

令和7年度 鶴岡市 健康カレンダー

●両面をご覧ください

●4か月児・1歳6か月児・3歳児健診(午後実施)・7か月児健康相談(午前実施)

会場:総合保健福祉センターにこふる2階 総合健診ホール
※感染症等の発生状況により、急に日程を変更することがあります。

事業名	令和7年 (2025年)	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	令和8年 (2026年)	1月	2月	3月
4か月児健診		16・22	16・21	18・24	18・24	20・26	17・25	24・28	19・27	23	22・27	25	24	
7か月児健康相談		17・23	22・28	19・25	23	21・27	18・26	23・29	20・26	24	23・29	26	19・25	
1歳6か月児健診		3・11	8・13	5・10	1・9	1・6	2・10	1・9	5・13	3・9	7・15	5・13	5・11	
3歳児健診 (3歳5～6か月児)		4・10・15	9・15	4・12	2・10	5・8	3・11	2・8	4・12	2・10	8・14	4・6・10	4・10・12	

※7か月児健康相談、1歳6か月児健診、3歳児健診の対象の方には、約1か月前にご案内を郵送します。

●予防接種 予防接種法に基づく定期予防接種はすべて指定医療機関での個別接種になります。法改正により年度途中で変更になることがあります。

対象者	種類	対象年齢・接種間隔	接種回数
小児等	ロタウイルス感染症 ※初回接種は生後14週0日後まで	ロタリックス(1価)生後6週0日後～生後24週0日後、27日以上あけて接種。	2回
	B型肝炎	ロタテック(5価)生後6週0日後～生後32週0日後、27日以上あけて接種。 生後2か月(標準)～1歳未満、27日以上あけて2回接種。3回目は1回目から139日以上。	3回
	肺炎球菌感染症	初回… 生後2か月～5歳未満。4週間以上の間隔で接種。 追加… 初回終了後60日以上経過後かつ1歳以降～5歳未満。	3回(標準) 1回
	5種混合(百日せき、ジフテリア・破傷風・ポリオ・ヒブ感染症)	1期初回… 生後2か月～7歳6か月。3週間以上の間隔で接種。 1期追加… 1期初回3回終了後6か月経過後～7歳6か月。	3回 1回
	BCG	1歳未満(標準的接種期間:生後5か月以上8か月未満)	1回
	水痘	初回… 1歳以上3歳未満 追加… 初回終了後3か月以上経過後～3歳未満。	2回
	麻疹(はしか)風しん	1期… 1歳～2歳未満 2期… 5歳～7歳未満の者であって小学校就学前の1年間にある者。	1回 1回
	日本脳炎	1期初回… 生後6か月～7歳6か月。1週間以上の間隔で接種。(標準3歳) 1期追加… 1期初回2回終了後1年経過後(標準)～7歳6か月。 2期… 9歳以上13歳未満で、1期を完了した者。	2回 1回 1回
	2種混合(ジフテリア・破傷風)	2期… 11歳以上13歳未満	1回
	子宮頸がん ※9価…15歳になるまでに1回接種し、5か月以上あけて2回目を接種した場合は3回目不要。	小学6年生～高校1年生。 (2価)2回目は1回目から1か月以上。3回目は1回目から5か月以上かつ2回目から2、5か月以上。 (4価・9価)2回目は1回目から1か月以上。3回目は2回目から3か月以上。	3回 (※2回)
高齢者	肺炎球菌感染症	満65歳の方と満60～64歳内部障害1級の方。※対象の方には通知します。	1回
	带状疱疹	年度内に65,70,75,80,85,90,95,100歳以上になる方と満60～64歳の免疫機能障害1級の方 ※対象の方には通知します。	1回または2回
	インフルエンザ 新型コロナウイルス感染症	満65歳以上の方と満60歳～64歳内部障害1級の方。 ※詳しくは広報等でお知らせします。	1回

