

〈令和8年度〉

有公示 第155号
令和8年2月27日
健康福祉課

脳ドックの受診希望者を受け付けます！

〈有田町国保 被保険者〉

対象：40～74歳
(s27.4.1～s62.3.31生)
実施期間：令和8年4月中旬～
募集定員 140人

●脳ドック受診が決定された方へは、
国保特定健診の案内は致しません。

〈有田町国保 以外〉

対象：40～69歳
(s32.4.1～s62.3.31生)
実施期間：令和8年11月～
募集定員 60人

☆希望者多数の場合は、抽選により受診者を
決定します。先着順ではありません。

★申込先：健康福祉課（福祉保健センター）

- ★申込方法：① 電話で・・・43-5065
② 窓口で・・・健康福祉課（福祉保健センター）
③ FAXで・・・43-2301（申込用紙は裏面にあります）
④ インターネット申込・・・右の回答フォームより申込みください

回答フォーム



申込期限：令和8年3月11日（水）16時

- 対象者の条件 ・有田町民で、過去5年間に、町が実施した脳ドックを受けていないこと。
・すべての町税および保険料（税）を、納期限までに完納していること。
- 対象外となる方 ・医療機関で、定期的に脳のMRI検査を受けている方
・心臓ペースメーカーを使用している方
・人工内耳、人工中耳を装着している方
・可動式義眼を装着している方 ・マグネット式義歯を装着している方
- 確認が必要な方（次の事項に該当する方は、MRI検査ができない場合がありますので、希望申込の際に、お申し出ください。）
・心臓人工弁置換術を受けたことがある
・体内に手術用クリップ、針金、釘などがある
・現在妊娠中または妊娠している可能性がある
・人工骨頭、人工関節、義足など金属を装着している
・入れ墨をしている ・閉所恐怖症の方
・経皮吸収貼付剤（ニトログリセリンパッチ・ニコチンパッチ等）を貼っている

〈脳ドック検診の内容〉

- 検査項目 身体測定・血圧測定・尿検査・血液検査（特定健診項目すべて含む）・
心電図・頭部MRI・頭部MRA・頸部MRA・頸部X線
- 自己負担額 9,830円（検査費総額は32,758円）
- 実施場所 伊万里有田共立病院
- 検査所要時間 2時間程度（受付時間は11:00から）

～希望申込後の流れ～

脳ドック希望申込（電話・FAX・インターネット等）

→3/19頃に、「受診内定通知」および「申込書」を発送します。

（※対象外となった方、抽選もれの方への通知はいたしません。ご了承ください。）

→同封の「申込書」を提出してください。（日時の希望を記入し、書面で提出）

→「受診決定通知」等が届きます。（決定通知・日時等のご連絡）



受診日当日まで大切に保管してください。

※一部のIP FAX（インターネットを利用したFAX通信）からは、正常に送信が行えない可能性があります。

令和8年度 脳ドック受診希望 FAX 用紙

FAX 送信先 43-2301 健康福祉課
申込み期限 3月11日(水) 16時まで

フリガナ	
氏名	
生年月日	昭和 年 月 日
年齢	歳
住所	有田町
固定電話番号	
携帯電話番号	
健康保険証の種類 (どちらかに○を付けてください。)	() 有田町国保 () 有田町国保以外

○FAXの受診が確認されたら、折り返しの電話があります。
(平日はその日の内に、休日は、翌開庁日にお電話します。)



もし、折り返しの電話がない場合、
FAXが届いていない可能性があります。



健康福祉課までお電話をお願いします。

※こちらが送信面

です。送信面と裏表をまちがって郵送しないようご注意ください。



確実に連絡のつく番号を！

『健康トレーニング室』新規利用者を募集しています!!

令和8年2月27日

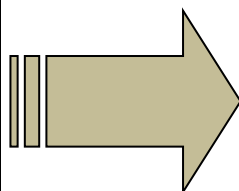
～健康トレーニングの機器を利用して、運動習慣を身につけましょう～

福祉保健センターには、2種類の有酸素運動と4種類の筋力トレーニングの機器を常設しています。
町内在住の方(概ね40歳以上)の運動不足解消と「メタボ予防」「ロコモ予防」「介護予防」「脳の活性化」のために
トレーニング室を利用しませんか。




※ まずは、**体験教室**に参加してみましょう。開催日や時間は下記の通りです。**予約制**で先着順になります。
4月は参加者が多いため1日(水)だけは午前と午後の2回開催します。1回の参加者は4名までです。

体験教室日程【予約制】				
時間		13:30～15:30	9:30～11:30	
開催日	4月	1日(水)	1日(水)2日(木)	
	5月	1日(金)	7日(木)	
	6月	1日(月)	2日(火)	
	7月	13日(月)	14日(火)	
	8月	7日(金)	10日(月)	
	9月	1日(火)	2日(水)	
	10月	1日(木)	2日(金)	
	11月	2日(月)	4日(水)	
	12月	1日(火)	2日(水)	
	1月	/		6日(水)
	2月	/		1日(月)
	内容	運動トレーニング機器の使用方法と運動方法		
費用	200円			
場所	有田町福祉保健センター 1階 トレーニング室			
申し込み先	有田町健康福祉課 TEL 43-2196			



体験教室後は継続して下記のコースで利用出来ます!

