令和８年度版

大人のための
熊谷市健康べんり帳



健(検)診は、気になる症状がある方や、心配がある方が受けるものだと思っていませんか？

健(検)診は、あなたの身体の中に、あなたが気づかずにいる病気が隠れていないかをチェックするものです。

「症状や心配がないから大丈夫！」と思わずに、ぜひ定期的に受けて、ご自身が健康であるかを確認してください。

もし異常が見つかった場合には、放置せず速やかに医療機関を受診しましょう。

早期発見・早期治療があなたのこれからを変えます。

○がん検診等　・・・

令和８年度　がん検診等



熊谷市では、健康増進法に基づき下記のがん検診等を実施しています。
多くのがんは早期発見により治癒可能ですが、がんは相当進行した段階で初めて症状が出る場合が多く、早期のがんでは症状が出ることはほとんどありません。
がん検診は、症状のない方を対象とし、主に早期がんを発見するのに有効です。
健康管理のため計画的にがん検診を受けましょう。
なお、何か自覚症状がある方は、早めにマイナ保険証等を使って医療機関を受診することをおすすめします。

対象年齢：令和9年4月1日現在

検診名	対象者	内　容	検診費用（自己負担額）
胃がん検診	50歳以上の方 （２年に1回）　※1	胃部X線検査 または胃内視鏡検査	1，500円
大腸がん検診	40歳以上の方	便潜血検査	容器代含む　500円
肺がん（結核）検診	40歳以上の方	胸部X線検査　※2	500円
子宮頸（けい）がん検診 ※子宮体がんのみの受診は不可	20歳以上の女性 （２年に1回）	内　診 細胞診	子宮頸部　1，000円 子宮頸部・体部 （医師の指示により）　1，500円
乳がん検診	40歳以上の女性 （２年に1回）	マンモグラフィ　※3	40歳以上 マンモグラフィ（２方向）　1，500円 50歳以上 マンモグラフィ（１方向）　1，000円
前立腺がん検診	50歳以上の男性	血液検査（PSA）	500円
骨粗しょう症検診	40・45・50・55・60・ 65・70歳の女性	骨量測定	500円
肝炎ウイルス検診	40歳の方	血液検査 （HBs抗原検査・HCV抗体検査 （必要によりHCV核酸増幅検査）	500円
個別健康診査	市の生活保護を受給し、 健康保険に加入されていない 40歳以上の方	身長・体重・腹囲 ・血圧・血液検査	無料 この健診は事前に地域保健課への 申込みが必要

◎「熊谷市国民健康保険」・「後期高齢者医療制度」に加入している方、障害者手帳をお持ちの方、生活保護受給の方は、
証明証の提示で検診費用（自己負担額）が**無料**になります。

◎ 各検診とも、実施期間内（令和8年6月～令和9年3月末）に1回受診できます。
ただし、胃がん・子宮頸がん・乳がん検診は、2年に1回の受診になります。検診を継続して受診しましょう。

※1　国のがん検診指針の改正（H28.2）に伴い、令和元年度から、胃がん検診の対象者が変更（50歳以上の方で2年に1回）になりました。
今年度の対象者は、前年度に胃がん検診を受診されていない50歳以上の方です。

※2　国のがん検診指針の改正（R8.4）に伴い、肺がん検診の検査項目から喀痰検査を除外しました。

※3　国のがん検診指針の改正（H28.2）に伴い、乳がん検診の検査項目から視触診を除外しました。医師による視触診はありません。

◎ **要精密検査となった場合には、必ず精密検査を受けましょう。**

◎ 次の方は、受診できません。

① 人間ドックや勤務先等で、検診を受ける機会のある方　（熊谷市国保人間ドック検査の助成を受けた方）
② 妊娠中の方　③ がん・骨粗しょう症・肝炎で現在治療中の方（該当検診のみ）
④ 豊胸術（シリコン、ヒアルロン酸、自家脂肪など）をされている方、ペースメーカー、ＣＶポート、
シャント用カテーテルなどが埋め込まれている方（乳がん検診のみ）

◎ 熊谷市が定める検診内容とは別に、医師の判断によりさらに詳細な検査を同時に実施する場合があります。
この場合、別途、検査費用がかかりますので、ご注意ください。
検査の内容、料金等に関して不明な点があれば、その場で医療機関から説明をお聞きください。

◎ 胃内視鏡検査等で生検等の医療行為を受けた場合は、別途医療費が必要となります。

◎ **熊谷市から転出された方は、受診券を使用することはできません。**

◎ がん検診は、死亡率減少効果がありますが、必ずがんを見つけられるわけではありません。
また、がんがなくても結果が「陽性」と なる場合もあります。

《 がん検診の受け方 》

1. 受診券で、受けることのできる検診を確認します

●受診券は、同封されているシールになっているものです。
●対象の検診を、受けることができます。

●今回受診された方は、申込みをしなくても来年度の受診券が郵送されます。

2. 医療機関に受診の予約をします

●熊谷市個別がん検診は、熊谷市医師会に委託して実施しています。
中面の『医療機関一覧』から希望する医療機関をお選びください。

●医療機関に申込みをする際に「熊谷市のがん検診」であることを申し出てください。

●大腸がん検診を希望する方は、受診前に検便の容器を医療機関に取りに行きます。

**※感染症等の影響により、必要な検診の受診を控えた結果、がんの早期発見・早期治療につなげられなくなる状況が懸念されています。
各種検診受診は、市民の皆様の健康を維持するために重要です。
かかりつけの医療機関と相談し受診可能であれば、積極的に受診しましょう。**

※各種検診は、医療機関において感染症等への対策を講じた上で検診を実施しておりますが、検診の種類や医療機関によって、受け入れの異なる場合がありますので、受診を希望される医療機関にご確認ください。

3. 医療機関で受診します

●受診に必要なもの
- ◇ マイナ保険証等
- ◇ 受診券（バーコードシール）
- ◇ 検診費用（自己負担額）
- ◇ 検便（大腸がん検診を希望する方）

※ がん検診の受診費用が無料になる方

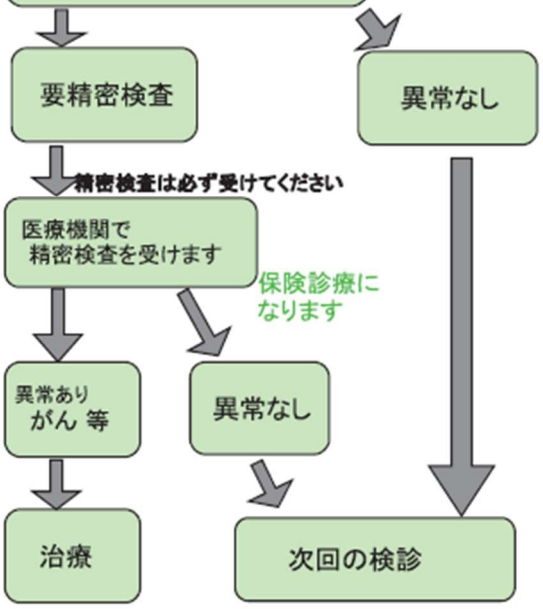
下記の方は、証明証の提示で検診費用（自己負担額）が無料になります。

- **熊谷市国民健康保険加入の方 ⇒ マイナ保険証等**
- **後期高齢者医療制度加入の方 ⇒ マイナ保険証等**
- **障害者手帳をお持ちの方 ⇒ 障害者手帳**
- **生活保護受給の方 ⇒ 生活保護受給証**

