

# おとな編

## 令和8年度

# 健康づくり年間計画表

令和8年4月1日 発行

みんなでとりくもう！！

世界禁煙デー

歯と口の健康週間・食育月間

肝臓週間・熱中症予防強化月間

結核予防週間・自殺予防週間・がん制圧月間健康増進普及月間

健康・体力づくり強調月間

子宮頸がん予防啓発月間・世界糖尿病デー

世界エイズデー

はたちの献血キャンペーン

生活習慣病予防月間

女性の健康週間・自殺対策強化月間・世界腎臓デー

| 事業名   | 4月   | 5月  | 6月                             | 7月  | 8月                              | 9月                        | 10月                           | 11月                            | 12月                       | 1月                        | 2月                       | 3月                             |  |
|---|--|---|--------------------------------|---|---------------------------------|---------------------------|-------------------------------|--------------------------------|---------------------------|---------------------------|--------------------------|--------------------------------|--|
| <b>生活習慣病予防健診</b><br><b>U39健診</b><br>(サンキュー健診)<br>19~39歳<br>1,000円<br>(集団健診のみです)<br>他の対象者の詳細は下記参照<br><b>特定健診</b><br>40~74歳<br>国保加入者<br>1,000円<br>(医療機関でも健診ができます)<br><b>後期高齢者健診</b><br>後期高齢者医療保険加入者 <b>無料</b> | 職場で受ける機会のない人はぜひご利用ください<br>受付時間は完全予約制です<br>個別健診 (登録医療機関で受診)<br>個別健診 (登録医療機関で受診) | 18(木) 19(金) <b>21(日)</b><br>北多久公民館  | 9(木) 10(金)<br>南多久公民館           | 30(日) 31(月)<br>北多久公民館                                       | 30(金)<br>北多久公民館                 | 1(日)<br>北多久公民館            | 今年度最後の健診です<br>17(日)<br>北多久公民館 |                                |                           |                           |                          |                                |  |
|   |  | 26(金)<br>西多久公民館   | 14(火) 15(水)<br>東多久公民館          | 令和8年6月1日~令和9年3月末までに、登録医療機関で予約をして受診<br>登録医療機関についてはお問い合わせください |                                 |                           |                               |                                |                           |                           |                          |                                |  |
|   |  | 29(月) 30(火)<br>多久公民館  | 29(水) 30(木) 31(金)<br>北多久公民館    | 令和8年6月1日~令和9年3月末までに、登録医療機関で予約をして受診<br>登録医療機関についてはお問い合わせください |                                 |                           |                               |                                |                           |                           |                          |                                |  |
|   |  | 特定健診は集団健診がおすすめ<br>メリット① 選択検査の心電図検査・貧血検査が全員受けられます。<br>メリット② 必要な人は健診会場で眼底検査が受けられます。<br>メリット③ 健診結果について直接説明を受けられます。<br>メリット④ 健診結果で肝臓の状態(肝臓の脂肪の量や硬さ)をチェックできる指数が見れます。<br>メリット⑤ 特定健診(集団健診)を受けると、 <b>減塩商品</b> をプレゼント!!<br>減塩料理のコツ!もお伝えします |                                |   |                                 |                           |                               |                                |                           |                           |                          |                                |  |
| <b>健康相談</b> 13:00~16:00<br>メール相談:kenkozoshin@city.taku.lg.jp  | 6(月) 13(月)<br>20(月) 27(月)  | 7(木) 11(月)<br>18(月) 25(月)   | 1(月) 8(月) 15(月)<br>22(月) 29(月) | 6(月) 13(月)<br>21(火) 27(月)                                   | 3(月) 10(月) 17(月)<br>24(月) 31(月) | 7(月) 14(月)<br>24(木) 28(月) | 5(月) 13(火)<br>19(月) 26(月)     | 2(月) 9(月) 16(月)<br>24(火) 30(月) | 7(月) 14(月)<br>21(月) 28(月) | 4(月) 12(火)<br>18(月) 25(月) | 1(月) 8(月)<br>15(月) 22(月) | 1(月) 8(月) 15(月)<br>23(火) 29(月) |  |
| <b>心・ストレス相談</b> ☆要予約<br>老若男女どんな人でも相談できます。☎75-3355   | 15(水)  | 22(金)   | 10(水)                          | 3(金)  | 5(水)                            | 18(金)                     | 14(水)                         | 27(金)                          | 23(水)                     | 22(金)                     | 17(水)                    | 26(金)                          |  |

