
ありさわクリニック	平塚市老松町 2-28	21-5805	—	●
倉田会メディカルサポートクリニック	平塚市四之宮 2- 7- 8	27-1011	●	●
小清水産婦人科クリニック	平塚市徳延 1-16-20	35-0310	—	●
湘南健診センター	平塚市宝町 10- 4	21-3811	●	●
秦野赤十字病院	秦野市立野台 1- 1	81-0855	●	●
ひまわりレディース&マタニティクリニック	平塚市四之宮 2-11-30	23-1103	—	●
平園クリニック	平塚市岡崎 4415- 1	50-1105	—	●
ひらまえクリニック	平塚市宝町 1- 1 ラスカ平塚店 2階	25-1500	—	●
前田産婦人科	平塚市松風町 13-37	27-2322	—	●
牧野クリニック	平塚市八重咲町 25 - 5	21-2364	—	●