をお持ちください。

4. 受診した医療機関から結果を受け取ります

※ 検診結果についてご不明な点は、受診医療機関にお問い合わせください。



各種検診の結果は、医療機関から市へ報告され、保健施策の基礎データとするほか、検診の質の向上のため活用されます。
なお、個人情報の保護については適正な管理に努めます。

**※ 実施期間終了近くなると予約がとれない場合があります。
受診券を受け取りましたら、できるだけ早めの予約をお願いします。**

**問合せ先
こども健康部地域保健課健康診査係
（ 保健センター内 ）
TEL 048−526−5737
FAX 048−526−5933**

子宮頸がん・乳がん検診無料クーポン券

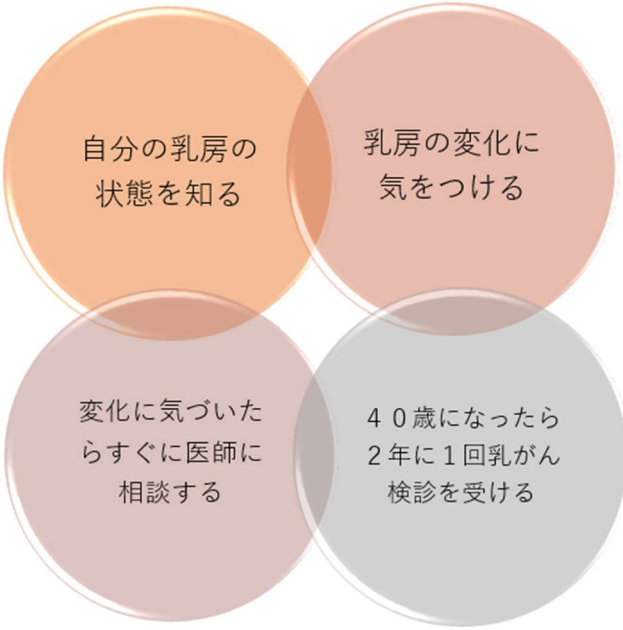
実施期間：令和８年７月～令和９年２月末

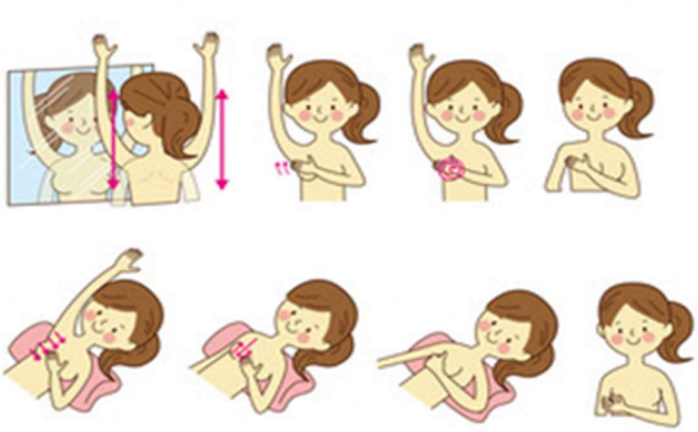
対象の方には、６月下旬頃送付いたします。この機会に是非受診してみてください。

対象者	子宮頸がん検診	平成１７年４月２日生～平成１８年４月１日生の女性
	乳がん検診	昭和６０年４月２日生～昭和６１年４月１日生の女性

＜ブレストアウェアネス-乳房を意識する生活習慣-＞

４つのポイント





がん検診、子宮頸がん・乳がん検診無料クーポン券、歯と口の健康診査に関する申込み・問合せ

地域保健課
健康診査係

保健センター　（くまキッズ内）
熊谷市石原３-２７
電話：０４８-５２６-５７３７
FAX：０４８-５２６-５９３３
メールアドレス：chiikihoken@city.kumagaya.lg.jp

熊谷市国民健康保険・後期高齢者医療制度にご加入の方　※対象の方には受診券を送付します。



特定健診（４０～７４歳）・長寿健診（７５歳以上）

実施期間：令和８年６月～令和９年３月末

《 健診の受け方 》

1. 電話等で指定医療機関に申し込みます
2. 医療機関で受診します
3. 受診した医療機関から結果の説明を受けます

注意

- 健診前日の飲酒や激しい運動は避けましょう。
- 健診の10時間前以降は、水以外の飲食物はとらないでください。

受診に必要なもの

◇ マイナ保険証または資格確認書
◇ 受診券
◇ 質問票(事前に記入)

特定保健指導

健康寿命を伸ばそう！

◇対象者：健診の結果により、
メタボリックシンドロームと判定された方。
（対象者の方には通知いたします。）
◇コース：『ぐんぐん改善コース』、『ゆっくり改善コース』

通知がありましたら、積極的に参加してください。

【生活保護を受給されている方へ】
特定健診、がん検診等を希望される方は、地域保健課へお申し込みください。

地域保健課
健康診査係

保健センター　（くまキッズ内）
熊谷市石原３-２７
電話：０４８-５２６-５７３７
FAX：０４８-５２６-５９３３
メールアドレス：chiikihoken@city.kumagaya.lg.jp