◎こころの健康相談 ◎若者ひきこもり相談

- 相談日
☆こころ：毎週金曜日午後
☆若者ひきこもり：毎週1回不定期(各回60分ずつ。専門職による個別相談)
- 会場：総合保健福祉センター にこふる
- 定員：各相談日2人(予約が必要です)
- ～ひとりで悩まず
相談してみませんか～
※詳しくは広報等をご覧ください。

健康づくり教室

- ヘルスアップセミナー
(生活習慣改善が望ましい方)
夜コース:6月～全8回
午前コース:9月～全8回

●各地域の健康づくり教室等

※各町内会・団体等で健康教室の希望がありましたら、お気軽にご相談ください。



妊娠から出産、子育てまでをフルサポート 「つるおか子育てアプリ」

妊娠中・子育て中の方に役立つ情報や機能が充実しています。

アプリでできること(一例)

- ・市内のイベントや子育て関連のお知らせなどの受取り
 - ・予防接種スケジュールの自動作成
 - ・妊婦健診や子どもの成長記録の管理
- ぜひご利用ください。

アプリ登録は
こちら→



子宮・乳がん検診

- 子宮がん…対象20歳以上
- 乳がん…対象40歳以上の偶数年齢

申し込まれた方には受診券をお送りします。(随時申し込みできます。)
※検診期間は:4月～令和8年2月



肝炎ウイルス検診

40歳以上の方で過去に受診の機会がなかった方

月	日	曜	会 場	受付開始	受付終了
2月	5日	木	荘内地区 健康管理 センター	13:30	14:30
2月	7日	土			
2月	14日	土			
2月	17日	火			

※詳しくは後日広報等でお知らせします。

日曜日がん検診

※事前にお申し込みが必要になります。

40歳以上の方で平日受診できない方(乳がんは40歳以上の偶数年齢の女性、子宮がんは20歳以上の女性)

会場 荘内地区健康管理センター

月	日	曜	検診項目	受付開始	受付終了
5月	18日	日	胃がん 大腸がん 地域活動センター	7:30	9:30
6月	22日	日	肺がん 乳がん		
8月	24日	日	胃がん 大腸がん 肺がん 子宮がん・乳がん	7:30	9:15
10月	5日	日	子宮がん 乳がん	8:30	10:30

さわやか健診日程

(39歳以下の方対象)

会場 にこふる2F総合健診ホール

対象者	月	日	曜	受付開始	受付終了
女性	10月	6日	月	13:30	14:30
	10月	7日	火	9:00 13:30	10:00 14:30
	10月	20日	月	13:30	14:30
	10月	21日	火	9:00 13:30	10:00 14:30
男性	11月	10日	月	13:30	14:30
	11月	11日	火	9:00 13:30	10:00 14:30

●40歳以上の方の集団健診(検診)

- ※申し込まれた方には、健診(検診)日の2～3週間前までに質問票を送付いたします。
- ※年齢は年度中に達する年齢です。随時申込みできます。
- ※特定健診には受診券が必要です。お持ちでない方は、加入されている保険者にご確認ください。再交付できます。
- ※感染症などの事情により、急に延期となる場合があります。
- ※体調不良の場合は別日に受診してください。

【藤島地域】(藤島庁舎市民福祉課：TEL64-5810)

月	日	曜	会 場	受付開始	受付終了	特定	呼吸器	胃	大腸	月	日	曜	会 場	受付開始	受付終了	特定	呼吸器	胃	大腸
4月	18日	金	長沼地区 地域活動センター	13:00	13:30	○	○	×	○	7月	18日	金	藤島地区 地域活動センター	7:30	9:00	○	○	○	○
4月	24日	木	八栄島地区 地域活動センター	13:00	13:30	○	○	×	○	7月	29日	火	東栄地区 地域活動センター	7:30	9:00	○	○	○	○
5月	22日	木	藤島地区 地域活動センター	7:30	9:00	○	○	○	○	8月	20日	水	渡前地区 地域活動センター	7:30	9:00	○	○	○	○
6月	13日	金	藤島地区 地域活動センター	7:30	9:00	○	○	○	○	9月	5日	金	藤島地区 地域活動センター	13:00	14:00	○	○	×	○
6月	24日	火	東栄地区 地域活動センター	13:00	14:00	○	○	×	○	10月	31日	金	長沼地区 地域活動センター	7:30	9:00	○	○	○	○
7月	3日	木	渡前地区 地域活動センター	13:00	14:00	○	○	×	○	11月	27日	木	藤島地区 地域活動センター	7:30	9:00	○	○	○	○