## U39健診(サンキュー健診)・特定健診・後期高齢者健診

自覚症状がなく進行する生活習慣病の予防のための健診です。

検査内容

- 身体測定(身長・体重・腹囲)
- 尿検査(糖・蛋白・潜血)
- その他実施基準に該当し、医師が必要と判断した場合に実施する項目(貧血・心電図・眼底)
- 血圧測定
- 血液検査(血糖・脂質・肝機能等)

| 健診の名称 | U39健診(サンキュー健診)   | 特定健診                                    | 後期高齢者健診                                     |
|-------|--|---|---|
| 対象者   | ◎19~39歳の市民<br>◎19歳以上の生活保護世帯の人<br>◎40歳~74歳で、令和8年4月2日以降に多久市国民健康保険加入者     | 40~74歳の<br>多久市国民健康保険加入者                 | 40~74歳の<br>社会保険等<br>加入者<br>後期高齢者医療保険<br>加入者 |
| 案内通知  | 案内通知の有無に関わらず、ホームページまたは電話等で12月末まで予約を受け付けています。<br>5月下旬から予約者に随時受診券を郵送します。 | 対象となる人全員に5月下旬に受診券を郵送します。<br>必ず受診してください。 | 対象となる人全員に5月下旬に受診券を郵送します。                    |
| 健診方法  | 6月~1月集団健診のみ*<br>*集団健診を希望される場合は、本計画表・ホームページ等をご覧ください。                    | 6月~1月集団健診*<br>6月~3月個別健診                 | 6月~3月<br>個別健診のみ<br>直接登録医療機関に<br>予約し、受診      |

## 歯周病検診

|        |  |  |
|--------|--|--|
| 対象者    | 20歳・30歳・40歳・50歳・60歳<br>70歳 (令和9年3月31日時点年齢)<br>※現在治療中の人は検診対象となりません。 | <br>・歯みがきで出血する    |
| 内容     | 問診、口腔内診査、ブラッシング指導<br>※当日は検診のみで治療はできません。                            | <br>・歯がぐらぐらする     |
| 料金     | 500円<br>(生活保護・非課税世帯の人<br>(後期高齢医療保険加入者は無料))                         | <br>・歯と歯の間に隙間ができた |
| 指定医療機関 | 小・城・多久歯科医師会<br>加入の医療機関   | <br>・口臭が気になる      |
| 受診方法   | 案内ハガキを持参の上、上記指定医療機関に予約をして受診してください。<br>※対象者に、5月下旬に、案内ハガキを郵送します。     | その症状、<br><b>歯周病かも</b> かもしれません?!  |

かけがえのない命をみんなで守ろう  
 ~つながる・支えることが大切です。~

相談

誰かに話してみませんか?