■ 令和8年度　熊谷市 がん検診等実施医療機関一覧 ■

●印：実施医療機関

（50音順）

医療機関名	所在地	電話番号 市外局番（048）	胃がん		大腸がん	肺がん	子宮頸がん	乳がん	前立腺がん	骨粗しょう症	肝炎ウイルス	土曜日又は日曜日受診可※	女性の医師や検査技師が対応可※	特定健診を受けられる医療保険者			
			X線	内視鏡										熊谷市国保特定・長寿健診受診可			協会けんぽ被扶養者※4
															（詳細）眼底	受診可※土曜日又は日曜日	
あいざわクリニック	桜木町1－195	520－1730		●	●	●					●			●			
あべ泌尿器科	太井1641－5	599－0221							●								
五十嵐医院	上之520－1	522－6432			●				●	●				●			●
池田内科眼科クリニック	原島935－1	520－2900			●	●			●		●			●	●		●
石川医院	弥生1－50	521－0089			●				●		●			●			●
石川クリニック	肥塚1154－3	501－1870		●	●	●			●	●	●			●			●
いのクリニック	箱田1－12－24	528－8300			●	●	●		●	●	●			●			●
今井医院	中央1－2	521－7257			●	●			●		●			●			●
内田クリニック	妻沼1234	588－7605		●	●	●			●		●			●			●
えのもとクリニック	中央3－186	528－5555			●						●			●			●
大塚医院ファミリークリニック	大麻生1396	501－6115			●	●			●	●	●			●			●
岡田医院	拾六間273	533－4666	●	●	●	●			●	●	●			●			●
小澤整形外科医院	上之3499	522－1253								●				●			●
かくたクリニック	佐谷田1542－1	501－0771									●			●			●
籠原病院	美土里町3－136	532－6747	●	●	●	●			●	●	●	●		●	●	●	●
河田医院	新堀新田503－1	532－6022			●				●		●			●			●
君島整形外科医院	肥塚1383－5	527－0981								●				●			●
木村整形外科	原島689－4	527－0055							●	●				●			●
木元整形脳神経外科医院	上川上491－1	521－2201								●							
くぼじまクリニック	久保島1785－2	533－7511		●	●	●			●	●	●	●		●		●	●
くまがやクリニック	大原3－6－3	523－0003			●				●		●			●			
熊谷外科病院	佐谷田3811－1	521－4115 予約受付　平日14～16時	●	●	●	●		●	●	●	●		●	●	●		●
熊谷生協病院	上之3854	524－3841	●	●	●	●		●	●	●	●			●	●		●
熊谷総合病院	中西4－5－1	521－0065 予約受付　平日13～16時		●	●	●	●	●	●	●	●	●※1		●	●		●
熊谷福島病院	宮前町1－135－2	525－2522			●				●		●			●			●
こせがわ内科クリニック	広瀬226－6	578－5622			●	●			●		●			●			●
小林医院	村岡535－1	536－8888			●				●		●			●			●
小林クリニック	河原町2－5	521－4477			●	●			●		●			●			●
こばやし小児科	妻沼中央15－1	589－0011				●						●		●		●	●
小林整形外科	玉井南1－49－2	533－8558								●				●			●
埼玉県立循環器・呼吸器病センター	板井1696	536－9900		●	●	●			●		●		●※2				
埼玉江南病院	江南中央2－7－2	536－1366			●	●			●		●			●			●
埼玉慈恵病院	石原3－208	521－0321	●	●	●	●			●	●	●	●		●	●	●	●
酒巻クリニック	原島555	527－1200								●							
坂本内科医院	新堀新田518－5	532－6334			●	●			●	●				●			●
佐川医院	小曽根745－2	524－3939			●				●					●			
さめじまボンディングクリニック	太井1681	526－1103					●										
しぶや医院	大原2－7－10	522－7022			●	●			●	●	●			●			●
清水内科	上之1562－1	526－1530			●	●			●		●			●			●
正田整形外科クリニック	桜木町1－71	599－3622								●							
鈴木医院	葛和田1117－1	588－0112		●	●	●					●	●		●		●	●
すみや医院	西別府1855－5	533－8890							●					●			
せき内科医院	宮前町2－133－1	598－7700		●	●	●			●	●	●	●		●		●	●

医療機関名	所在地	電話番号 市外局番（048）	胃がん		大腸がん	肺がん	子宮頸がん	乳がん	前立腺がん	骨粗しょう症	肝炎ウィルス	土曜日又は日曜日受診可※	女性の医師や検査技師が対応可能	特定健診を受けられる医療保険者			
			X線	内視鏡										熊谷市国保特定・長寿健診受診可			協会けんぽ被扶養者※4
															（詳細）眼底	診療日は土曜日又は日曜※受診日	
たかしの森クリニック	上奈良1296	528ー2288			●	●			●	●	●			●	●		●
高津江南クリニック	樋春1974ー5	539ー0500		●	●	●			●	●	●			●			●
たがやクリニック	銀座1ー110	522ー4480		●	●	●			●	●	●			●			●
千島内科クリニック	玉井314ー3	530ー6446		●	●	●			●		●			●			●
中央脳神経外科	中央1ー142	529ー2525			●	●			●		●			●	●		●
ティーエムクリニック	三ケ尻48	533ー8837	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●※3	●	●	●	●
藤間病院	末広2ー137	522ー0600 予約受付 月～土 10～12時	●	●	●	●	●	●	●	●	●			●	●		●
中島クリニック	妻沼東5ー50	567ー2070			●				●	●				●			●
長又医院	本石2ー240	521ー4565			●	●			●		●			●			●
新島整形外科	原島1ー1	527ー0133								●							
西田医院	小曽根111ー1	525ー3345			●				●					●			●
西田クリニック	末広2ー21	525ー2100		●	●	●			●	●	●			●			●
西山整形外科リウマチクリニック	筑波3ー202 ティアラ21ビル 4F	598ー3777							●	●							
ねごろクリニック	銀座5ー6ー13	522ー0038		●	●	●			●		●			●			
野口医院	鎌倉町3	521ー1112		●	●									●			
平田クリニック	肥塚4ー205	（代）526ー1171 （内科）520ー2255	●	●	●	●	●		●		●			●			●
松井医院	宮町2ー60	522ー1680		●	●	●			●	●	●			●	●		
松崎整形外科	上之3137ー5	527ー1511							●	●							
まつだ整形外科クリニック	弥藤吾180ー1	567ー0753								●							
松本医院（妻沼）	妻沼1501	588ー0037			●	●			●	●	●	●		●		●	●
松本医院（江南）	成沢887ー3	536ー7775	●	●	●	●			●	●	●			●			●
三輪医院	宮町1ー155ー1	521ー0773		●	●	●			●	●	●			●			●
村上クリニック	新堀128	533ー2691			●				●					●			●
メディカルプラザ熊谷	銀座2ー28	523ー7699							●		●			●			●
めぬま整形外科	妻沼東4ー66ー6	567ー1170			●				●	●	●			●			
持田クリニック	玉井1148ー1	598ー5353		●	●	●			●		●			●			
安原泌尿器科クリニック	中央2ー258ー1	520ー2110							●		●	●		●		●	●
山本内科胃腸科医院	大原1ー1ー33	521ー7371		●	●	●			●		●		●	●			●
ゆうあい内科・脳神経クリニック	太井1685ー1	522ー8880			●				●	●	●	●		●		●	●
よしおか内科こどもクリニック	伊勢町212ー1	501ー1135		●	●				●		●			●			●
吉田医院	本石2ー61	521ー1083		●	●	●			●		●			●			●
ワイルドナイツクリニック	今井68ー1	578ー4272								●							

◎休診日の場合があります。診療時間・診療日については、各医療機関にお問い合わせください。
※1　第1・3土曜日のみ受診可
※2　がん検診の女性医師等については状況によって対応できない場合もあります。
※3　女性医師　火曜日～金曜日対応可能
※4　協会けんぽ被扶養者の健診費用等のお問合せ先　協会けんぽ埼玉支部保健グループ048ー658ー5915

熊谷市国民健康保険・後期高齢者医療制度にご加入の方。

人間ドック・脳ドックの助成

人間ドック・脳ドックのどちらかを年度内に１回３万円(3万円に満たないときはその額まで)を助成します。

＜対象＞　　満30歳以上(申請当日)

