

令和6年度

松前町保健だより

この『松前町保健だより』には、令和6年度に松前町で実施する健診などの内容を掲載しています。1年間大切に保管してください。各種健診は、町民の方を対象としています。

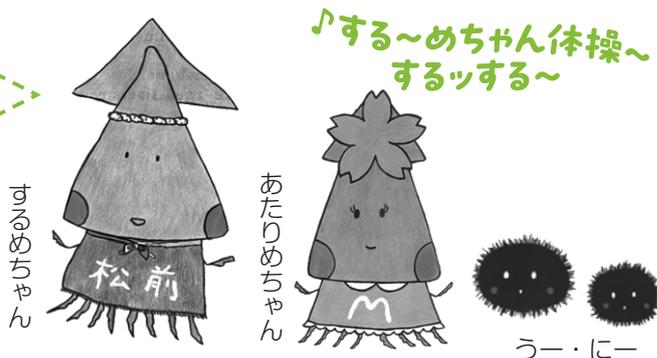
※「子ども」の健診や予防接種など、子育てに関する内容は「松前町の子育て」に掲載しています。

目次

	頁		頁
住民健診	2	胃がん・肺がん検診	17
健康相談・栄養相談	3	ピロリ菌検査	17
運動(健康)教室	3	大腸がん検診	18
簡易脳ドック	4	乳がん・子宮がん検診	18~19
予防接種(成人)	4	まつまえ健康ポイント	20
健康カレンダー(成人・子ども)	5~16		

松前町オリジナル体操
『するめちゃん体操』で
体を動かし、健康寿命を
延ばしましょう！

まつまえ健康応援サポーター



『するめちゃん体操』のCD・DVDを貸し出しいたします。
ご希望の方は保健福祉課 健康推進係へご連絡ください。(電話 42-2650)

住民健診



健康ポイント

各健診2ポイント

受けたら、500円分のさくら商品券をプレゼント！

区分	対象者	検査内容	料金
特定健診	40～74歳の松前町国保加入者	身体測定 尿検査 血圧測定 血液検査 診察・問診	無料
後期高齢者健診	後期高齢者医療保険者証をお持ちの方(75歳以上)		
一般健診	・20～39歳 ・40歳以上の生活保護世帯の方		

健診日程 どの会場でも受けられます

実施機関：町立松前病院

健診日	会場	受付時間	胃がん	
集団 6月	朝日寿の家	8:30～10:30	○	
		13:00～15:00		
	12日(水)	ふれあい交流センター(唐津)	8:30～10:30	○
		弁天漁民センター	13:00～15:00	
	13日(木)	館浜体験交流センター	8:30～10:30	○
		町民総合センター	13:00～15:00	
	14日(金)	町民総合センター	8:30～10:30	○
			13:00～15:00	
	25日(火)	小島地区基幹集落センター	8:30～10:30	○
		茂草町内会館	13:00～15:00	
	26日(水)	清部生活改善センター	8:30～10:30	○
		パートナーシップランド	13:00～15:00	
	27日(木)	パートナーシップランド	8:30～10:30	○
		交流の里づくり館(原口)	13:00～15:00	
28日(金)	町民総合センター	8:30～10:30	○	
		13:00～15:00		
個別	8月～3月の平日	町立松前病院(予約制)	15:00～	
	8月～3月の平日 (水曜日の午後以外)	小笠原内科消化器科クリニック(予約制)	診療時間内	

集団健診で同時に受診できる検診・検査

検診名	対象者	検査内容	料金
肝炎ウイルス検診	・40歳(昭和59年生まれ) ・41歳以上(昭和58年以前生まれ)で未受診の方	血液検査	無料
エキノコックス症検診	18歳以上(5年に1度)	血液検査	無料
ピロリ菌検査	20歳以上で過去に検査を受けたことのない方	尿検査	無料
大腸がん検診	40歳以上	便潜血検査	無料
胃がん検診 (午前の会場のみ)	40～79歳以上(予約制)	バリウムX線撮影	70歳未満 1,500円 70歳以上 700円
肺がん検診	40歳以上(65歳以上の方は、結核健診も兼ねます)	胸部X線撮影	無料
		喀痰検査(希望者)	800円

※40歳～74歳の松前町国保以外の方は、勤務先にご確認ください。

健康相談・栄養相談・運動(健康)教室

◆健康相談

随時、役場でも行っておりますのでご利用ください。

会場・時間	相 談 日											
	令和6年									令和7年		
	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
健康センター 10:00~12:00	4	2	6	4	1	5	3	7	5	9	6	13
	11	9	20	11	8	12	10	14	12	16	13	27
	18	16		18	22	19	17	21	19	23	20	
	25	23		25	29	26	24	28	26	30	27	
		30					31					
松前温泉休養 センター 12:30~13:00	1	13	3	1	5	2	7	11	2	6	3	3

