

元 っ い い !

シニアサポーターに 参加しませんか??

まずは説明会にご参加ください!

シニア世代が主体的に
活動や協議の
プラットフォームを
つくる。

対象 65歳以上の静岡市民

指定活動先で
を行うと
がたまり
と

静岡市の

活動の流れ

詳しくは [静岡市 元気いきいき!シニアサポーター](#)

検索

①説明会の予約



②説明会・登録



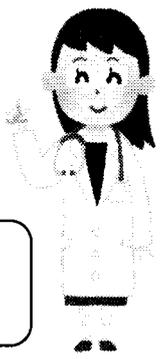
③活動先へ連絡後活動



④ポイント交換



がん検診 特定健診が 土・日曜日に受診できます



平日忙しい方、日頃受診の機会がない方は、ぜひこの機会に静岡市のがん検診・特定健診を受診してください。

対象者 **がん検診** 勤務先等で受診機会のない静岡市民の方（健康保険の種類は問いません）
特定健診 静岡市国民健康保険加入の方（後期高齢者医療制度加入の方も受診できます。）

日 程 裏面日程のとおり
申込み 各医療機関に「静岡市の〇〇健診を希望します。」とお電話で申込みください。

・子宮頸がん・乳がん検診は2年に1回の受診となります。

次の①～④のいずれかに該当する人は自己負担金が免除されます。（ただし、子宮頸がん・乳がんについては2年に1回）
①70歳以上の人（昭和26年3月31日以前生まれ）②後期高齢者医療保険証を持っている人、③生活保護受給世帯、
④市民税非課税世帯（※③の人は生活保護証明書、④の人は市民税課税証明書を医療機関の窓口で提示してください。）

検診(健診)の種類	対象者	料金(自己負担金)	受診券
胃がん検診 X線撮影(バリウム)	35歳以上	個別：1,900円 集団：500円	不要
子宮頸がん検診	20歳以上女性(2年に1回)	個別：1,100円 集団：800円	
乳がん検診	40歳以上女性(2年に1回)	2,000円	
大腸がん検診	40歳以上	個別：400円 集団：200円	
前立腺がん検診	50歳以上男性	1,000円	
骨粗しょう症検診 (健康保険の種類は問いません)	30歳以上女性	500円	
結核・肺がん検診	40歳以上	無料 必要に応じ喀痰検査を希望する場合は容器代300円がかかります。	65歳以上の方は受診票を送付済み
静岡市国民健康保険 特定健康診査	40歳～74歳 静岡市国民健康保険加入者	無料	対象者には、5月末に受診券を送付済み ※1
後期高齢者医療制度健康診査	後期高齢者医療制度加入者	無料	
肝炎ウイルス(B・C型)検査	過去に検査を受けたことのない人	無料	不要

※1 特定健康診査・後期高齢者医療制度健康診査の受診券がない場合の問合せ

健康づくり推進課 ☎221-1579

※結核・肺がん検診についての問合せ

保健予防課 ☎249-3172

※今回の日程(裏面参照)のほか、各医療機関では平日も検診(健診)を実施しています。
詳しくは、4月にお配りした「成人健診まるわかりガイド」または市ホームページ（サイト内検索で「成人健診まるわかりガイド」と検索してください）をご覧ください。

年末年始ごみ収集のお知らせ

1. 年末年始の「可燃ごみ」の収集日程（週2回収集）

	年末最後の収集日	年始最初の収集日
月・木 コース	12月28日（月）	1月4日（月）
火・金 コース	12月29日（火）	1月5日（火）
水・土 コース	12月30日（水）	1月6日（水）

※交通事情等により、通常と収集時間が異なる可能性がありますので、必ず、収集日当日の朝8時30分までに出してください。

2. 令和3年1月の「不燃・粗大ごみ」「びん・缶」の収集日程（月1回収集）

※収集日が金曜日の地域は、1月1日（金）の収集をお休みさせていただく関係で、1月の収集日が下記の表のとおり変更となりますのでご注意ください。

※収集日が月曜日・火曜日・水曜日・木曜日の地域は、変更はありません。

毎月の収集日	1月の収集日
第1金曜日	1/1→1/8
第2金曜日	1/8→1/15
第3金曜日	1/15→1/22
第4金曜日	1/22→1/29



ごみ減量啓発キャラクター
しずもちゃん

《不燃・粗大ごみの申し込み日について》

■電話での申し込み

年末…12月28日(月)午後7時まで
年始…1月4日(月)午前9時から

■インターネットでの申し込み

年末…12月23日(水)まで
年始…1月5日(火)午前10時から

【問い合わせ先】

静岡市役所 収集業務課 ☎221-1365
西ヶ谷収集センター ☎296-0447
沼上収集センター ☎264-1900



清掃工場等へ持ち込む場合は
裏面をご覧ください。

健康診断のご案内

胃がん検診

2020年度

負担金500円で受診できます
70歳以上の方は無料

予約制

＜検診方法＞

検診車でのバリウムによるレントゲン撮影

(検診日前日21時以降検診終了時まで飲食は控えてください)

対象者 静岡市在住、35歳以上の方

負担金 500円 (69歳以下の方)

負担金免除

- ・70歳以上の方 (要保険証)
- ・市民税非課税世帯 (要証明書)
- ・生活保護受給世帯 (要証明書)
- ・65~69歳後期高齢者 (要保険証)

●コールセンター●



053-452-5306

市外局番にご注意ください! お間違えないようにおかけください。

受付時間/平日9:00~17:30 (土日祝・12/28~1/6除く)

コールセンターがたいへん混み合い繋がりにくいことがありますのでご了承ください。

この健診は、静岡市の委託を受けて 静岡県結核予防会が実施しております。
＜健康診断実施機関＞ 公益財団法人静岡県結核予防会