≪受け方≫

1．電話等で指定医療機関に申し込みます

2．受検日の前日までに申請し、助成承認(交付)決定通知書を受け取ります

＜申請場所＞

次のいずれかで申請してください。

- 地域保健課　健康診査係
- 各行政センター
  市民福祉係・市民係
- さくらめいと出張所

※さくらめいと出張所では通知書は後日郵送となります。

人間ドックの助成を受けた場合

特定・長寿健診	がん検診等	脳ドック
× 受けられません	△ ドックに含まれないもののみ可	× 受けられません

脳ドックの助成を受けた場合

特定・長寿健診	がん検診等	人間ドック
○	○	×

人間ドック・脳ドックに関する申込み・問合せ

【地域保健課】
熊谷市石原3-27（くまキッズ内）
電話：048-526-5737
FAX：048-526-5933

令和8年度　熊谷市国民健康保険・後期高齢者医療　人間ドック助成　指定医療機関

No.	医療機関名	所在地	電話番号
1	あいざわクリニック	桜木町1-195	048-520-1730
2	籠原病院	美土里町3-136	048-532-6747
3	くぼじまクリニック	久保島1785-2	048-533-7511
4	熊谷外科病院	佐谷田3811-1	048-521-4115
5	熊谷生協病院	上之3854	048-524-3841
6	熊谷総合病院	中西4-5-1	048-521-0065
7	埼玉慈恵病院	石原3-208	048-521-0321
8	たがやクリニック	銀座1-110	048-522-4480
9	ティーエムクリニック	三ヶ尻48	048-533-8836
10	藤間病院総合健診システム	末広2-138	048-524-0146
11	平田クリニック	肥塚4-205	048-520-2255
12	松井医院	宮町2-60	048-522-1680
13	ゆうあい内科・脳神経クリニック	太井1685-1	048-522-8880
14	吉田医院	本石2-61	048-521-1083
15	岩崎医院	深谷市東方3688-5	048-572-8181
16	小川赤十字病院	比企郡小川町小川1525	0493-72-2333
17	埼玉成恵会病院	東松山市石橋1721	0493-23-1221
18	東松山医師会病院健診センター	東松山市神明町1-15-10	0493-25-0232
19	東松山市立市民病院	東松山市松山2392	0493-24-6111
20	深谷寄居医師会メディカルセンター	深谷市上柴町西3-6-1	048-572-2411
21	堀江病院	太田市高林東町1800	0276-38-5110

令和8年度　熊谷市国民健康保険・後期高齢者医療　脳ドック助成　指定医療機関

No.	医療機関名	所在地	電話番号
1	籠原病院	美土里町3-136	048-532-6747
2	関東脳神経外科病院	代1120	048-521-3133
3	熊谷外科病院	佐谷田3811-1	048-521-4115
4	熊谷総合病院	中西4-5-1	048-521-0065
5	埼玉県立循環器・呼吸器病センター	板井1696	048-536-9900
6	埼玉慈恵病院	石原3-208	048-521-0321
7	中央脳神経外科	中央1-142	048-529-2525
8	西田クリニック	末広2-21	048-525-2100
9	まつだ整形外科クリニック	弥藤吾180-1	048-567-0753
10	ゆうあい内科・脳神経クリニック	太井1685-1	048-522-8880
11	石井クリニック	行田市下忍1089-1	048-555-3519
12	いしばし脳神経内科クリニック	深谷市宿根1430-2	048-598-7878
13	磯部クリニック	深谷市新井926	048-575-1131
14	小川赤十字病院	比企郡小川町小川1525	0493-72-2333
15	小暮医院	深谷市中瀬1216	048-587-1262
16	埼玉成恵会病院	東松山市石橋1721	0493-23-1221
17	東松山医師会病院健診センター	東松山市神明町1-15-10	0493-25-0232
18	東松山市立市民病院	東松山市松山2392	0493-24-6111
19	深谷寄居医師会メディカルセンター	深谷市上柴町西3-6-1	048-572-2411

令和８年度　歯と口の健康診査



市内に住所を有する方で今年度中に対象年齢に達する方は、お送りした受診券（バーコードシール）を利用して、実施期間内（令和８年６月～令和９年３月末）に１回、*無料で*歯と口の健康診査を受診することができます。

♦令和８年度（２０２６年度）　歯と口の健康診査対象者

年齢	生年月日	年齢	生年月日	年齢	生年月日
４０歳	昭和６１年４月２日～ 昭和６２年４月１日生まれ	４５歳	昭和５６年４月２日～ 昭和５７年４月１日生まれ	５０歳	昭和５１年４月２日～ 昭和５２年４月１日生まれ
５５歳	昭和４６年４月２日～ 昭和４７年４月１日生まれ	６０歳	昭和４１年４月２日～ 昭和４２年４月１日生まれ	６５歳	昭和３６年４月２日～ 昭和３７年４月１日生まれ
７０歳	昭和３１年４月２日～ 昭和３２年４月１日生まれ	７５歳	昭和２６年４月２日～ 昭和２７年４月１日生まれ	８０歳	昭和２１年４月２日～ 昭和２２年４月１日生まれ

※令和９月４月１日現在の年齢です。

《 健康診査の受け方 》

１　医療機関に受診の予約をします。

●歯と口の健康診査は、熊谷市歯科医師会に委託して実施しています。
「実施歯科医療機関一覧」から受診を希望する医療機関を選び、
「熊谷市の歯と口の健康診査」であることを申し出てください。

２　医療機関で受診します。

●受診に必要なもの　◇マイナ保険証等本人確認ができるもの
◇受診券（バーコードシール）

●検診の内容【問診、歯と歯肉の検査、検査結果に応じた指導】



歯の状況、歯周組織の状況、口腔内清掃状態等
・むし歯の有無、詰め物の状態、歯肉や粘膜、かみ合わせの状態等を確認します。
・決められた１０本の歯の周りの歯肉の状態を検査します。

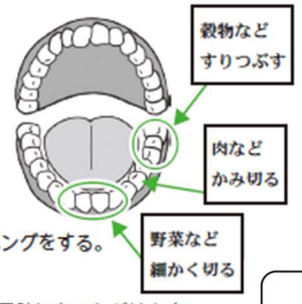
＊この検診には治療や精密検査は含まれません。
治療や精密検査が必要な場合は、別途費用がかかります。

３　医療機関から「受診結果のお知らせ」を受け取ります。

●健康診査の結果についてご不明な点は、受診した医療機関にお問い合わせください。

歯と口の健康診査の結果は、医療機関から市へ報告され、保健施策の基礎データとなります。
なお、個人情報の保護については、適正な管理を行います。

『いつまでも自分の歯で美味しく食べること』
『楽しく会話すること』
これらには【歯と口の健康】が欠かせません。
今すぐ始めたいこと（※無理のない範囲で）
・噛みごたえのあるものを食べ、よく噛む！
・すべての歯を使って噛む。
・口を大きく動かす、唾液を飲み込むトレーニングをする。
・唾液が出づらい場合は、マッサージが有効。
これらは肥満防止、脳の活性化、生活習慣病の予防にもつながります。



歯周病を予防して健康長寿を目指しましょう！
歯周病は糖尿病や心筋梗塞、脳梗塞、動脈硬化等の病気に影響します。歯周病の診断基準の一つである**歯周ポケットが4㎜以上**の人が、30歳以上で**約3人に1人**となっており、年齢が上がるにつれ増える傾向にあります。
歯周病は歯を失う原因の第1位でもあり、予防や定期的なチェックが大切です。

