

令和8年度

# 市民健康カレンダー

### ◆健康教室 場所：市民センター（要予約）

教室名	実施曜日（時間）
さわやか会(トリム体操)	毎週水曜(13:30～15:00)
健康体操(いのちの貯蓄体操)	毎週木曜(10:00～11:00)
食生活改善推進員(ヘルスメイト)養成講座	5月～2月(8回)

### ◆相談（要予約）

相談名	備考	実施日（時間）
市民健康相談	生活習慣病予防のための食生活、運動、禁煙等に関する相談をお受けします。 体成分の測定ができます。 (筋肉量や体脂肪率)	月1回 原則火曜 (9:00～15:00)
ストレスケア相談	公認心理師による個別相談です。 お気軽にご相談ください。 (対象：40歳未満)	

お問い合わせは

伊万里市健康づくり課（伊万里市役所 別館1階）

TEL 0955-22-3916  
FAX 0955-22-3970

総合健診のご予約は

予約専用電話

0955-23-2110



検診を受けるには「健康診断受診券」が必要です。お手元にない場合は上記QRコードより申請ください。



健診名	対象年齢：令和9年3月31日現在の年齢 (受診日時時点で伊万里市に住所のある人が対象)	健診内容	料金(伊万里市の助成あり)		個別健診 (医療機関) 実施期間
			集団健診 総合健診	個別健診	
特定健康診査	40～74歳の国民健康保険加入者	血液検査・尿検査	無料	無料	5月～3月 (県内で受診可)
後期高齢者健康診査	75歳以上、65～74歳の後期高齢者医療制度被保険者	血圧測定・診察	無料	無料	5月～3月
健康増進健康診査	40歳以上の生活保護受給者	測定(身長・体重・腹囲)	無料	無料	
30歳代健康診査	30～39歳		無料	無料	5月～3月
結核検診	65歳以上(肺がん検診と同時受診)	胸部エックス線検査	無料	無料	
肺がん検診	40歳以上		500円	1,000円	5月～3月
胃がん検診(バリウム)	40～74歳(2年に1回)	胃部エックス線検査	500円		
胃がん検診(カメラ)	50・52・54・56・58・60・62・64・66・68歳	胃内視鏡検査		4,000円	5月～3月 (県内で受診可)
乳がん検診	40歳以上の女性(2年に1回)	乳房エックス線検査(マンモグラフィ)	500円	1,000円	4月～3月 (県内で受診可)
子宮頸がん検診	20歳以上の女性	子宮頸部細胞診・内診	500円	1,000円	
HPV検査	30～44歳の女性(子宮頸がん検診と併用)	HPV(ヒトパピローマウイルス)検査	無料	無料	5月～12月
大腸がん検診	40歳以上	便潜血検査2日法	500円	500円	
前立腺がん検診	50歳以上の男性(PSAが2.1ng/ml未満は2年に1回)	血液検査(PSA)	1,980円	1,980円	5月～3月
肝炎ウイルス検査	30歳以上(検査したことがない人)	血液検査(B型・C型)	無料		6月～2月
骨粗しょう症検診	40・45・50・55・60・65・70歳女性	腕のエックス線検査	500円		
歯周疾患検診	20・30・40・50・60・70歳	歯周疾患検査		500円	