◆栄養相談

健康センター 10:00~12:00	令和6年									令和7年		
	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
	11	2	6	11	1	5	3	14	12	16	6	13
対 象	食事療法の必要な方、食事についてお悩みのある方は、お気軽に当日会場にお越しください。また同時に離乳食相談も行っております。											

◆からだスッキリ運動教室

ふれあい交流センター 18:00~19:30	<ul style="list-style-type: none"> 5月~11月までの毎週月曜日(祝日などを除く) 期間中全20回
講 師	池田美香氏 (フィットネスホリスティックアドバイザー)
対 象	<p>おおむね18~75歳の町民 (定員20名程度)</p> <p>※下記の①~③に該当する方を優先的に対象とします。</p> <p>①町の特定健診を受診し、積極的支援または動機付け支援が必要と判定された方</p> <p>②その他の健康診断の結果、生活習慣の改善に取り組みたい方</p> <p>③メタボリックシンドロームの改善に取り組みたい方</p>
内 容	<ul style="list-style-type: none"> ストレッチ、筋力トレーニング、有酸素運動など 身体測定、血圧測定、健診や検査の結果報告など、運動以外のことも行います。

※申込方法など詳しくは、町広報4月号に掲載しています。

◆冬の健康教室

ふれあい交流センター 18:00~19:30	日程等については広報でご確認ください。
講 師	町立松前病院リハビリテーション科 理学療法士、作業療法士
対 象	おおむね18~75歳の町民(定員25名程度)
内 容	体力測定、ストレッチ、筋力トレーニング、有酸素運動など

※申込方法など詳しくは、町広報11月号に掲載予定です。

【予約制】

健康ポイント

2ポイント

簡易脳ドック

3年に1回

対象	40歳以上で令和4年度、令和5年度に、町実施の簡易脳ドックを受けていない方
検査方法	頭部MRI（頭部の断層撮影） ・ 頭部MRA（頭部の血管撮影） 頸部MRA（首の血管撮影）
自己負担額	新規受診の方 5,000円 ・ 新規受診以外の方 7,000円
実施機関	江差脳神経外科クリニック ・ 函館新都市病院
実施期間	6月6日(木)～8月6日(火)

※申込方法など詳しくは、町広報5月号に掲載予定です。

予防接種(成人)

予防接種は、対象年齢期間内に済ませましょう

◆高齢者肺炎球菌

定期接種対象者	令和6年度65歳になる方（昭和34年4月2日～昭和35年4月1日生まれ） ※対象者には個別通知します。
上記対象者以外にも、60～64歳で心臓等の機能またはヒト免疫不全ウイルスにより免疫機能に障害のある方（身体障害者手帳1級に相当）は接種を受ける事ができます。	
接種場所	町立松前病院（電話42-2515） ※予約制
料金(自己負担額)	3,000円 対象ワクチン：ニューモバックス ※料金の助成は1人、生涯1回限りです。

◆成人対象：風しん

対象	①19～49歳の男女 ②妊婦の家族（50歳以上） ③将来、妊娠を希望する女性の家族（50歳以上）
接種場所	町立松前病院（電話42-2515） ※予約制
料金(自己負担額)	3,000円

保健福祉課健康推進係で『接種対象者証明書』の交付を受け、病院に持参し、接種してください。

◆風しん抗体検査・接種(成人男性)

対象	検査	昭和37年4月2日～昭和54年4月1日生まれの男性 ※対象者には個別通知します
	接種	上記抗体検査の結果、抗体価が基準以下の方
検査場所等	※保健福祉課健康推進係(電話42-2650)にお問い合わせください。	
料金(自己負担額)	無料	

◆带状疱疹(水痘ワクチン)

対象	50歳以上の方	
検査場所等	町立松前病院（電話42-2515） ※予約制	
ワクチン種類	生ワクチン	不活化ワクチン
接種回数	1回	2回
料金(自己負担額)	4,000円	22,000円（1回11,000円）
※料金の助成は1人、生涯1回限りです。		

◆インフルエンザ

対象	①65歳以上 ②中学生以下 ③60～64歳で心臓等の機能またはヒト免疫不全ウイルスにより免疫機能に障害のある方（身体障害者手帳1級に相当）
接種場所等	助成対象となる医療機関については、町立松前病院と小笠原内科消化器科クリニックを予定しています。詳しくは、実施時期が近づきましたらお知らせいたします。

令和6年

4月

令和6年度 健康カレンダー



予防接種 (町立松前病院)

日	月	火	水	木	金	土
31	1 温泉健康相談 (12:30~13:30 松前温泉)	2 	3 乳児健診 (12:30~13:15) ふれあい交流センター(唐津) 清部保育所入所式	4 すくすく教室 (10:00~11:30 健康センター) 健康相談 (10:00~12:00 健康センター)	5	6 松前こども園入園式
7	8 小中学校入学式 松前高校入学式	9 	10 股関節脱臼検査 (13:15~13:30 松前病院)	11 健康・栄養相談 (10:00~12:00 健康センター)	12	13
14	15	16 胃がん肺がん検診予約受付 (8:45~役場)	17 1歳6カ月児健診 (12:45~13:00ふれあい交流センター(唐津)) 3歳児健診 (13:00~13:15ふれあい交流センター(唐津)) 5歳児健診 (13:15~13:30ふれあい交流センター(唐津))	18 健康相談 (10:00~12:00 健康センター)	19	20 愛媛県まさき町姉妹都市 交流ウォークキング競争表彰式 さくらまつり(~5/6)
21	22	23 すくすく教室 (10:00~11:30 健康センター)	24 	25 健康相談 (10:00~12:00 健康センター)	26	27
28	29 昭和の日	30 	1	2	3	4

