

〈インターネット予約・健診予約編〉



01 ログインIDとパスワードを入力する

健診Web予約サービスにアクセスし、ログインIDとパスワードを入力し「ログイン」ボタンを押してください。

QRコードでのアクセスは、こちらから



健診Web予約サービス ログイン

ログインID
パスワード

>> ログインIDを忘れてしまった方はこちら
>> パスワードを忘れてしまった方はこちら

03 時間帯を選ぶ

健診日を選んだあとに、受付の時間帯を選びます。

受付時間
希望の受付時間を選び、予約する健診項目を選択してください。

空きあり 残りわずか 空きなし(キャンセル待ち登録できます)

7:00~7:20
7:30~7:50
8:00~8:20
8:30~8:50
9:00~9:20
9:30~9:50
10:00~10:20
10:30~10:50

02 予約申込 「健診を予約する」を選択

1 予約者を選ぶ

予約したい方をクリックしてください。
※家族登録をしている場合は複数の名前が表示されています。

2 会場を選ぶ

指定した会場の健診がカレンダーに表示されます。会場指定がない場合は、全会場の健診日がカレンダーに表示されます。

3 日程を選ぶ

健診が実施される日に各種健診の名前が表示されています。ここから受けたい日を選んでください。

けんこう市 健診Web予約サービス

インフォメーション
2020.4.1
利用マニュアルの最新版(バージョン2.0)を公開しました。ヘルプからご覧ください。

健診を予約する 予約内容を確認する
登録情報を変更する 家族を会員登録する

健診Web予約サービスでは、利便性の向上、システムの信頼、アクセス状況分析のために、Cookieを使用しております。Cookieには個人を特定できる情報は保存していません。また、第三者へ提供することはありません。本サービスの利用に際してはCookieの保存にご同意いただけない場合、本サービスのご利用を停止させていただきます。

04 予約希望の健診項目を確認する

選んだ時間帯の下に受診できる健診項目が○△×で表示されます。空き状況を確認し、予約したい項目を選択します。確認画面に進むと日時・会場・健診項目と目安の個人負担金が表示されますので、入力した内容で間違いがないか確認してください。

■ 特定健診

☑ 胸部検診(結核・肺がん)

☐ 胃X線検診

☑ 大腸がん検診

☑ 前立腺がん検診

☑ 肝炎検査



よくある質問

Q ログインIDを忘れてしまいました。どうしたらいいですか？

A 健診Web予約サービスへのログインIDを忘れてしまった場合は、ログインIDの通知の申請を行うことができます。申請には、生年月日、郵便番号、メールアドレスの入力が必要です。

健診Web予約サービス ログイン

ログインID
パスワード

>> ログインIDを忘れてしまった方はこちら
>> パスワードを忘れてしまった方はこちら

Q 予約を変更や取り消しをしたいときはどうすればいいですか？

A ホーム画面から「予約内容を確認する」を選択します。予約一覧(本人または家族)の中から、変更する予約情報の下にある「予約を変更する」ボタンを選択すると、健診日や健診項目の変更などできます。また、予約をすべて取り消したい場合は、「予約を取り消す」を選択します。

Q 家族の分を代理で健診を予約することができますか？

A 家族登録をしたうえで、代理で健診を予約することができます。家族登録は、ホーム画面から「家族を会員登録する」を選択し、新規追加ボタンから登録できます。「家族を会員登録する」を選択すると、現在登録している家族が表示されます。



健診を受けた後の行動こそが大切です！

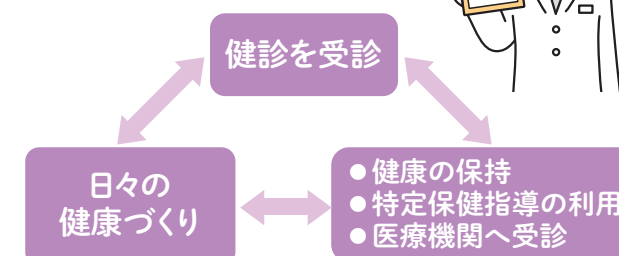


特定健診は、メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)に着目した健診で、高血圧や高血糖、脂質異常などが起きていないか調べます。健診結果には、将来のあなたの健康を左右するキーワードが記載されていることがあります。人生のターニングポイントになり得る可能性もありますので、「たいしたことない」と自己判断して放置しないようにしましょう。

特に、メタボリックシンドロームを放置していると、動脈硬化などが急速に進み、脳血管疾患や心疾患などの重大な病気になる危険度が高くなります。生活習慣を見直し、適度な運動やバランスの良い食事、禁煙などに取り組むことが重要です。

市では、健診の結果に応じて「特定保健指導」や、健康に関する相談ができる「定例健康相談」、「個別栄養相談」など、健康づくりのサポートをしています。

ぜひ、ご活用ください。



特定保健指導とは

生活習慣病の発症リスクが高く、生活習慣の改善による生活習慣病の予防効果が大きく期待できる方に対して、健康づくりのプロ(保健師、管理栄養士など)が生活習慣を見直すサポートをします。

特定保健指導のメリット

- 1 健診結果を踏まえ、今の健康状態にあったアドバイスなどが受けられる。
- 2 病気を予防することで、いつまでも健やかな生活を送ることに繋がる！
- 3 「元氣アップ!りいばらき」のポイントがたまる！
特定健診を受診することでもポイントが付きませんが、特定保健指導の利用でもポイントがたまります。

「元氣アップ!りいばらき」市民限定抽選キャンペーン

「元氣アップ!りいばらき」は、茨城県公式アプリで、歩数や体重・血圧などのデータ記録、バーチャルウォーキングコースや健康情報の掲載など、多彩な機能があります。アプリを活用して健康づくりに取り組む市民を対象に景品が当たる抽選キャンペーンを実施します。

- 対象 市内在住の18歳以上の方で、アプリで1000ポイント以上ためた方
詳細はホームページをご覧ください。
- 応募期間 7月1日(火)～7月14日(月)
- 応募方法 アプリからご応募ください
- 問合先 市健康増進課 TEL 32-7890



健康づくりに役立つ相談

ご家族の付き添いも可能です。お気軽にご連絡ください。

定例健康相談

血圧測定、健診結果などの説明および健康相談を行います。市役所と山川文化会館で行います。

- 〈日時〉●市役所
第2・4水曜日
午前9時～午前11時30分、
午後1時～午後3時
●山川文化会館
偶数月の第3月曜日
午前9時～午前11時30分

個別栄養相談

管理栄養士による栄養相談を行っています。栄養相談は、乳幼児～高齢者までのすべてのライフステージに合わせて幅広く対応します。パンフレットなどを用いて一人ひとりに合った相談ができるように、個別でご相談に対応しています。

～相談内容の例～

- 生活習慣病予防の食事について
- 健診結果からみた食事の改善方法について
- 妊産婦の食事について
- お子さんの離乳食・幼児食について など

※疾病をお持ちで市内医療機関に通院している方は、かかりつけ医と連携をし、医師の連絡表をもとに栄養相談を行います。

〈日程〉毎月第3月曜日(祝日の場合は翌週の月曜日)
〈時間〉午前9時～正午、午後1時～午後3時
1回約30分
〈場所〉市役所 相談室 〈対象〉市民