日本歯科医師会ホームページ→
口腔体操や様々な情報を確認できます。

令和8年度　熊谷市　歯と口の健康診査　実施歯科医療機関一覧

医療機関名	所在地	電話番号 市外局番（048）
iデンタルクリニック　市川歯科診療所	籠原南2−212	532−6920
あさみ歯科医院	拾六間803−6	531−0095
荒岡デンタルクリニック熊谷	平戸2491−1	598−6434
アルファ歯科医院	銀座7−20	524−7413
伊藤歯科医院	中央2−244	523−8551
いわさき歯科	本石1−96	521−0528
岩田歯科医院	中央2−209−1	525−5339
牛島歯科医院	肥塚585−3	522−7817
エル歯科医院	弥生1−19	521−0001
大川歯科眼科医院	本石2−59	521−3441
大久保歯科医院	佐谷田964−5	526−8241
太田歯科医院	石原806−8	522−4048
大塚歯科医院	本石1−16−3	522−1846
荻野歯科医院	銀座1−74	523−3491
小澤歯科医院	本町1−31	524−1180
柿沼歯科医院	赤城町1−174	525−3117
籠原COCO歯科医院	籠原南2−311	533−1817
霞沢歯科クリニック	箕輪750−1	0493−39−1933
門平歯科医院	筑波2−42	524−6184
刈部歯科	美土里町2−195−2	533−1018
きくち歯科	広瀬241−1	526−9700
久下歯科医院	久下1650−4	526−5426
クジライ矯正歯科	筑波1−52−8	525−6006
熊谷うのずデンタルクリニック	江南中央2−6−8	539−0050
熊谷駅ビル歯科医院	筑波2−115　熊谷駅ビル605	525−2036
熊谷ねもとデンタルクリニック	肥塚4−171	580−7422
栗原歯科医院	肥塚891−3	522−7955
クレア歯科・矯正歯科	上之1791−1	527−5588
くろさわ歯科医院	柿沼916−12	525−9630
小沼歯科医院	下増田1020	532−3116
小林歯科医院（村岡）	村岡531−1	536−6837
小林歯科医院（箱田）	箱田7−3−33	524−6580
さいとう歯科医院	拾六間788−34	533−1041
さかのデンタルクリニック	上之1999−1エールビル1F	525−7661
佐川デンタルオフィス	小曽根742−2	524−3301
さくら歯科医院	上中条834−1	522−2233
佐々木歯科医院	筑波2−32	524−8551
佐々木歯科診療所	榎町109	521−1461
サン歯科クリニック	榎町14−2	521−8211
歯科佐川医院	新堀730−1	532−6752
重竹歯科医院	宮町2−133	521−1128
篠原歯科医院	御正新田1242−1	536−4184

医療機関名	所在地	電話番号 市外局番（048）
しみず歯科クリニック	玉井5−101−1	531−4182
しろくまデンタルクリニック	銀座2−245　ニットーモール4F	501−1118
鈴木歯科医院	道ヶ谷戸228−5	588−7711
須藤歯科医院	弥藤吾412	588−1049
須永歯科医院	新堀748	533−1182
寿谷歯科医院	末広3−12−10　TSビル1F	577−7975
関口歯科医院	千代102−8	536−4800
高野歯科医院	桜町2−6−7	526−3478
田中歯科医院	石原176	526−3383
土屋歯科医院	三ヶ尻2789−2	533−8383
戸谷歯科医院	妻沼1501	588−0120
長又歯科クリニック	小曽根2	525−0881
中村歯科医院	宮前町1−85	524−0291
仁平歯科医院	江南中央3−10−3	536−4322
野上歯科医院	銀座1−188	521−1333
はせがわ歯科	中西2−9−7	528−4182
原田歯科医院	別府5−282−1	533−6633
東熊谷歯科クリニック	太井1641−3	599−1182
ひかり歯科クリニック	赤城町3−60−3　第3ミナモトビル2F	522−8518
樋口歯科医院	上之807−11	525−2344
ヒデ歯科クリニック	石原1023−5	522−8241
平井歯科クリニック	上之3900−3	526−3211
ファミリー歯科	妻沼1861−4	588−5849
ふかざわ歯科クリニック	小島409	530−4181
福田歯科医院	箕輪92−1	0493−39−0029
フレンド歯科医院	新堀557−4	532−3511
星川歯科医院	星川2−55	521−2723
堀井歯科医院	本石1−249	521−3353
本町歯科クリニック	本町2−75	527−7080
町田歯科医院	石原1373−6	525−6430
みき歯科医院	西別府1838−6	578−4365
みたに矯正歯科	河原町2−16−1　美和第一ビル1F	520−5188
みどりちょう歯科クリニック	美土里町1−71−3	501−6104
三橋歯科医院	箱田2−3−6	521−0530
森歯科診療所	鎌倉町30	521−2205
森田歯科医院	拾六間223	532−1358
ようだ歯科医院	池上378−1	522−7227
吉岡たかはし歯科	万吉2271	501−8214
りゅういち歯科医院	桜木町1−37	521−1637
ろくごう歯科医院	円光2−4−1	526−6461
わなか歯科医院	曙町3−1	522−7171



令和8年4月1日現在

「沈黙の疾患」あなたは大丈夫？

糖尿病
予備群を含めると、日本人の約2000万人が罹患

歯周病
日本人の約5000万人が罹患

痛みや自覚症状が少ない糖尿病と歯周病。あなたもご自分でチェックしてください。

糖尿病 チェックリスト

- □ 家族や親戚に糖尿病の人が多い。



- □ これまでに「血糖が高い」「糖が出ている」と言われたことがある。



以下の項目の方は、かなり症状が進んでいます

- □ 最近よくのどが乾き、水分を多くとるようになった。



- □ おしっこの回数が増えた。変な臭いがしはじめた。すぐに消えない泡ができる。



- □ よく食べてるのに体重が減った。自然に体脂肪率が減少した。



- □ 最近、急に視力が落ちた。眼鏡を変えてもよく見えなくなった。



※糖尿病の治療を中断している方は、担当医に必ずお伝えください。

歯周病 チェックリスト

- □ 歯ぐきが赤や紫色に腫れている。



- □ 歯みがきの後歯ブラシに血が付くことがある。



- □ 歯ぐきが下がって歯が長くなったように見える。



- □ 歯と歯の間に隙間ができ、食べ物がよく挟まってとれない。



- □ 朝起きたとき口の中がネバネバする。



- □ 歯がぐらぐらする。



- □ 口臭が気になる。



歯周病は「糖尿病の合併症」のひとつです。

一つでも該当される方は、糖尿病検査および歯科健診をお勧めします。

糖尿病と歯周病の危険な関係

- ◆ 歯周病が悪化すると、歯周病菌が原因で生じた物質 TNF-α が全身を巡り、血液中のインスリンの働きを妨げ、糖尿病が悪化します。
- ◆ 糖尿病が悪化すると、毛細血管が破壊され免疫力も低下するため、歯周病の改善が妨げられます。