©カレンダーの内容は都合により変更になることがありますので、町広報やご案内文書等とあわせてご利用ください。

令和6年

5月

各種がん検診

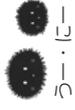
定期的に検診を受け、自分の健康を守りましょう！(P17～P19参照)

町で実施している『がん検診』

『がん検診』による早期発見が早期治療の第一歩です。

- 大腸がん検診(無料)
- 胃がん検診(有料)
- 肺がん検診(無料)
- 乳がん検診(無料)
- 子宮がん検診(無料)

健康ポイント
2ポイント



日	月	火	水	木	金	土
28	29	30	1 さくらの日	2 健康・栄養相談 (10:00～12:00 健康センター)	3 憲法記念日	4 みどりの日
5 こどもの日	6 振替休日	7	8 股関節脱臼検査 (13:15～13:30 松前病院)	9 すくすく教室 (10:00～11:30 健康センター) 健康相談 (10:00～12:00 健康センター)	10 胃・肺がん検診 (6:00～7:30 白神寿の家) (8:30～10:00 小島地区基幹集落センター)	11 胃・肺がん検診 (6:30～10:00 健康センター)
12 胃・肺がん検診 (6:00～7:30 パートナーシップブランド) (8:30～10:00 交流の里づくり館(原口))	13 温泉健康相談 (12:30～13:30 松前温泉) からだスッキリ運動教室 (18:00～19:30 ふれあい交流センター(唐津))	14	15	16 健康相談 (10:00～12:00 健康センター)	17 簡易脳ドック予約受付 (8:45～役場)	18
19	20 からだスッキリ運動教室 (18:00～19:30 ふれあい交流センター(唐津))	21 すくすく教室 (10:00～11:30 健康センター)	22	23 健康相談 (10:00～12:00 健康センター)	24	25
26	27 からだスッキリ運動教室 (18:00～19:30 ふれあい交流センター(唐津))	28	29	30 健康相談 (10:00～12:00 健康センター)	31	1

◎カレンダーの内容は都合により変更になることがありますので、町広報やご案内文書等とあわせてご利用ください。

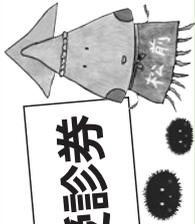
令和6年

6月

住民健診

健診を毎年受けて、体の状態を確認しましょう！(P2参照)

受診券



住民健診が始まります！

◎6月11日～14日、6月25日～28日
各地区での会場でも受けられます

健康ポイント
2ポイント

日	月	火	水	木	金	土
26	27	28	29	30	31	1
2	3	4	5	6	7	8
	温泉健康相談 (12:30～13:30 松前温泉) からだスッキリ運動教室 (18:00～19:30 ふれあい交流センター(唐津))	すくすく教室 (10:00～11:30 健康センター)		健康・栄養相談 (10:00～12:00 健康センター)		
9	10	11	12	13	14	15
		住民健診・胃がん・肺がん検診 (8:30～10:30 朝日寿の家) (13:00～15:00 日神寿の家) 赤神祭典	住民健診・胃がん・肺がん検診 (8:30～10:30 ふれあい交流センター(唐津)) 股関節脱臼検査 (13:15～13:30 松前病院) 赤神祭典	住民健診・胃がん・肺がん検診 (8:30～10:30 船浜体験交流センター) (13:00～15:00 町民総合センター)	住民健診・胃がん・肺がん検診 (8:30～10:30 町民総合センター) (13:00～15:00 町民総合センター) 清部祭典	清部祭典
16	17	18	19	20	21	22
清部祭典	からだスッキリ運動教室 (18:00～19:30 ふれあい交流センター(唐津)) 静浦祭典	静浦祭典		すくすく教室 (10:00～11:30 健康センター) 健康相談 (10:00～12:00 健康センター) 札前祭典	札前祭典	
23	24	25	26	27	28	29
		住民健診・胃がん・肺がん検診 (8:30～10:30 小島地区基幹集落センター) (13:00～15:00 茂草町内会館)	住民健診・胃がん・肺がん検診 (8:30～10:30 清部生活改善センター) (13:00～15:00 パートナーシップランド)	住民健診・胃がん・肺がん検診 (8:30～10:30 パートナーシップランド) (13:00～15:00 交流の里づくり館(原口)) 茂草祭典	住民健診・胃がん・肺がん検診 (8:30～10:30 町民総合センター) (13:00～15:00 町民総合センター) 茂草祭典	
30						