4月 2026		5月 2026		6月 2026		7月 2026		8月 2026		9月 2026	
午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後
1 水	さわやか会	1 金	すくすく子育て相談	1 月		1 水	さわやか会 のびっこ相談	1 土		1 火	
2 木	健康体操	2 土		2 火		2 木	健康体操	2 日		2 水	さわやか会 のびっこ相談
3 金		3 日	憲法記念日	3 水	さわやか会 のびっこ相談	3 金	すくすく子育て相談	3 月	総合健診(胃なし)	3 木	健康体操
4 土		4 月	みどりの日	4 木	健康体操	4 土		4 火	総合健診	4 金	すくすく子育て相談
5 日		5 火	こどもの日	5 金		5 日		5 水	さわやか会 のびっこ相談	5 土	
6 月		6 水	振替休日	6 土		6 月		6 木	総合健診 健康体操(自主)	6 日	
7 火		7 木	健康体操	7 日		7 火		7 金	ナイト健診	7 月	
8 水	さわやか会 のびっこ相談	8 金	3歳8か月児健診 (R4年9月生)	8 月		8 水	さわやか会	8 土		8 火	ストレスケア相談 市民健康相談
9 木	健康体操	9 土	1歳6か月児健診 (R6年9月生)	9 火	ストレスケア相談 市民健康相談	9 木	健康体操	9 日		9 水	さわやか会
10 金		10 日		10 水	さわやか会 のびっこ相談	10 金		10 月	ストレスケア相談	10 木	健康体操
11 土		11 月		11 木	健康体操	11 土		11 火	山の日	11 金	
12 日		12 火	ストレスケア相談	12 金		12 日		12 水	のびっこ相談	12 土	
13 月		13 水	さわやか会 のびっこ相談	13 土		13 月	妊産婦乳幼児相談	13 木		13 日	
14 火	ストレスケア相談	14 木	健康体操	14 日		14 火	ストレスケア相談	14 金		14 月	妊産婦乳幼児相談
15 水	さわやか会	15 金		15 月	妊産婦乳幼児相談	15 水	食生活改善推進員養成講座	15 土		15 火	のびっこ相談
16 木	健康体操	16 土		16 火	のびっこ相談	16 木	健康体操	16 日		16 水	さわやか会
17 金		17 日		17 水	大腸がん検診【回収】	17 金		17 月	妊産婦乳幼児相談	17 木	健康体操
18 土		18 月	妊産婦乳幼児相談	18 木	健康体操	18 土		18 火	のびっこ相談	18 金	食生活改善推進員養成講座
19 日		19 火	のびっこ相談	19 金		19 日		19 水	さわやか会	19 土	
20 月	妊産婦乳幼児相談	20 水	さわやか会	20 土		20 月	海の日	20 木	健康体操 大腸がん検診【回収】	20 日	
21 火	のびっこ相談	21 木	健康体操	21 日		21 火	市民健康相談	21 金	妊婦わくわくクラブ	21 月	敬老の日
22 水	さわやか会 のびっこ相談	22 金		22 月		22 水	さわやか会	22 土		22 火	国民の休日
23 木	健康体操	23 土		23 火	総合健診(胃なし)	23 木	健康体操	23 日		23 水	秋分の日
24 金	妊婦わくわくクラブ	24 日		24 水	総合健診	24 金	さわやか会	24 月		24 木	健康体操
25 土		25 月		25 木	総合健診 健康体操(自主)	25 土		25 火	市民健康相談	25 金	
26 日		26 火	市民健康相談	26 金	総合健診	26 日	妊婦わくわくクラブ	26 水	さわやか会	26 土	
27 月		27 水	さわやか会	27 土		27 月		27 木	健康体操	27 日	
28 火	市民健康相談	28 木	健康体操	28 日		28 火		28 金		28 月	
29 水	昭和の日	29 金		29 月		29 水	さわやか会	29 土		29 火	総合健診・骨検診
30 木	健康体操	30 土		30 火		30 木	健康体操	30 日		30 水	総合健診・骨検診
		31 日				31 金		31 月			さわやか会

事業及び、制度の改正等により変更することもありますので毎月発行の広報伊万里の「保健だより」、及び市のホームページをご覧ください。

10月～3月は裏面

# 市民健康カレンダー

## 日曜・休日等の診療のお知らせ

### ○伊万里休日・夜間急患医療センター

診療日	診療時間	診療科
月～金曜日	20:00～22:00	小児科
日・祝日 年末年始	9:00～17:00	内科・小児科・ 外科

場所：立花町1542-9(伊万里市役所前)  
電話：0955-23-9910 ※受診前に電話をしてください。

○救急告示病院(常時開設)  
西田病院、山元記念病院、伊万里有田共立病院

○救急医療情報システム(伊万里・有田消防本部)  
電話：0955-22-3852(24時間対応)

○99さがネット  
(http://www.qq.pref.saga.jp/)



子ども医療電話相談 19:00～翌朝8:00  
電話#(シャープ) 8000  
つながらない場合 電話：0952-24-2200

## ◆子どもの健診

事業名	場所	備考
3か月児健診	佐賀県、福岡県、 長崎県内の医療機関	持参するもの：母子健康手帳・乳児一般健康診査受診票(要予約)
10か月児健診		
1歳6か月児健診	市民センター	1か月前に個人通知をします。時間を分けて案内しますので、 指定された受付時間をご確認のうえ、お越しください。
3歳8か月児健診		

## ◆その他(要予約)

事業名	場所	備考
母子健康手帳・ パーキングチケット交付	伊万里市役所 別館	持参するもの：妊娠届出書・個人番号カード(マイナンバーカード)など 詳しくはご予約時にご案内します。
妊産婦健診・妊婦歯科健診	産婦人科医院、 市内歯科医院	受診券については妊娠届出時にお渡しします。
妊産婦・乳幼児相談	市民センター	持参するもの：母子健康手帳 内容：身体測定、育児相談、 歯科相談、おっぱい相談、離乳食相談
すくすく子育て相談・のびっこ相談		お子さまの発育や発達を支援する個別相談です。
妊婦わくわくクラブ		母親・両親学級(18:30～20:30) パパママレッスン体験編：パパの妊婦体験・沐浴練習