歯周病と糖尿病を並行して治療することで、相互の改善・向上が図れます。

彩の国 埼玉県 ／ 埼玉県医師会 ／ 埼玉県歯科医師会 ／ 埼玉県薬剤師会
埼玉県看護協会 ／ 埼玉県歯科衛生士会



検診の申込み方法

＜がん検診等・子宮頸がん・乳がん検診無料クーポン券・歯と口の健康診査＞

・保健センター地域保健課・健康診査係に電話、FAXまたはメールでお申し込みください。

・受診券はお申し込みいただいた翌日(休日を除く)に発送します。お手元に届くまで数日かかります。

・医療機関への予約は受診券がお手元に届いてからお願いします。

1 がん検診等

年齢・性別等で対象になるがん検診等の受診券を全てお送りします。

胃がん・子宮頸がん・乳がん検診は、前年度にお受けになられている場合、対象にはなりません。

①前年度、前々年度に何らかの検診を受診された方

②今年度中に40・45・50～65・70・75・80歳になる方と20・25・30・35歳になる女性

上記２点いずれかに該当する方には、申込みの有無にかかわらず、受診券をお送りします。

お申込みいただいた際に保健センターで確認し、送付履歴のある方には『再発行』と印をつけたものを送らせていただいておりますのでご了承ください。

2 子宮頸がん・乳がん検診無料クーポン券

対象年齢の方には、クーポン券をお送りしております。

クーポン券を紛失された方は『再発行希望』とお申込みください。

3 歯と口の健康診査

対象年齢の方には、受診券をお送りしております。

受診券を紛失された方は『再発行希望』とお申込みください。

がん検診、子宮頸がん・乳がん検診無料クーポン券、歯と口の健康診査に関する申込み・問合せ

地域保健課
健康診査係

保健センター　（くまキッズ内）
熊谷市石原３-２７
電話：048-526-5737
FAX：048-526-5933

受診券申込用紙＜FAX用＞

キリトリセン

保健センター　地域保健課　健康診査係　宛て

（FAX　048-526-5933）

希望する受診券を○で囲んでください。

1　がん検診等
2　子宮頸がん・乳がん検診無料クーポン券(再発行のみ)
3　歯と口の健康診査（再発行のみ）

ふりがな		住所	熊谷市
氏名			
生年月日	大正・昭和・平成 年　月　日生	電話・FAX番号	（　　）
どちらかに○をつけてください。	（　新規申込み　・　再発行希望　）		

対象は、熊谷市民の方です。



成人の健康事業について

１分で測れます！塩分測定 ～あなたが食べているものは、本当に薄味？～

対象：市内在住の方

内容：高血圧の予防・対策にオススメ。ご家庭のみそ汁等の塩分濃度を測定・確認します。減塩する方法や効果を個別に伝えます。

開催年月日	時間	ところ	申し込み
６月１６日(火)	9:00～15:00	保健センター（くまキッズ内）	不要
11 月 19 日(木)			
R9年１月８日(金)			
２月１０日(水)			
３月４日(木)			

がんばる女性の健康セミナー

対象：おおむね 20 歳～40 歳代の市内在住の女性（妊娠中の方は除く）

内容：子宮頸がん、乳房を意識する生活習慣（ブレスト・アウェアネス）についての話

ところ	開催月日	時間	申込み
わくわくキッズ（ことぶき花ノ木）	６月３日(水)	１０：１５～１１：３５	左記開催場所にある申し込み用紙に記入し、お申込みください。※詳細は、各拠点にお問い合わせください。
ベアリス（立正大学）	７月２日(木)		
子育て広場「にこにこ」（吉見保育所内）	７月８日(水)		
ほしのこひろば（ほしのみや保育園内）	７月１５日(水)		
たじまっこ倶楽部	９月８日(火)		
パーシモン（なでしこ保育園内）	９月 15 日(火)		
なかよしクラブ（新里第二保育園）	10 月２７日(火)		
すずかけ（第三なでしこ保育園内）	１１月３０日(月)		

からだ見直し講座

対象：市内在住の方。
　　生活習慣病改善・予防に関心のある方(治療中の方は除く)
内容：健診結果の見方、運動・食事についての講話
ところ：保健センター（くまキッズ内）
持ち物：最近の健診結果

開催月日	テーマ		時　間	申込み
６月１６日（火）	今日からできるコレステロール対策 動脈硬化を予防しよう		13:30～15:00	５月１９日(火) から先着３０人
７月１０日（金）	「血糖値が高め」と言われたあなたへ 今が、生活改善のチャンスです!!			６月１２日(金) から先着３０人
９月１７日（木）	今日からできる減塩対策			８月２０日(木) から先着３０人
１１月１９日（木）	私の血糖値大丈夫？ 糖質のとり方	１日目 講話		１０月２２日(木) から先着３０人
１２月１４日（月）		２日目 個別相談 （20 分程度）		

みんなの食育教室



対象：市内在住の方
　　初めての受講で、食育に興味がある方
内容：基本的な食習慣に関する講座です。より良い食習慣づくりを広め、食事のとり方で気をつけたいこととは？方法をお伝えします。
※詳細な日程等に関しましては市報に掲載いたします。

ヘルスアップ教室　（１クール４回）

対象：市内在住の方
　　主治医による運動制限のない方
内容：普段運動習慣のない方向けの教室です。運動を始めたいけれど何をしたらよいかわからない方、
　　続けたいけれどきっかけがない方、ご参加ください。
　　（1 クール４回、年間 1 クールのみ利用可能）。
会場：保健センター　（くまキッズ内）

開催月日		内容	時間	申込み開始日	定員
6月	4日（木）	体組成測定・筋トレ	10:00～11:30	5月12日（火）	30名
	11日（木）	リズム体操・サーキットトレーニング			
	18日（木）	ヨガ・ピラティス			
	25日（木）	体組成測定・筋トレ			
7月	7日（火）	体組成測定・筋トレ	10:00～11:30	6月11日（木）	25名
	14日（火）	リズム体操・サーキットトレーニング			
	21日（火）	ヨガ・ピラティス			
	28日（火）	体組成測定・筋トレ			
9月	3日（木）	体組成測定・筋トレ	10:00～11:30	8月13日（木）	25名
	10日（木）	リズム体操・サーキットトレーニング			
	17日（木）	ヨガ・ピラティス			
	24日（木）	体組成測定・筋トレ			
10月	8日（木）	体組成測定・筋トレ	10:00～11:30	9月10日（木）	30名
	15日（木）	リズム体操・サーキットトレーニング			
	22日（木）	ヨガ・ピラティス			
	29日（木）	体組成測定・筋トレ			
11月	6日（金）	体組成測定・筋トレ	14:00～15:30	10月13日（火）	30名
	13日（金）	リズム体操・サーキットトレーニング			
	20日（金）	ヨガ・ピラティス			
	27日（金）	体組成測定・筋トレ			
1月	18日（月）	体組成測定・筋トレ	14:00～15:30	12月11日（金）	30名
	25日（月）	リズム体操・サーキットトレーニング			
2月	1日（月）	ヨガ・ピラティス			
	8日（月）	体組成測定・筋トレ			