◎カレンダーの内容は都合により変更になることがありますので、町広報やご案内文書等とあわせてご利用ください。

令和6年

7月

簡易脳ドック

発症前の脳疾患を早く的確に見つけて対応することが大切です。(P4参照)

【検査項目】

- ①問診
- ②頭部MRI (脳の断面撮影)
- ③頭部MRA (脳の血管撮影)
- ④頸部MRA (首の血管撮影)
- ⑤診察・判定

【自己負担金】

新規受診者 5,000円
その他 7,000円

40歳以上の方が対象です。

健康ポイント
2ポイント



日	月	火	水	木	金	土
30	1	2	3	4	5	6
	温泉健康相談 (12:30~13:30 松前温泉) からだスッキリ運動教室 (18:00~19:30 ふれあい交流センター(唐津))	2 📍 館浜祭典	3 📍	4 すくすく教室 (10:00~11:30 健康センター) 健康相談 (10:00~12:00 健康センター)	5	
7	8	9	10	11	12	13
	からだスッキリ運動教室 (18:00~19:30 ふれあい交流センター(唐津))	9 📍 館浜祭典	10 📍 股関節脱臼検査 (13:15~13:30松前病院) 館浜祭典・荒谷祭典	11 健康・栄養相談 (10:00~12:00 健康センター) 荒谷祭典		
14	15	16	17	18	19	20
原口祭典	15 📍 原口祭典	16 📍 原口祭典	17 📍 乳児健診 (12:30~13:15 ふれあい交流センター(唐津)) 白神祭典	18 すくすく教室 (10:00~11:30 健康センター) 健康相談 (10:00~12:00 健康センター) 白神祭典	19 📍 弁天祭典	20 📍 弁天祭典
21	22	23	24	25	26	27
	からだスッキリ運動教室 (18:00~19:30 ふれあい交流センター(唐津))	23 📍 小中学校 1 学期終業式	24 📍 1歳6カ月児健診 (12:45~13:00ふれあい交流センター(唐津)) 3歳児健診 (13:00~13:15ふれあい交流センター(唐津)) 5歳児健診 (13:15~13:30ふれあい交流センター(唐津)) 朝日祭典	25 健康相談 (10:00~12:00 健康センター) 朝日祭典	26	
28	29	30	31	1	2	3
	からだスッキリ運動教室 (18:00~19:30 ふれあい交流センター(唐津))	30 📍	31 📍 朝日祭典	1	2	3

◎カレンダーの内容は都合により変更になることがありますので、町広報やご案内文書等とあわせてご利用ください。

令和6年

8月

からだスッキリ運動教室

体を動かしてリフレッシュ！心身ともに
軽くなって明日への活力に！（P3参照）

メタボの予防・改善にはまず運動！

5月～11月の月曜日に実施予定です。

健康診断結果・生活習慣の改善に取り組みたい方を中心に、ストレッチ・筋力トレーニング・有酸素運動など、1時間30分ほど楽しく体を動かします。

健康ポイント
1ポイント

日	月	火	水	木	金	土
28	29	30	31	1 健康・栄養相談 (10:00～12:00 健康センター) 上川祭典	2 乳がん検診予約受付 (8:45～役場) 上川祭典・大沢祭典	3 大沢祭典
4	5 温泉健康相談 (12:30～13:30 松前温泉) からだスッキリ運動教室 (18:00～19:30 ふれあい交流センター(唐津)) 松前神社祭典	6 すくすく教室 (10:00～11:30 健康センター) 	7  股関節脱臼検査 (13:15～13:30 松前病院)	8 健康相談 (10:00～12:00 健康センター)	9	10
11	12 山の日	13 時代まつり 	14  時代まつり 大磯祭典	15 大磯祭典	16	17
18	19 からだスッキリ運動教室 (18:00～19:30 ふれあい交流センター(唐津))	20 	21 	22 すくすく教室 (10:00～11:30 健康センター) 健康相談 (10:00～12:00 健康センター)	23 小中学校2学期始業式	24
25	26 からだスッキリ運動教室 (18:00～19:30 ふれあい交流センター(唐津))	27 	28 	29 健康相談 (10:00～12:00 健康センター)	30	31

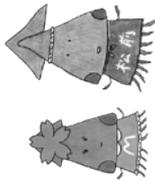
©カレンダーの内容は都合により変更になることがありますので、町広報やご案内文書等とあわせてご利用ください。