コース	一般コース 運動制限がない方	リハビリコース 病気による症状や後遺症等で身体機能の低下が認められる方
日時	【予約制】 月・水・金曜日 9時 10時 11時 13時 14時 15時 火・木曜日 13時 14時 15時	【予約制】 火・木曜日 9時 10時半
休み	体験教室の開催日、土・日・祝祭日、年末年始、年度末2日間	
利用時間	厳守1時間	 ※ 無理なく 運動出来ます
利用回数	1ヶ月12回まで	
費用	保険料	年間2000円(4月1日時点で65歳以上の方は1200円)
	利用料	1回200円
* 回数券はトレーニング室で毎月末5日間販売します		



※ 見守りスタッフは常駐していますが、運動指導者は常駐していません。
※ ご不明な点は左記の連絡先へ 担当:奥本 川中

○R8年度から64歳以下保険料1850円→2000円へ 先着順になりますと記入する

○R8年度の8月体験日は保健師指導日後にする(8/13.14.15以外)

8/3までがフィードバック確認スミ

○R8年度、7月末の健診結果各ブースに掲示

介護予防運動教室

元気なうちから健康寿命をのばそう！

フレッシュくらぶ参加者募集



運動したい、外出する機会を増やして体力を維持したい、認知症予防に脳トレもしたい方。無料体験も実施しています。

対象者

- ・ **65歳以上**で要介護、要支援認定を受けていない方

開催日時

- ・ **火曜日～金曜日**（祝日休み）

※利用は週1回

午前の部 10時～11時30分

午後の部 14時～15時30分

**4月から木曜午後に
65～75歳が中心の
新教室を始めます！**

場所

- ・ **多世代交流センターゆいたん**

（有田町大木宿）

※希望の方には送迎があります

（マイクロバス停留所まで歩いて来られる方）

内容

- ・ 筋力アップや転倒予防に効果のある **体操**
- ・ 口腔ケアと栄養改善についての **講話**（年4回ずつ）
- ・ 楽しい **レクリエーション**