ひとりでも悩まず、

**(心・ストレス相談) 要予約**  
 年12回開催 75-3355  
 ★臨床心理士が対応します。お気軽にご利用ください。  
 (年間の相談日は上記相談日程をご覧ください。)

**(借金[多重債務]問題について)**  
 多久市 商工観光課 消費生活相談窓口 75-2117  
 月・火・木 10:00~16:00  
 (祝日・年末年始を除く)  
 ★消費生活相談員が対応します。  
 ★訪問販売・通信販売などの消費者トラブルの相談も可能です。

**(こころの悩み・不安についての相談)**  
 佐賀いのちの電話 34-4343 (24時間)  
 佐賀県精神保健福祉センター 73-5060 (平日9:00~16:45)

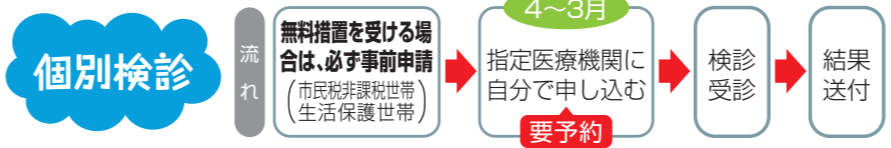
・周囲がいつもと違う様子に気づいて声をかけましょう。  
 ・悩みの解決に向け、相談窓口などにつながるようサポートしましょう。


# がん検診「あのとき、受けておけばよかった・・・」と後悔しないために。

※市の検診は年度内(4月～3月)の1回のみ受診可能です。2回目以降の場合は全額自己負担になりますのでご注意ください。

## 平日のがん検診は、年間を通じて 予約・受診ができます

|         | 平日   | 休日(日曜日)  |
|---------|--|--|
| 場所      | 公立佐賀中央病院 健診センター<br>(東多久町大字別府3562)  | 佐賀県健診・検査センター<br>(佐賀市水ヶ江1丁目12-10)                 |
| 日程      | 通年   | 6/14、6/28、12/13、R9.2/7                           |
| 実施時間    | 胃・特定健診あり:午前<br>胃・特定健診なし:午後   | 午前のみ<br>8:30～11:00                               |
| 予約問合せ先  | 要予約<br>☎0952-20-2677<br>(予約受付:月～金<br>12:00～16:00)  | 要予約<br>☎0952-37-3314<br>(予約受付:月～金<br>8:30～17:00) |
| 通知      | 過去2年の受診歴がある方へ案内通知<br>※通知が来なくても、各がん検診等の対象年齢であれば受診できます。  |  |
| 受診までの流れ | ① 希望日時に予約<br>② 事前に問診票等送付<br>③ 検診受診 ④ 結果送付<br>「チョイソコたく」で<br>病院までの往復運賃が無料に<br>※無料措置を受ける場合は、健康増進課へ必ず事前申請を<br>(市民税非課税世帯・生活保護世帯)<br>※後期高齢者医療保険加入者は無料です。 |  |



| 検査項目    | 年齢                                | 内容                 | 検査料金                                  | 指定医療機関  |
|---------|-----------------------------------|--------------------|---------------------------------------|---|
| 子宮頸がん   | 20歳以上女性                           | 細胞診検査              | 頸部 1,700円<br>頸部+体部 2,500円             | 県内登録医療機関<br>佐賀県ホームページで<br>医療機関一覧が見れます<br>がんポータルさが <input type="button" value="検索"/>  |
|         | 30～44歳の女性                         | HPV(ヒトパピローマウイルス)検査 | 無料                                    |   |
| 乳がん     | 40歳以上女性                           | マンモグラフィー検査         | 40歳代(2方向) 1,700円<br>50歳以上(1方向) 1,200円 |   |
| 胃がん     | 50歳～60歳代<br>偶数年齢<br>(令和9年3月31日時点) | 胃内視鏡検査(胃カメラ)       | 3,000円                                |   |
| B型・C型肝炎 | 20歳以上で過去に肝炎ウイルス検査を受けたことがない人       | 血液検査               | 無料                                    |   |

## 無料クーポン券 (対象者の人へはクーポン券を郵送します)

| 種類   | 前立腺がん(55クーポン) | 子宮がん        | 乳がん   |
|------|---------------|-------------|-------|
| 対象   | 55～74歳男性      | 21歳女性       | 41歳女性 |
| 使用   | ※R9.3.31時点の年齢 |             |       |
| 使用期限 | 集団検診のみ        | 集団・個別検診で使用可 |       |
|      | R9.3.31まで     | R9.2.27まで   |       |