令和6年

9月

健康アップ教室

健康的な生活習慣を確立しましょう！



糖尿病予防や高血圧予防に関する講話や実際に血糖値の測定や塩分排泄量の検査、調理実習など楽しく健康教育を体験できる教室です。

健康ポイント
1ポイント

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
	温泉健康相談 (12:30~13:30松前温泉) からだスッキリ運動教室 (18:00~19:30 ふれあい交流センター(唐津))	3	4	5 健康・栄養相談 (10:00~12:00 健康センター)	6	
8	9	10	11	12	13	14
	からだスッキリ運動教室 (18:00~19:30 ふれあい交流センター(唐津))	10	11 股関節脱臼検査 (13:15~13:30 松前病院)	12 すくすく教室 (10:00~11:30 健康センター) 健康相談 (10:00~12:00 健康センター)		江良祭典 松前子ども園運動会
15	16	17	18	19	20	21
江良祭典	16 敬老の日 江良祭典	17	18	19 健康相談 (10:00~12:00 健康センター)	20 乳がん検診 (8:30~9:00・9:00~9:30 12:30~13:00・13:00~13:30 町民総合センター)	
22	23	24	25	26	27	28
マグロまつり	23 秋分の日	24	25 エキノコックス症血清検査 (13:00~大島小・小島小・松城小・松前中)	26 すくすく教室 (10:00~11:30 健康センター) 健康相談 (10:00~12:00 健康センター)		
29	30	1	2	3	4	5
	からだスッキリ運動教室 (18:00~19:30 ふれあい交流センター(唐津))	1	2	3	4	5

©カレンダーの内容は都合により変更になることがありますので、町広報やご案内文書等とあわせてご利用ください。

令和6年

10月

健康まつり

健康づくりに興味を持ち、健康寿命を延ばしましょう！

健康まつりは、講演、展示・計測・体験コーナーなどで、町民の皆さまに、楽しみながら健康づくりに関心を持っていただくためのイベントです。

ぜひ、ご参加ください！

健康ポイント
2ポイント



日	月	火	水	木	金	土
29	30	1 📍 すくすく教室 (10:00~11:30 健康センター)	2 📍 乳児健診 (12:30~13:15 ふれあい交流センター(唐津))	3 健康・栄養相談 (10:00~12:00 健康センター)	4	5
6 清部保育所親子運動会	7 温泉健康相談 (12:30~13:30 松前温泉) からだスッキリ運動教室 (18:00~19:30 ふれあい交流センター(唐津))	8 📍 すくすく教室 (10:00~11:30 健康センター)	9 📍 股関節脱臼検査 (13:15~13:30 松前病院)	10 健康相談 (10:00~12:00 健康センター)	11	12
13	14 スポーツの日	15 📍	16 📍 1歳6カ月児健診 (12:45~13:00 ふれあい交流センター(唐津)) 3歳児健診 (13:00~13:15 ふれあい交流センター(唐津)) 5歳児健診 (13:15~13:30 ふれあい交流センター(唐津))	17 健康相談 (10:00~12:00 健康センター)	18	19
20 健康まつり	21 からだスッキリ運動教室 (18:00~19:30 ふれあい交流センター(唐津))	22 📍	23 📍	24 すくすく教室 (10:00~11:30 健康センター) 健康相談 (10:00~12:00 健康センター)	25	26
27	28 からだスッキリ運動教室 (18:00~19:30 ふれあい交流センター(唐津))	29 📍	30 📍	31 健康相談 (10:00~12:00 健康センター)	1	2

©カレンダーの内容は都合により変更になることがありますので、町広報やご案内文書等とあわせてご利用ください。

令和6年

11月

インフルエンザ予防接種

インフルエンザ予防接種を受け、重症化を
防ぎましょう。

予防接種
費用を助
成します。



【対象者】 ①65歳以上の方
②60～64歳で心臓等の機能またはヒト免疫不全ウイルスに
より免疫機能に障害のある方(身体障害者手帳1級に相当)
③中学生以下の方

【自己負担額】 1回 1,000円(2回接種の場合、2回目は500円)

日	月	火	水	木	金	土
27	28	29	30	31	1	2 松前町文化祭
3 文化の日 松前町文化祭	4 振替休日	5 	6 	7 すくすく教室 (10:00～11:30 健康センター) 健康相談 (10:00～12:00 健康センター)	8	9
10	11 温泉健康相談 (12:30～13:30 松前温泉) からだスッキリ運動教室 (18:00～19:30 ふれあい交流センター(唐津))	12 	13 股関節脱臼検査 (13:15～13:30 松前病院)	14 健康・栄養相談 (10:00～12:00 健康センター)	15	16
17	18 からだスッキリ運動教室 (18:00～19:30 ふれあい交流センター(唐津))	19 	20 	21 すくすく教室 (10:00～11:30 健康センター) 健康相談 (10:00～12:00 健康センター)	22	23 勤労感謝の日
24 清部保育所お遊戯発表会	25	26 	27 	28 健康相談 (10:00～12:00 健康センター)	29	30

©カレンダーの内容は都合により変更になることがありますので、町広報やご案内文書等とあわせてご利用ください。

令和6年

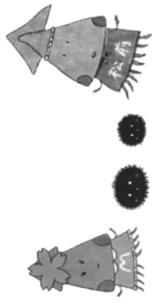
12月

元 気 づ く り 会

ご自身の健康と元気のために
週2回、一緒に運動を始めましょう。

町内9カ所で実施している元気づくり会では、
参加者が協力し合いながら、週2回、誰にでもできる
簡単な運動を行っています。
効果的な運動習慣をお考えの方は
ぜひ参加を！体験もできますよ。