## お問い合わせは

### 伊万里市 こども家庭センター 母子保健係

TEL 0955-23-2126  
FAX 0955-22-3970

こども家庭センターホームページ



伊万里市『いまりん子育てアプリ』  
パソコン・スマホどちらからも  
ご利用いただけます  
https:imari.city-hc-jp



## ◆定期予防接種

場所：実施医療機関 ※実施日時は、直接医療機関にお問い合わせください。(要予約) (R8.4現在)

事業名	備考
RSウイルス感染症	妊娠28週～37週に至るまでの妊婦
ロタウイルス感染症	〔ロタリックス〕 出生6週0日後～出生24週0日後 〔ロタテック〕 出生6週0日後～出生32週0日後
小児の肺炎球菌感染症	生後2か月～5歳未満
B型肝炎	1歳未満
5種混合(ジフテリア・百日咳・破傷風・ポリオ・ヒブ感染症)	生後2か月～7歳6か月未満
BCG	1歳未満
麻疹風しん	1期：1歳～2歳未満 〔1期特例〕 令和4年4月2日～令和5年4月1日生まれの未接種者 2期：令和2年4月2日～令和3年4月1日生まれ 〔2期特例〕 平成30年4月2日～平成31年4月1日生まれの未接種者
水痘	1歳～3歳未満
日本脳炎	1期：6か月～7歳6か月未満 2期：9歳～13歳未満
2種混合(ジフテリア・破傷風)	11歳～13歳未満
ヒトパピローマウイルス感染症	小学校6年生～高校1年生の学年に相当する女子
高齢者の肺炎球菌感染症	65歳の誕生日の前日から66歳の誕生日の前日まで
带状疱疹	令和9年3月31日現在65、70、75、80、85、90、95、100歳
高齢者のインフルエンザ	65歳以上(自己負担有) ※10月～1月のみ実施
新型コロナウイルス感染症	65歳以上(自己負担有) ※10月～3月のみ実施

\*予防接種法の改正により変更される場合があります。

10月 2026		11月 2026		12月 2026		1月 2027		2月 2027		3月 2027	
午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後
1 木	総合健診・骨検診 健康体操(自主)	3歳8か月児健診 (R5年2月生)		1 火				1 金	元日		
2 金				2 水		さわやか会 のびっこ相談		2 土			
3 土				3 木	健康体操	3歳8か月児健診 (R5年4月生)		3 日			
4 日	総合健診・骨検診			4 金				4 月			
5 月	総合健診			5 土				5 火			
6 火	総合健診・骨検診			6 日				6 水		さわやか会 のびっこ相談	
7 水	総合健診・骨検診	さわやか会 のびっこ相談		7 月				7 木	健康体操	3歳8か月児健診 (R5年5月生)	
8 木	健康体操	1歳6か月児健診 (R7年3月生)		8 火	ストレスケア相談	ストレスケア相談		8 金			
9 金				9 水		さわやか会 のびっこ相談		9 土			
10 土				10 木	健康体操	1歳6か月児健診 (R7年5月生)		10 日			
11 日				11 金	食生活改善推進員養成講座	食生活改善推進員養成講座		11 月	成人の日		
12 月	スポーツの日			12 土				12 火	ストレスケア相談	ストレスケア相談	
13 火	ストレスケア相談	ストレスケア相談		13 日				13 水		さわやか会	
14 水		さわやか会 のびっこ相談		14 月	妊産婦乳幼児相談			14 木	健康体操	1歳6か月児健診 (R7年6月生)	
15 木				15 火		のびっこ相談		15 金	食生活改善推進員養成講座		
16 金	食生活改善推進員養成講座	食生活改善推進員養成講座		16 水		さわやか会		16 土			
17 土				17 火		のびっこ相談		17 日			
18 日				18 水		さわやか会		18 月	妊産婦乳幼児相談		
19 月	妊産婦乳幼児相談			19 木	健康体操	1歳6か月児健診 (R7年4月生)		19 火		のびっこ相談	
20 火		のびっこ相談		20 金				20 水		さわやか会	
21 水		さわやか会		21 土				21 木	健康体操		
22 木	健康体操			22 日				22 金			
23 金				23 月	勤労感謝の日			23 土			
24 土				24 火	市民健康相談	市民健康相談		24 日			
25 日				25 水		さわやか会		25 月			
26 月				26 木	健康体操			26 火	市民健康相談	市民健康相談	
27 火	市民健康相談	市民健康相談		27 金		妊婦わくわくクラブ		27 水		さわやか会	
28 水		さわやか会		28 土				28 木	健康体操		
29 木	健康体操			29 日				29 金	すくすく子育て相談		
30 金	大腸がん検診【回収】	妊婦わくわくクラブ		30 月				30 土			
31 土				31 木				31 日			