### HPV(ヒトパピローマウイルス)検査って?

将来子宮頸がんになる危険性があるウイルスの存在を調べる検査で、結果によっては3年に1度の受診が可能になります。佐賀県は子宮がんの死亡率が全国ワースト(H29)となったことから30歳～44歳の人に限り、HPV検査の無料化に取り組んでいます。

### ピロリ菌抗体検査(オプション)

を集団検診で受けることができます。20～39歳の人、胃潰瘍や胃がんの原因となるピロリ菌の有無を調べる抗体検査を受けることができます。

# 予防接種について

|  | 対象者   | 接種期間             | 接種回数     | 接種費用         | 場所       | 備考   |
|--|---|------------------|----------|--------------|----------|--|
| 带状疱疹ワクチン   | ①令和8年度に下記年齢になる人   | 通年               | 生ワクチン 1回 | 生ワクチン 2,500円 | 県内登録医療機関 | ※対象者には個人通知をします。<br>※今まで带状疱疹ワクチンを接種したことがある人は医師とご相談の上、接種を検討してください。 |
|  | 65歳 S36.4.2～S37.4.1生  |                  |          |              |          |  |
|  | 70歳 S31.4.2～S32.4.1生  |                  |          |              |          |  |
|  | 75歳 S26.4.2～S27.4.1生  |                  |          |              |          |  |
|  | 80歳 S21.4.2～S22.4.1生  |                  |          |              |          |  |
|  | 85歳 S16.4.2～S17.4.1生  |                  |          |              |          |  |
|  | 90歳 S11.4.2～S12.4.1生  |                  |          |              |          |  |
| 95歳 S6.4.2～S7.4.1生   |   |                  |          |              |          |  |
| 100歳 T15.4.2～S2.4.1生                                       |   |                  |          |              |          |  |
| ②接種当日60歳以上65歳未満の人で、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障害があり、日常生活がほとんど不可能な人 | 組換えワクチン 2回  | 組換えワクチン 6,500円/回 |          |              |          |  |
| 高齢者肺炎球菌ワクチン  | ①接種当日65歳の人で未接種の人  | 通年               | 1回       | 3,400円       | 県内登録医療機関 | ※これまでに肺炎球菌ワクチンを接種したことがある人は対象外となります。<br>※令和8年度より使用するワクチンが変更となります。 |
|  | ②60～65歳未満で、心臓、腎臓、呼吸器の機能、またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能に障害を有する人(身体障害者1級程度) |                  |          |              |          |  |
| 高齢者インフルエンザワクチン   | ①接種当日65歳以上の人  | 令和8年10月          | 1回       | 未定           | 県内登録医療機関 | ※詳細は、市報10月号でお知らせします。   |
|  | ②60～65歳未満で、心臓、腎臓、呼吸器の機能、またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能に障害を有する人(身体障害者1級程度) |                  |          |              |          |  |
| 新型コロナウイルスワクチン  | ①接種当日65歳以上の人  | 令和8年10月          | 1回       | 未定           | 県内登録医療機関 | ※詳細は、市報10月号でお知らせします。   |
|  | ②60～65歳未満で、心臓、腎臓、呼吸器の機能、またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能に障害を有する人(身体障害者1級程度) |                  |          |              |          |  |
| 風しん抗体検査 予防接種   | ①妊娠を予定または希望する女性(将来に備えて予防接種を希望する女性を含む)                           | 通年               | 1回       | 無料           | 県内登録医療機関 | ※今までに風しんにかかったことがある人、風しんまたは麻しん風しんの予防接種を受けたことがある人は対象外です。           |
|  | ②風しん抗体価が低い(HI法で16倍以下)妊婦の同居者                                     |                  |          |              |          |  |