健康ポイント
1ポイント



日	月	火	水	木	金	土
1	2 温泉健康相談 (12:30~13:30 松前温泉)	3 	4 	5 すくすく教室 (10:00~11:30 健康センター) 健康相談 (10:00~12:00 健康センター)	6	7 松前子ども園おゆうぎ会
8	9	10 	11 股関節脱臼検査 (13:15~13:30 松前病院)	12 健康・栄養相談 (10:00~12:00 健康センター)	13	14
15	16	17 	18 	19 健康相談 (10:00~12:00 健康センター)	20	21
22	23	24 すくすく教室 (10:00~11:30 健康センター)	25 小中学校2学期終業式	26 健康相談 (10:00~12:00 健康センター)	27	28
29	30	31 役場年末年始休業 (~1/5)	1	2	3	4

©カレンダーの内容は都合により変更になることがありますので、町広報やご案内文書等とあわせてご利用ください。

令和7年

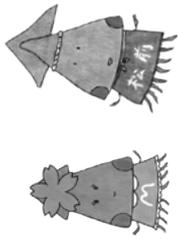
1月

ガンバレーション体操

無理せず楽しく体操して、心と体の健康をキープしましょう！

ガンバレーション体操は空気を減らしたボールを使用します。椅子に座って誰でも安全に楽しく体操を行うことができます。続けることで身体機能の向上が期待できます。

健康ポイント
1ポイント



日	月	火	水	木	金	土
29	30	31	1 元日	2	3	4
5	6 温泉健康相談 (12:30~13:30 松前温泉)	7 胃がん肺がん検診予約受付開始 (8:45~役場)	8 股関節脱臼検査 (13:15~13:30 松前病院)	9 すくすく教室 (10:00~11:30 健康センター) 健康相談 (10:00~12:00 健康センター)	10	11
12	13 成人の日	14	15 乳児健診 (12:30~13:15 ふれあい交流センター(唐津)) 小中学校3学期始業式	16 健康・栄養相談 (10:00~12:00 健康センター)	17	18
19	20	21	22 1歳6カ月児健診 (12:45~13:00 ふれあい交流センター(唐津)) 3歳児健診 (13:00~13:15 ふれあい交流センター(唐津)) 5歳児健診 (13:15~13:30 ふれあい交流センター(唐津))	23 すくすく教室 (10:00~11:30 健康センター) 健康相談 (10:00~12:00 健康センター)	24	25
26	27	28	29	30 健康相談 (10:00~12:00 健康センター)	31	1

©カレンダーの内容は都合により変更になることがありますので、町広報やご案内文書等とあわせてご利用ください。

令和7年

2月

冬の健康教室

冬の運動不足解消にもオススメです。



町立松前病院リハビリテーション科職員による指導の元、体力測定、ストレッチ体操、筋力トレーニングを行います。
松前町のオリジナルソング「松前DAN DAN」に合わせて楽しく体を動かそう♪

健康ポイント
1ポイント

日	月	火	水	木	金	土
26	27	28	29	30	31	1
2	3	4	5	6	7	8
	温泉健康相談 (12:30~13:30 松前温泉)	乳・子宮がん検診予約受付 (8:45~役場) すくすく教室 (10:00~11:30 健康センター)	📌	健康・栄養相談 (10:00~12:00 健康センター)		
9	10	11	12	13	14	15
		建国記念の日	📌 股関節脱臼検査 (13:15~13:30 松前病院)	健康相談 (10:00~12:00 健康センター)	胃・肺がん検診 (7:00~8:30 パートナーシップブランド)	胃・肺がん検診 (7:00~8:30 小島地区基幹集落センター)
16	17	18	19	20	21	22
胃・肺がん検診 (6:30~10:00 健康センター)		📌	📌	すくすく教室 (10:00~11:30 健康センター) 健康相談 (10:00~12:00 健康センター)		
23	24	25	26	27	28	1
天皇誕生日	振替休日	📌	📌	健康相談 (10:00~12:00 健康センター)		

©カレンダーの内容は都合により変更になることがありますので、町広報やご案内文書等と合わせてご利用ください。

令和7年

3月

ピロリ菌検査

ピロリ菌は細菌の一種で、主に胃や十二指腸などの病気の原因となります。(P17参照)

