

令和6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)	原則毎週水曜(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(ヘルスマイト)養成講座	5月～2月(8回)

◆相談 場所：市民センター（要予約）

相談名	備考	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)	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



健診名	対象年齢：令和7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 血圧測定・診察 測定(身長・体重・腹囲)	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		無料	無料	
健康増進健康診査	40歳以上の生活保護受給者		無料	無料	5月～3月
30歳代健康診査	30～39歳		無料	無料	
結核検診	65歳以上(肺がん検診と併用)	胸部エックス線検査	無料	無料	5月～3月
肺がん検診	40歳以上 65歳以上で喫煙歴600以上は喀痰検査	喀痰検査	500円	1,000円	
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	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	
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	4月～3月 (県内で受診可)
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	
大腸がん検診	40歳以上	便潜血検査2日法	500円	500円	5月～12月
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	30～74歳(検査したことがない人)	血液検査(B型・C型)	無料		
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	無料		

*対象者には4月に受診券を郵送します。通知が来ていない方で健診を希望される方は、健康づくり課にご連絡ください。
*集団健診はすべて予約制です。
*次の方は料金が無料 <生活保護の方> ・すべてのがん検診・骨粗しょう症検診
<無料クーポン券> ・乳がん検診(41歳) ・子宮頸がん検診(21歳・30歳)

4月 2024 ▲4月7日 世界保健デー		5月 2024 ▲5月12日 看護の日 ▲5月31日 世界禁煙デー		6月 2024 ▲食育月間 ▲6月4日～10日 歯と口の健康週間		7月 2024 ▲「愛の血液助け合い運動」月間		8月 2024 ▲食品衛生月間		9月 2024 ▲健康増進普及月間 ▲9月10日～16日 自殺予防週間 ▲9月24日～30日 結核予防週間	
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月		1水	さわやか会のびっこ相談	1土		1月	総合健診・骨・歯検診(市民センター)	1木	健康体操	1日	
2火		2木	健康体操	2日		2火	総合健診・骨・歯検診(市民センター)	2金		2月	
3水	さわやか会のびっこ相談	3金	憲法記念日	3月		3水		3土		3火	特定保健指導
4木	健康体操	4土	みどりの日	4火		4木	総合健診・骨・歯検診(市民センター)健康体操	4日		4水	特定保健指導 さわやか会のびっこ相談
5金		5日	こどもの日	5水	さわやか会のびっこ相談	5金	すくすく子育て相談	5月	ストレスケア相談	5木	健康体操
6土		6月	振替休日	6木	健康体操	6土		6火	特定保健指導	6金	すくすく子育て相談
7日		7火		7金		7日		7水		7土	
8月		8水	さわやか会のびっこ相談	8土		8月	妊産婦乳幼児相談・妊婦歯科健診	8木	健康体操	8日	
9火	ストレスケア相談	9木	健康体操	9日		9火	ストレスケア相談 市民健康相談	9金		9月	妊産婦乳幼児相談・妊婦歯科健診
10水	さわやか会	10金	食生活改善推進員養成講座	10月		10水		10土		10火	ストレスケア相談
11木	健康体操	11土		11火	ストレスケア相談	11木	健康体操	11日	山の日	11水	食生活改善推進員養成講座
12金		12日		12水	さわやか会のびっこ相談	12金	食生活改善推進員養成講座	12月	振替休日	12木	健康体操
13土		13月		13木	健康体操	13土		13火		13金	
14日		14火	ストレスケア相談	14金		14日		14水		14土	
15月	妊産婦乳幼児相談・妊婦歯科健診	15水	特定保健指導	15土		15月	海の日	15木		15日	
16火	のびっこ相談	16木	1歳6か月児健診(R4年10月生)	16日		16火		16金		16月	敬老の日
17水	さわやか会	17金	すくすく子育て相談	17月	妊産婦乳幼児相談・妊婦歯科健診	17水	総合健診・骨・歯検診(市民センター)	17土		17火	のびっこ相談
18木	健康体操	18土		18火	のびっこ相談	18木	健康体操	18日		18水	さわやか会
19金		19日		19水	さわやか会	19金		19月	妊産婦乳幼児相談・妊婦歯科健診	19木	健康体操
20土		20月	妊産婦乳幼児相談・妊婦歯科健診	20木	健康体操 特定保健指導	20土		20火	のびっこ相談	20金	
21日		21火	のびっこ相談	21金	大腸がん検診【回収】	21日	総合健診(市民センター)	21水	さわやか会	21土	
22月		22水	さわやか会	22土		22月	総合健診・骨・歯検診(市民センター)	22木	健康体操 特定保健指導	22日	秋分の日
23火	市民健康相談	23木	健康体操	23日		23火	総合健診・骨・歯検診(市民センター)	23金	妊婦わくわくクラブ	23月	振替休日
24水	特定保健指導	24金		24月		24水		24土		24火	市民健康相談
25木	健康体操	25土		25火	市民健康相談	25木	総合健診(市民センター) 健康体操	25日		25水	さわやか会
26金	妊婦わくわくクラブ	26日		26水	総合健診(市民センター) さわやか会	26金		26月		26木	健康体操
27土		27月		27木	総合健診(市民センター) 健康体操	27土		27火	市民健康相談	27金	
28日		28火	市民健康相談	28金	総合健診(市民センター)	28日	妊婦わくわくクラブ	28水	特定保健指導	28土	
29月	昭和の日	29水	特定保健指導	29土		29月		29木	健康体操	29日	
30火		30木	健康体操	30日		30火	大腸がん検診【回収】	30金		30月	
		31金				31水	特定保健指導	31土	特定保健指導		