【羽黒地域】(羽黒庁舎市民福祉課：TEL26-8774)

月	日	曜	会 場	受付開始	受付終了	特定	呼吸器	胃	大腸	月	日	曜	会 場	受付開始	受付終了	特定	呼吸器	胃	大腸
6月	18日	水	手向地区 地域活動センター	7:30	9:00	○	○	○	○	8月	21日	木	羽黒コミセン	7:30	9:00	○	○	○	○
6月	25日	水	広瀬地区 地域活動センター	7:30	9:00	○	○	○	○	9月	18日	木	広瀬地区 地域活動センター	13:00	14:00	○	○	×	○
6月	30日	月	羽黒コミセン	7:30	9:00	○	○	○	○	11月	20日	木	羽黒コミセン	13:00	14:00	○	○	×	○
7月	14日	月	羽黒コミセン	13:00	14:00	○	○	×	○	12月	10日	水	羽黒コミセン	7:30	9:00	○	○	○	○

【櫛引地域】(櫛引庁舎市民福祉課：TEL57-2116)

月	日	曜	会 場	受付開始	受付終了	特定	呼吸器	胃	大腸	月	日	曜	会 場	受付開始	受付終了	特定	呼吸器	胃	大腸
5月	29日	木	西荒屋地区 農林漁家婦人 活動施設	13:30	13:45	×	○	×	○	8月	29日	金	王祇会館	13:00	14:00	○	○	×	○
7月	15日	火	生涯学習 センター	7:30	9:00	○	○	○	○	11月	28日	金	生涯学習 センター	7:30	9:00	○	○	○	○
7月	28日	月	生涯学習 センター	13:00	14:00	○	○	×	○	12月	5日	金	生涯学習 センター	13:00	14:00	○	○	×	○

【朝日地域】(朝日庁舎市民福祉課：TEL53-2115)

月	日	曜	会 場	受付開始	受付終了	特定	呼吸器	胃	大腸	月	日	曜	会 場	受付開始	受付終了	特定	呼吸器	胃	大腸
5月	1日	木	朝日中央 コミセン	7:30	9:00	○	○	○	○	7月	17日	木	朝日中央 コミセン	7:30	9:00	○	○	○	○
7月	10日	木	朝日南部 コミセン	7:30	8:00	○	○	○	○	9月	10日	水	大網地区地域 交流センター	7:30	8:00	○	○	○	○
7月	10日	木	大針公民館	9:30	10:00	○	○	○	○	9月	10日	水	砂川公民館	9:30	10:00	○	○	○	○
7月	14日	月	健康の里 ふっくら	7:30	9:00	○	○	○	○	11月	19日	水	健康の里 ふっくら	7:30	9:00	○	○	○	○

【温海地域】(温海庁舎市民福祉課：TEL43-4613)