無料です！
短時間で
検査できます。



検査を受けたことのない方は、ぜひ一度検査をうけて、ピロリ菌に感染しているかどうか調べてみることをおすすめします。

健康ポイント
2ポイント

感染していた場合の除菌治療等については自己負担となります。



日	月	火	水	木	金	土
23	24	25	26	27	28	1 高校卒業式
2	3 温泉健康相談 (12:30~13:30 松前温泉)	4 	5  乳・子宮がん検診 (8:30~9:00・9:00~9:30 12:30~13:00・13:00~13:30 町民総合センター)	6  乳・子宮がん検診 (8:30~9:00・9:00~9:30 12:30~13:00・13:00~13:30 パートナーシッププラザ)	7	8
9	10	11  すくすく教室 (10:00~11:30 健康センター)	12  股関節脱臼検査 (13:15~13:30 松前病院)	13 健康・栄養相談 (10:00~12:00 健康センター)	14 中学校卒業式	15 松前こども園卒業式
16	17	18  小学校卒業式	19 	20 春分の日	21	22
23	24	25 	26 	27 すくすく教室 (10:00~11:30 健康センター) 健康相談 (10:00~12:00 健康センター)	28 清部保育所修了式	29
30	31					

©カレンダーの内容は都合により変更になることがありますので、町広報やご案内文書等とあわせてご利用ください。

1年に1回受けましょう

がん検診

がんは、早期に発見すると治る確率が高く、定期的な検診がとても大切です。

【予約制】

健康ポイント 2ポイント

胃がん・肺がん検診(集団検診)

1年に1回

	胃がん検診	肺がん検診
対象	40歳以上	40歳以上
検査方法	バリウム X 線撮影	胸部 X 線撮影 希望者は、喀痰検査を実施できます。 ※50歳以上で喫煙指数(1日の喫煙本数×喫煙年数)が600以上の方
料金	70歳未満 1,500円 70歳以上 700円 ※生活保護世帯の方は無料	無料 ※喀痰検査を実施した場合は800円

検診日程

実施日	会場	受付時間
★令和6年5月	10日(金)	白神寿の家 6:00~ 7:30 小島地区基幹集落センター 8:30~10:00
	11日(土)	健康センター 6:30~10:00
	12日(日)	パートナーシップランド 6:00~ 7:30
		交流の里づくり館(原口) 8:30~10:00
☆令和6年6月11日~6月28日	住民健診の集団健診会場(P2参照)	7:00~ 8:30
★令和7年2月	14日(金)	パートナーシップランド 7:00~ 8:30
	15日(土)	小島地区基幹集落センター 7:00~ 8:30
	16日(日)	健康センター 6:30~10:00

実施機関：★5月・2月は、北海道対がん協会、☆6月は、函館市医師会健診検査センター

健康ポイント 2ポイント

ピロリ菌検査

生涯に1回

無料

対象	20歳以上 過去にピロリ菌の検査を受けたことのない方	ピロリ菌は胃の粘膜に感染する細菌で、胃炎や胃がんの原因となります。
検査方法	尿検査(住民健診でも受けられます)	
実施機関	町立松前病院(通年)	

※詳しくは、保健福祉課健康推進係へお問い合わせください。

健康ポイント

2ポイント

大腸がん検診

1年に1回

無 料

対 象	40歳以上	料 金	無料
実施機関	町立松前病院		
検査期間	通年 ※住民健診の集団健診実施期間(P 2 参照)は、健診会場で申し込みと容器の提出を受け付けます。		
検査方法	検査容器に2日分の便を採り、提出(便潜血検査) (容器は、役場・各支所・町立松前病院で配付、回収)		

【予約制】

健康ポイント

2ポイント

乳がん・子宮がん検診

1年に1回

無 料

対 象	20歳以上		
料 金	無料 ※1 子宮がん検診(集団検診)では、超音波検査と体部検査を受診した場合、それぞれ1,000円の料金がかかります。 ※2 乳がん検診(集団検診)では、乳房超音波検査(1日18人定員)を受診する場合、3,000円の料金がかかります。		

集団検診

実施機関：北海道対がん協会

※心臓ペースメーカーを装着されている方は、乳がん検診を受診できません。

◆乳がん集団検診◆ ※定員 90名

【予約受付開始】令和6年8月2日(金)

実 施 日	会 場	受 付 時 間
令和6年9月20日(金)	町民総合センター	8:30～ 9:00
		9:00～ 9:30
		12:30～13:00
		13:00～13:30

◆乳がん・子宮がん集団検診◆

※乳がん検診は、定員があります(1日90名)

【予約受付開始】令和7年2月4日(火)

実 施 日	会 場	受 付 時 間
令和7年3月5日(水)	町民総合センター	8:30～ 9:00
		9:00～ 9:30
令和7年3月6日(木)	パートナーシップランド	12:30～13:00
		13:00～13:30