ウォーキングクラス・カラダ測定会（1 コース４回）

対象：市内在住の方
　　主治医による運動制限のない方
内容：１回目に今の体力を測定し、２・３回目に正しくきれいな歩き方の講座を行い、普段のウォーキングに生かせます。４回目に再度カラダ測定を行うことで、ウォーキングの効果を知ることができます。気軽に始められるウォーキングを効果的な方法で継続することで運動を習慣とし身体活動量の増加をめざしましょう！

コース	内容	開催月日		場所	定員	時間	申込日
1	①カラダ測定会	6月	1日（月）	保健センター 2F大会議室	各30人	10時00分 ～11時30分	5月11日
	効果的なウォーキング①		8日（月）			10時00分 ～11時30分	
	効果的なウォーキング②		22日（月）			10時00分 ～11時30分	
	②カラダ測定会		29（月）			10時00分 ～11時30分	
2	③カラダ測定会	10月	1日（木）	保健センター 2F大会議室 ※1日のみ 多目的室大	各30人	14時00分 ～15時30分	9月11日
	効果的なウォーキング①		8日（木）			14時00分 ～15時30分	
	効果的なウォーキング②		22日（木）			14時00分 ～15時30分	
	④カラダ測定会		29日（木）			14時00分 ～15時30分	

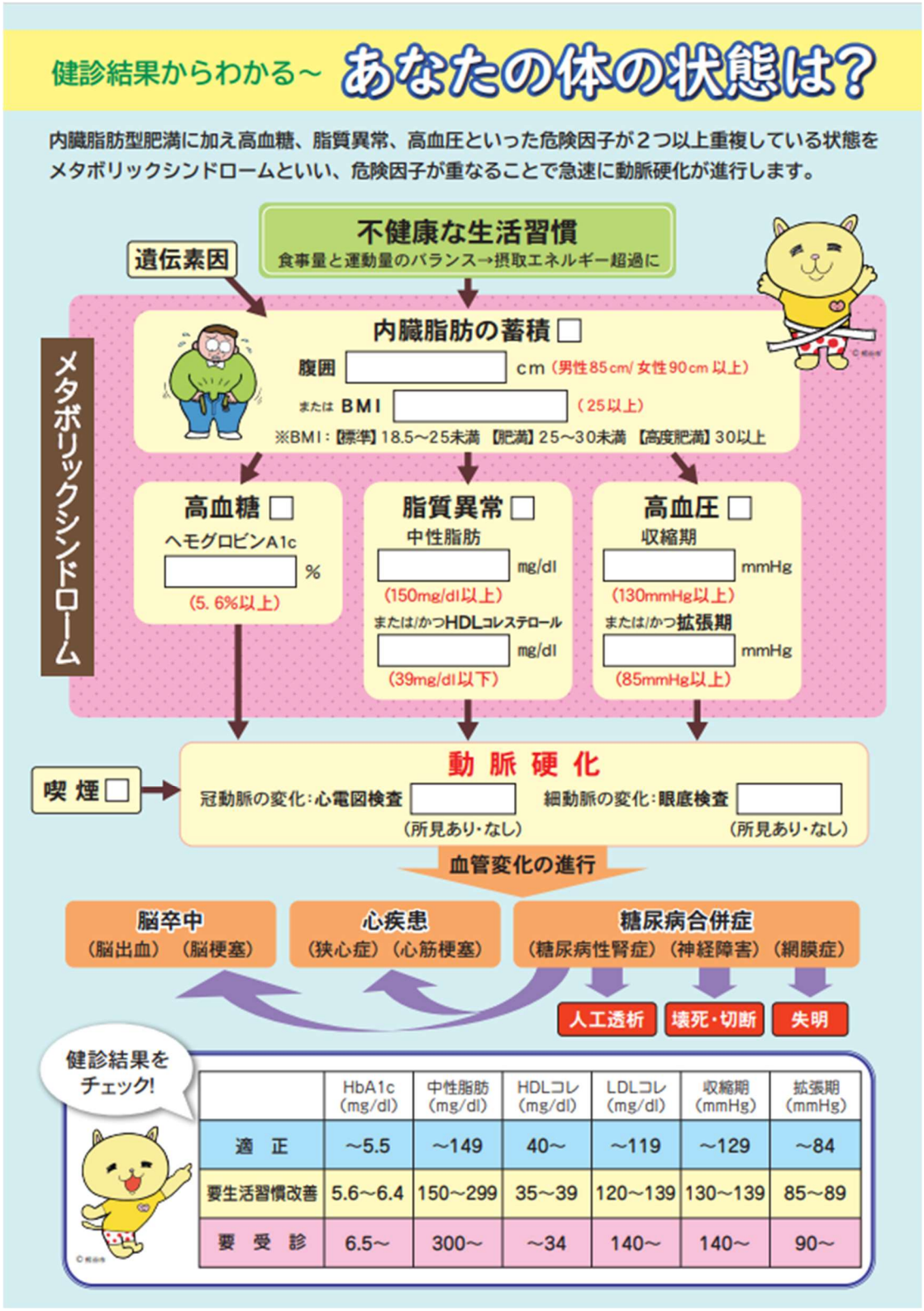
カラダ測定会

対象：市内在住の方
　　主治医による運動制限のない方
内容：体組成計による体重や体脂肪、基礎代謝などの測定、血圧・腹囲の測定、体力測定等健康のために自身の体力を確認しませんか？

開催月日	時間	申込日	場所
７月２７日(月)	10：00 ～11：30	６月１５日(月)	保健センター （くまキッズ内）
９月９日(水)	10：00 ～11：30	８月１２日(水)	保健センター （くまキッズ内）

特定保健指導　～メタボ改善・予防教室～

対象：熊谷市国民健康保険の特定健診・人間ドックを受診し、指導対象となった方
（対象になった方には教室の案内を通知いたします。）
内容：保健師や管理栄養士が、あなたの健康づくりをサポートします。



	HbA1c (mg/dl)	中性脂肪 (mg/dl)	HDLコレ (mg/dl)	LDLコレ (mg/dl)	収縮期 (mmHg)	拡張期 (mmHg)
適　正	～5.5	～149	40～	～119	～129	～84
要生活習慣改善	5.6～6.4	150～299	35～39	120～139	130～139	85～89
要　受　診	6.5～	300～	～34	140～	140～	90～

ゲートキーパー養成講座

対象：市内在住の方
内容：ゲートキーパーとは、家庭・職場や身近な方が悩んでいる様子に気づき、声を掛け、話を聞き、適切な支援に繋げる方のことです。
悩んでいる方への声の掛け方、話の聞き方を学べます。