月	日	曜	会 場	受付開始	受付終了	特定	呼吸器	胃	大腸	月	日	曜	会 場	受付開始	受付終了	特定	呼吸器	胃	大腸
4月	14日	月	温海川 集落センター	7:30	8:00	○	○	○	○	7月	4日	金	小国山村 振興センター	7:30	8:30	○	○	○	○
4月	22日	火	小岩川公民館	7:30	8:30	○	○	○	○	7月	8日	火	小名部公民館	7:30	8:30	○	○	○	○
4月	28日	月	早田公民館	7:30	8:30	○	○	○	○	7月	16日	水	温海ふれあい センター	7:30	9:00	○	○	○	○
5月	8日	木	山五十川公民館	7:30	9:00	○	○	○	○	9月	16日	火	鼠ヶ関公民館	7:30	9:00	○	○	○	○
5月	12日	月	旧五十川小学校	7:30	8:30	○	○	○	○	9月	22日	月	鼠ヶ関公民館	7:30	9:00	○	○	○	○
5月	15日	木	越沢センター	7:30	8:30	○	○	○	○	10月	14日	火	温海温泉 林業センター	7:30	9:00	○	○	○	○
5月	21日	水	戸沢自治公民館	7:30	8:30	○	○	○	○	10月	20日	月	温海温泉 林業センター	7:30	9:00	○	○	○	○
7月	1日	火	関川しな織の 里ぬくもり館	7:30	8:30	○	○	○	○	11月	10日	月	温海ふれあい センター	7:30	9:00	○	○	○	○



献 血 に ご 協 力 を

日程等詳しくは広報つるおかにてご確認ください。

地域の日程で受けられなかった方

●最終日程

対 象：40歳以上
検診内容：特定健診・大腸がん・呼吸器検診
実 施 月：令和8年1月～2月(6回の予定)
※詳しくは1月号広報にてお知らせします

問い合わせ

鶴岡市健康課

所在地：
鶴岡市泉町5番30号
鶴岡市総合保健福祉センター
にこふる1階

TEL 0235-25-2731(直通)

令和7年度 鶴岡市 健康カレンダー

●40歳以上の方の集団健診（検診）

※申し込まれた方には、健診（検診）日の2～3週間前までに質問票を送付いたします。
※年齢は年度中に達する年齢です。随時申込みできます。
※特定健診には受診券が必要です。お持ちでない方は、加入されている保険者に確認ください。再交付できます。
※感染症などの事情により、急に延期となる場合があります。
※体調不良の場合は別日に受診してください。

【第1学区】

月日	曜	会 場	受付開始	受付終了	特定	呼吸器	胃	大腸
4月 2日	水	第1学区 コミセン	7:30	9:00	○	○	○	○
4月10日	木		13:30	14:15	×	○	×	○
5月26日	月		13:00	14:00	○	○	×	○
6月30日	月		13:00	14:00	○	○	×	○
8月12日	火		7:30	9:00	○	○	○	○
9月11日	木		7:30	9:00	○	○	○	○
11月 4日	火		7:30	9:00	○	○	○	○
12月 5日	金		7:30	9:00	○	○	○	○
1月13日	火		14:15	14:30	×	○	×	○

【第4学区】

月日	曜	会 場	受付開始	受付終了	特定	呼吸器	胃	大腸
4月 7日	月	第4学区 コミセン	13:30	14:15	×	○	×	○
4月11日	金		7:30	9:00	○	○	○	○
4月25日	金		13:00	14:00	○	○	×	○
7月 4日	金		13:00	14:00	○	○	×	○
7月 9日	水		7:30	9:00	○	○	○	○
7月17日	木		13:30	14:15	×	○	×	○
7月22日	火		7:30	9:00	○	○	○	○
11月17日	月		7:30	9:00	○	○	○	○
1月15日	木		13:30	13:45	×	○	×	○

【斎地区】

月日	曜	会 場	受付開始	受付終了	特定	呼吸器	胃	大腸
4月 1日	火	斎 コミセン	7:30	9:00	○	○	○	○
8月 5日	火		7:30	9:00	○	○	○	○

【大泉地区】

月日	曜	会 場	受付開始	受付終了	特定	呼吸器	胃	大腸
11月 7日	金	農村 センター	7:30	9:00	○	○	○	○
11月14日	金		7:30	9:00	○	○	○	○