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

令和6年度

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・妊婦健診票・ パーキンパーミット交付	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)
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
妊婦歯科健診		持参するもの：母子健康手帳 内容：歯科医師による歯科健診と相談
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

◆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) (R6.3現在)

事業名	備考
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
ヒブ感染症	生後2か月～5歳未満
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
ジフテリア・百日咳・破傷風・ポリオ(4種混合)	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 2期：平成30年4月2日～平成31年4月1日生まれ
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
ジフテリア・破傷風(2種混合)	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 接種機会を逃した人にキャッチアップ接種制度(6年度終了)
高齢者の肺炎球菌感染症	令和7年3月31日現在 65歳 (自己負担有)
高齢者等インフルエンザ	65歳以上(自己負担有) ※10月～1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。

お問い合わせは

伊万里市健康づくり課
こども家庭センター
TEL 0955-22-3916
FAX 0955-22-3970

いまりん子育てアプリ登録方法 カンタン&無料で登録できます

アプリのダウンロードはこちら！ダウンロードも無料です



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>

10月 2024		11月 2024		12月 2024		1月 2025		2月 2025		3月 2025	
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 火	特定保健指導	特定保健指導		1 日		1 水	元日	1 土		1 土	
2 水		さわやか会 のびっこ相談		2 月		2 木		2 日		2 日	
3 木	健康体操	3歳8か月児健診 (R3年2月生)		3 火		3 金		3 月		3 月	
4 金				4 水	さわやか会 のびっこ相談	4 土		4 火	特定保健指導	特定保健指導	特定保健指導
5 土				5 木	健康体操	5 日		5 水	さわやか会 のびっこ相談	5 水	さわやか会
6 日				6 金		6 月		6 木	健康体操	3歳8か月児健診 (R3年6月生)	健康体操
7 月				7 土		7 火		7 金		7 金	すくすく子育て相談
8 火	ストレスケア相談	ストレスケア相談		8 日		8 水	さわやか会 のびっこ相談	8 土		8 土	
9 水		さわやか会		9 月		9 木	健康体操	9 日		9 日	
10 木	総合健診(市民センター) 健康体操			10 火	ストレスケア相談	10 金		10 月	ストレスケア相談	10 月	
11 金	総合健診・骨・歯検診 (市民センター)			11 水	特定保健指導	11 土		11 火	建国記念の日	11 火	ストレスケア相談
12 土				12 木	健康体操	12 日		12 水	さわやか会 のびっこ相談	12 水	さわやか会 のびっこ相談
13 日				13 金		13 月	成人の日	13 木	健康体操	13 木	健康体操
14 月	スポーツの日			14 土		14 火	ストレスケア相談	14 金	食生活改善推進員養成講座	14 金	
15 火		のびっこ相談		15 日		15 水	特定保健指導	15 土		15 土	
16 水	特定保健指導 食生活改善推進員養成講座	特定保健指導 さわやか会 食生活改善推進員養成講座		16 月	妊産婦乳幼児相談・妊婦歯科健診	16 木	健康体操	16 日		16 日	
17 木	健康体操	1歳6か月児健診 (R5年3月生)		17 火		17 金	食生活改善推進員養成講座 すくすく子育て相談	17 月	妊産婦乳幼児相談・妊婦歯科健診	17 月	妊産婦乳幼児相談・妊婦歯科健診
18 金		妊婦わくわくクラブ		18 水		18 土		18 火		18 火	のびっこ相談
19 土				19 木	健康体操 特定保健指導	19 日		19 水	特定保健指導	19 水	さわやか会
20 日				20 金		20 月	妊産婦乳幼児相談・妊婦歯科健診	20 木	健康体操	20 木	春分の日
21 月	妊産婦乳幼児相談・妊婦歯科健診			21 土		21 火		21 金		21 金	
22 火	市民健康相談	市民健康相談		22 日		22 水		22 土		22 土	
23 水		さわやか会		23 月		23 木	健康体操	23 日	天皇誕生日	23 日	
24 木	健康体操			24 火	市民健康相談	24 金		24 月	振替休日	24 月	
25 金				25 水		25 土		25 火	市民健康相談	25 火	市民健康相談
26 土				26 木	健康体操	26 日		26 水		26 水	さわやか会
27 日				27 金		27 月		27 木	健康体操	27 木	健康体操
28 月				28 土		28 火	市民健康相談	28 金		28 金	
29 火				29 日		29 水		29 土		29 土	
30 水	大腸がん検診【回収】	さわやか会		30 月		30 木	健康体操	30 日		30 日	
31 木	特定保健指導	特定保健指導		31 火		31 金		31 月		31 月	

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。

4月～9月は裏面