開催月日	時間	申込日	定員
7月17日(金)	14:00～16:00	6月10日（水）	各30人
7月31日(金)	14:00～16:00		

自殺予防講演会

対象：市内在住の方
内容：こころから笑えていますか？こころの健康を守るために
ストレスに気づき、対処する方法を学んでみませんか。

開催月日	時間	申込日	定員
9月14日(月)	14:00～ 16:00	8月7日（金）	30人

出前健康教室

対象：市内在住・在勤の方
内容：自主グループや自治会、企業等、地域の団体からの依頼を受け、健康や栄養に関する講話や運動実技等の指導を1時間30分程度行います。
講師：保健師・栄養士・運動指導者・歯科衛生士等

開催年月日	講話時間	内容	備考
月曜から金曜 （土日祝日除く） ９：００ ～１６：００	１時間３０分以内	自主グループや自治会、企業等、地域の団体からの依頼を受け、保健師・栄養士・運動指導者等が出向き、健康や栄養の話、運動実技の指導を行っております。	※講師の派遣は１団体 2 回までご利用いただけます。（ただし、テーマが異なる場合に限ります。） ※政治、宗教活動、営利、そのほか本教室の目的に反する場合にはお断りさせていただくことがあります。 ※希望日の 2 か月前以上までに地域保健課へお申込みください。

各種相談

こころの健康相談

対象：市内在住の方（通院中の方は除く）

内容：気分が落ち込みやすくなった、考えがまとまらない、受診を迷っている、家族の様子がおかしい、こころの不調によるひきこもり等の相談ができます。

相談員：公認心理師、保健師

開催年月日				時間	ところ	申込み
R８	4月	１５日(水)	２２日(水)			
	5月	１３日(水)	２０日(水)	２７日(水)		
	6月	３日(水)	１０日(水)	２４日(水)		
	7月	８日(水)	１５日(水)	２９日(水)		
	8月	１９日(水)	２６日(水)			
	9月	２日(水)	１６日(水)	３０日(水)		
	１０月	７日(水)	２１日(水)	２８日(水)		
	１１月	１１日(水)	２５日(水)			
	１２月	９日(水)	２３日(水)			
R９	1月	１３日(水)	２０日(水)			
	2月	３日(水)	１７日(水)	２４日(水)		
	3月	１０日(水)	１７日(水)			

＜予約制＞

①13:30～14:15

②14:30～15:15

保健センター（くまキッズ内）

電話

メンタルヘルス相談

開催年月日	相談員	内容	専用電話
月曜から金曜 （祝日除く） 9:００～１６:００	保健師	こころの健康に 不安を感じている方はご 相談ください。	080-4418-4610

申込み方法

専用電話、または右記コードからお申し込みください。

こころの体温計

スマートフォンやパソコンでストレスなどをチェックできます。

右記のコードか、市のホームページからご利用ください。

（利用料は無料です。通信料は自己負担となります。）

健康相談・栄養相談



開催年月日	相談員	内容	備考
月曜から金曜 （祝日除く） 9:００～１６:００	保健師 ・ 栄養士	健康や食生活に関する相談をお受けします。	※相談の際は、あらかじめお電話ください。

ひきこもり支援講演会

対象：市内在住の方

内容：ひきこもりについて理解を深め、適切な対応方法や相談機関と繋がることの大切さをお伝えします。

開催月日	時間	申込日	定員
１１月２４日(火)	14：00～16：００	１０月１４日（水）	30 人

スマートフォンアプリを活用した健康づくりについて

（ウォーキング編）





お問合せ

参加予定の市町村や保険組合など詳しい情報は公式ポータルサイトからご確認ください。

URL https://kobaton-alkoo.navitime.co.jp

▲公式ポータルサイト

お問い合わせ・ご不明点などはこちらから
コールセンター

TEL：0570-015566

受付時間：9時～17時（土日・祝日・年末年始除く）
ナビダイヤルの通話料金は発信者の負担となります。

健康推進課
健康増進係

保健センターくまキッズ内
熊谷市石原3-27
電話：048-528-0601

スマートフォンアプリを活用した健康づくりについて

（栄養管理編）

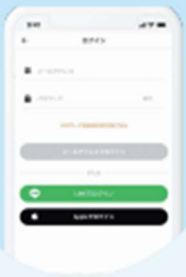


アプリの使い方3STEP



STEP1 ダウンロード

WoLNアプリをダウンロードし、アカウントを作成します。メールアドレス以外にもLINEやApple認証で作成可能です。



STEP2 サービス参加

参加用QRコードおよび参加コード※を入力し、お住まいの市町村名を選択しコバトン栄養総合アプリに参加します。

※詳細はご所属の団体へお問合せください。



STEP3 生活習慣を記録

食事や運動など、日々の活動を「きろく」しましょう。「きろく」したデータはグラフで日々の推移を可視化します。



アプリでできること

カラダの変化を一目で把握

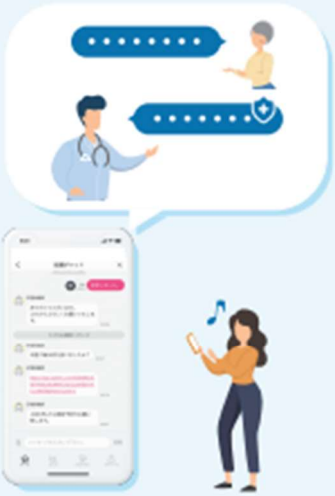
食事や睡眠などの生活に関する情報を、「きろく」メニューから一目で確認することができます。



チャットで保健指導を受けられる

保健師等が対象者の活動状況・健康状況を確認し、状況に合わせた適切なアドバイスを行うことができます。

※使用可能な団体に限りがございます。



健康診断結果で未来を予測

過去に受診された健康診断の結果データを取り込み、3年後までの未来予測を行います。

●「健康診断未来予測」がないと…



●「健康診断未来予測」があると…



市町村入力欄

コバトンALKOOマイレージに参加している市民の方であればどなたでも参加できます。
参加方法の詳細は市HPをご覧いただくか、健康推進課までお問い合わせください。

担 当 ： 健康推進課（電話 528-0601）
リンク ： https://www.city.kumagaya.lg.jp/kenkouhukushi/kenkohoken/jogyoannai/kenko-mileage.html

事業に関するお問い合わせ

埼玉県コバトン栄養健康アプリ
サポートセンター

0570-058-211
受付時間
平日（年末年始を除く）09:00～17:00

woln-support@smile-lab.com
受付時間
平日（年末年始を除く）09:00～17:00

あなた自身のため・・・
あなたの大切な人のため・・・
みなさんの健康を応援します!!



お申込み・お問合せ

〈がん検診等・無料クーポン券・歯と口の健康診査・特定健診・長寿健診・人間ドック・脳ドック〉

地域保健課　健康診査係
保健センター（くまキッズ内）
熊谷市石原３―２７
電話：０４８－５２６－５７３７
FAX：０４８－５２６－５９３３

＜各種事業＞

地域保健課　指導係（くまキッズ内）
熊谷市石原３-27
電話：048-525-2722
FAX：048-526-5933

〈健康マイレージ事業〉

健康推進課　健康増進係（くまキッズ内）
熊谷市石原３-２７
電話：０４８－５２８－０６０１
FAX：０４８－５２６－１９５０

最寄りのバス停

国際十王交通　「気象台入口」
市内循環バス　「くまキッズ」