個別検診

下記の医療機関において、乳がん検診と子宮がん検診が受診できます。

予約・受診方法

- ① 医療機関に検査予約
- ② 役場(保健福祉課健康推進係)から受診券を受けとる
- ③ 医療機関で受診

乳がん	子宮がん	医療機関	電話番号	住所
/	○	岡和田産婦人科医院	0138-42-5588	函館市亀田町20-14
/	○	産科婦人科白鳥クリニック	0138-44-5588	// 白鳥町13-18
○	○	共愛会病院	0138-51-2111	// 中島町7-21
○	/	函館赤十字病院	0138-51-8877	// 堀川町6-21
○	○	函館中央病院	0138-52-1231	// 本町33-2
/	○	三浦レディースクリニック	0138-51-2357	// 本町20-1
○	○	函館五稜郭病院	0138-51-2295	// 五稜郭町38-3
○	/	函館市医師会病院	0138-43-6000	// 富岡町2-10-10
/	○	ほんどおりクリニック	0138-31-5855	// 本通1-44-10
/	○	藤松産婦人科医院	0138-55-2280	// 鍛冶2-24-5
/	○	こじま産婦人科	0138-55-5252	// 神山町1-12-9
○	○	秋山記念病院	0138-46-6660	// 石川町41-9
/	○	えんどう桔梗マタニティクリニック	0138-47-3001	// 桔梗5-7-15
○	○	市立函館病院	0138-43-2000	// 港町1-10-1
○	○	国立病院機構函館病院	0138-51-6281	// 川原町18-16
/	○	湯の川女性クリニック	0138-59-0006	// 湯川町2-17-8
○	/	函館渡辺病院	0138-59-2221	// 湯川町1-31-1
○	/	北美原クリニック乳腺センター	0138-34-4460	// 石川町350-18
○	○	北海道対がん協会札幌がん検診センター	011-748-5511	札幌市東区北26条東14丁目1-15
○	○	木古内町国民健康保険病院	01392-2-2079	木古内町本町710

※変更になった場合は、その都度、町広報でお知らせいたします。

乳がんってどんな病気？

乳腺にできる悪性の腫瘍が乳がんです。働きざかりの30歳代から急増し、かかる人は年々増えています。

乳がんはゆっくり進行し、がんのしこりが手で触れてわかる大きさになるまで約10年かかります。

初期症状がほとんどないため、早期発見には検診が重要です。早期に発見し治療を行えば、手術で9割は治り、乳房を残すことが可能です。

子宮頸がんってどんな病気？

子宮頸がんは、子宮の入り口付近にできるがんで、20歳代から30歳代の若い女性に増えています。

性交渉によって感染するHPV(ヒトパピローマウイルス)が原因です。初期症状がほとんどなく、自分で気づきにくい病気です。

定期的に子宮がん検診を受診し、がんが早期発見されれば、お腹を切らずに、子宮も取らない手術で完治し、妊娠、出産も可能です。

まつまえ健康ポイント

がん検診や住民健診の受診、健康づくり事業などに参加するとポイントがもらえます。
ポイントをためて抽選に応募すると素敵な賞品が当たります！

実施期間 (ポイント付与期間)	令和6年4月1日～令和7年3月7日	
応募コース	 【するめちゃん賞】 10ポイント達成者	 【あたりめちゃん賞】 6ポイント達成者
賞品	さくら商品券 5,000円分	さくら商品券 2,000円分
抽選人数	20名	130名
参加方法	役場または各支所でポイントカードを交付します。	
お問い合わせ	保健福祉課 健康推進係 (電話 42-2650)	

◆ポイントがもらえる健康事業◆

	事業名	対象者	実施期間	ポイント	
健診等	住民健診	20歳以上	集団健診 (6月) 個別健診 (8月～翌年3月末)	2P	
	胃がん・肺がん検診	40歳以上	集団検診 (5、6月および翌年2月)	各2P	
	大腸がん検診	40歳以上	集団検診 (6月) 個別検診 (通年実施)	2P	
	乳がん・子宮がん検診	20歳以上	集団検診 (乳のみ：9月) (乳・子：3月) 個別検診 (通年実施)	各2P	
	ピロリ菌検査	20歳以上	通年実施	2P	
	肝炎ウイルス検診	40歳以上	集団検診 (6月)	2P	
	エキノкокクス症検査	18歳以上	集団検診 (6月)	2P	
	脳ドック	40歳以上	6～8月	2P	
貸出	万歩計貸し出し事業	町民	通年実施	1P	
	塩分計貸し出し事業	町民	通年実施	1P	
指導	特定保健指導または健診結果個別指導	町民	通年実施	1P	
習慣	ウォーキング習慣(1か月分歩数記録)	町民	通年実施	1P	
学習会・イベント等	健康まつり	町民	10月	2P	
	松前城下マラソン&ヘルシーウォーキング	町民	10月	1P	
	以下の事業は参加回数に関わらず、各事業1ポイントの付与になります				
		からだスッキリ運動教室	18歳以上	5～11月	1P
		冬の健康教室	18歳以上	日程については広報でご確認ください。	1P
		健康アップ教室	20歳以上	日程については広報でご確認ください。	1P
		ガンバルーン体操教室	町民	日程等については、 保健福祉課 健康推進係 ☎42-2650へ お問い合わせください。	1P
		元気づくり会	町民		1P
		健康相談	町民		1P
		栄養相談	町民		1P
		健康づくり推進協議会 ブロック学習会	町民		1P
		住民主体サロン	町民	通年実施	1P
	ノルディックウォーキング	町民	通年実施	1P	