参加費

1回300円（月締め翌月払い） ※初回に年間保険料500円

★お申込み/お問い合わせ 有田町健康福祉課 地域包括支援センター
担当：川中・奥本 【0955-43-2196】

通いの場に参加で

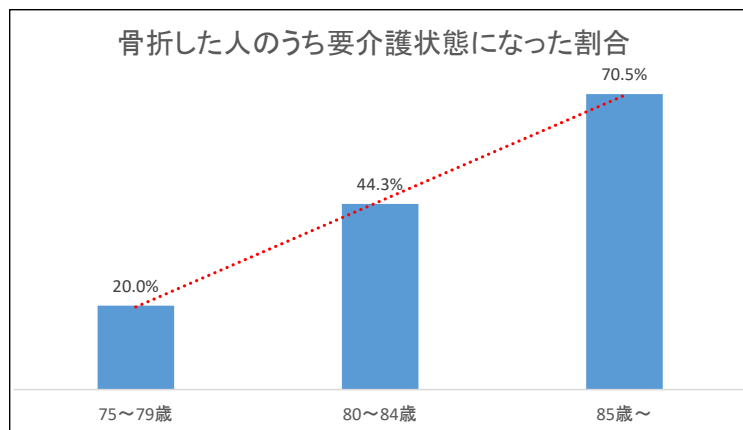


バランス能力が維持・向上！

～転倒しない体づくりをしましょう～

加齢とともに筋力やバランス能力が落ちてくることで、つまずきやすくなったり、足の踏ん張りがきかなくなり転倒しやすくなります。

転倒し、骨折すると要介護状態になる場合も多く、その割合は年齢が上がるにつれて高くなっています。

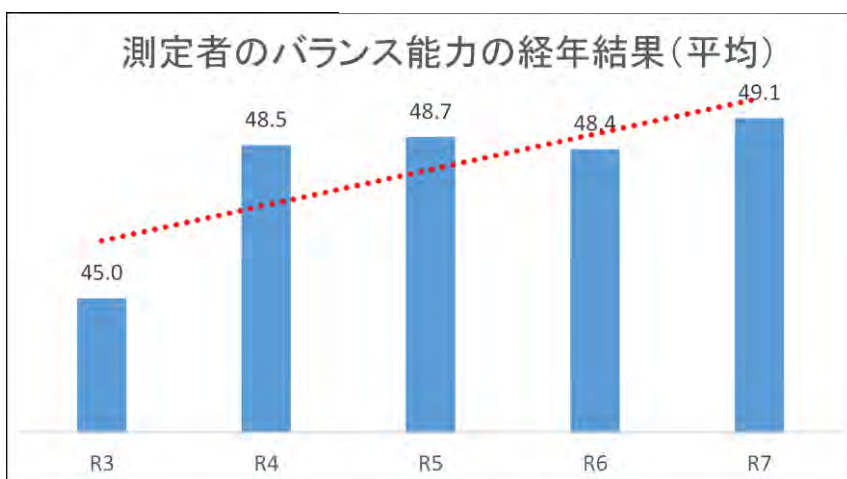


●通いの場で運動機能測定を実施！

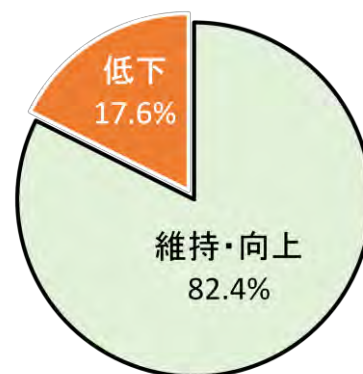
「通いの場」は、地域の公民館等が集まって楽しく交流する場です。ストレッチをはじめ、椅子に座ったままでできる筋力アップやバランス運動など健康づくりに役立つ体操などを行っています。

皆で集まることで楽しく運動が続けられ、週に1回の運動でもバランス能力の維持・向上につながっています。

通いの場参加者のバランス能力測定結果



前回測定とのバランス比較 (221名)



●何歳からでも筋肉やバランス能力は鍛えられる！

「もう年だから、いまさら・・・」と言われる方も多いですが、実は筋肉やバランス能力に年齢制限はありません。コツコツ続ければ何歳になっても体は応えてくれます。一人だとなかなか続かない運動も、皆で実施すれば案外続けられるものです。**通いの場に出かけて、皆と一緒に運動を始めてみませんか？**

<住民主体の通いの場>

介護予防体操は、椅子に座って行う簡単な体操です。気軽にご参加下さい。



有公示 161 号
令和 8 年 2 月 27 日
健康福祉課 保健師

●住民主体の通いの場実施団体一覧(2025年10月時点)

	地区	団体名	開催時間	開催曜日 (月3回以上)	会場
1	泉山	泉山いきいきクラブ	10:00~11:00	毎週月曜日	泉山公民館
2	泉山	年木谷いきいきクラブ	10:00~11:00	毎週木曜日 (祝祭日は除く)	泉山公民館
3	中樽 上幸平	2区にこにこクラブ	9:30~11:30	毎週月曜日	2区公民館
4	中樽 上幸平	フレッシュ	10:00~11:00	毎週木曜日	2区公民館
5	大樽・幸平・ 赤絵町	陶山クラブ	10:30~11:30	毎週水曜日 (第1・2・3)	幸平公民館
6	岩谷川内 中ノ原	岩中クラブ	13:30~14:30	毎週金曜日	岩谷川内公民館
7	古木場	楽笑会	13:30~15:00	毎週水曜日 (第1・2・3)	古木場公民館
8	戸矢	百歳塾	13:30~14:30	毎週木曜日 (第1~4)	戸矢公民館
9	大野	大野地区通いの場	13:30~15:00	毎週金曜日	大野公民館
10	戸杓	わか・かえる会	10:00~11:30	毎週月曜日 (第1・2・3)	戸杓公民館
11	赤坂	赤坂なでしこ会	10:00~12:00	毎週木曜日	赤坂公民館
12	黒牟田	黒牟田優羅会	10:30~12:00	毎週火曜日	黒牟田公民館
13	南原・南山	八区はつらつクラブ	10:00~11:00	毎週月曜日	天神公民館
14	原明	ひまわり	10:00~11:30	毎週火曜日	原明公民館
15	楠木原	楠グリーン	9:30~11:30	毎週木曜日 (3回)	楠木原 コミュニティセンター
16	舞原	舞原明朗会	9:30~11:30	毎週金曜日 (第1・2・3)	舞原公民館
17	上本	三葉クラブサロン	13:30~14:30	毎週月曜日	上本三葉館
18	黒川	黒川恵比寿会	10:00~11:30	毎週火曜日 (第1・2・3)	黒川区 コミュニティ会館
19	下内野	下内野笑気会	13:00~15:00	毎週木曜日 (第1・2・3)	下内野公民館
20	広瀬	広瀬通いの場	10:00~11:00	毎週木曜日	広瀬公民館
21	上山谷	ハッピークラブ	10:00~11:30	毎週木曜日 (3~4回)	上山谷公民館
22	山谷牧	菖蒲の会	9:00~11:30	毎週火曜日	トリム牧の家

通いの場をしてくれる介護予防サポーターさんも募集中です。自分の地区での開催がないという方はサポーター養成講座を受けて地区で立ち上げてみませんか？

申込やお問い合わせは、**健康福祉課 TEL43-2179** まで