【田川地区】

月日	曜	会 場	受付開始	受付終了	特定	呼吸器	胃	大腸
7月 3日	木	田川 コミセン	7:30	9:00	○	○	○	○

【由良地区】

月日	曜	会 場	受付開始	受付終了	特定	呼吸器	胃	大腸
4月 9日	水	由良 コミセン	7:30	9:00	○	○	○	○

【湯野浜地区】

月日	曜	会 場	受付開始	受付終了	特定	呼吸器	胃	大腸
4月 9日	水	湯野浜 コミセン (コスバ)	13:00	14:00	○	○	×	○
5月 8日	木		13:00	14:00	○	○	×	○
5月13日	火		7:30	8:30	×	×	○	○
5月23日	金		13:30	13:45	×	○	×	○

健診（検診）の自己負担金

- ・特定健診 がん検診の対象は、年度年齢40歳以上の方です。（乳がん検診は40歳以上偶数年齢の女性、子宮がん検診は20歳以上の女性）
- ・市民税非課税世帯または生活保護世帯への自己負担金減額免除制度があります。受診前に申請が必要です。詳しくはお問合せください。
- ・自己負担金は変更になる場合があります。
- ・表にない健診（検診）の料金や人間ドックの受診等についてお知りになりたい場合はお問合せください。

特定 健診	医療保険別		自己負担額	
	国民健康保険		後期高齢者 医療制度	左記以外の医療保険に 加入の被扶養者等
	40～64歳	65歳～		
	1,500円	300円	無 料	ご加入の医療保険により金額が異なります。 詳しくは医療保険者にご確認ください。

【第2学区】

月日	曜	会 場	受付開始	受付終了	特定	呼吸器	胃	大腸
4月15日	火	第2学区 コミセン	13:00	14:00	○	○	×	○
5月 1日	木		13:30	14:15	×	○	×	○
5月 9日	金	出羽庄内 国際村	7:30	9:00	○	○	○	○
7月24日	木	第2学区 コミセン	7:30	9:00	○	○	○	○
9月24日	水	出羽庄内 国際村	13:00	14:00	○	○	×	○
10月30日	木	第2学区 コミセン	7:30	9:00	○	○	○	○
1月13日	火		13:30	13:45	×	○	×	○

【第5学区】

月日	曜	会 場	受付開始	受付終了	特定	呼吸器	胃	大腸
4月 3日	木	第5学区 コミセン	7:30	9:00	○	○	○	○
4月30日	水		7:30	9:00	○	○	○	○
5月23日	金		7:30	9:00	○	○	○	○
6月 2日	月		13:00	14:00	○	○	×	○
6月23日	月		13:30	14:15	×	○	×	○
7月 1日	火		13:00	14:00	○	○	×	○
12月 2日	火		7:30	9:00	○	○	○	○

【黄金地区】

月日	曜	会 場	受付開始	受付終了	特定	呼吸器	胃	大腸
6月 3日	火	黄金 コミセン	7:30	9:00	○	○	○	○

【京田地区】

月日	曜	会 場	受付開始	受付終了	特定	呼吸器	胃	大腸
11月18日	火	京田 コミセン	7:30	9:00	○	○	○	○

【上郷地区】

月日	曜	会 場	受付開始	受付終了	特定	呼吸器	胃	大腸
7月11日	金	上郷 コミセン	7:30	9:00	○	○	○	○
8月27日	水		7:30	9:00	○	○	○	○

【小堅地区】

月日	曜	会 場	受付開始	受付終了	特定	呼吸器	胃	大腸
9月 1日	月	小堅 コミセン	7:30	9:00	○	○	○	○

【大山地区】

月日	曜	会 場	受付開始	受付終了	特定	呼吸器	胃	大腸
4月28日	月	大山 コミセン	13:00	14:00	○	○	×	○
8月 1日	金		13:00	14:00	○	○	×	○
8月22日	金		14:15	14:45	×	○	×	○
9月 2日	火		7:30	9:00	○	○	○	○
10月27日	月		7:30	9:00	○	○	○	○
11月 6日	木		7:30	9:00	○	○	○	○
11月21日	金		13:30	14:00	×	○	×	○

【第3学区】

月日	曜	会 場	受付開始	受付終了	特定	呼吸器	胃	大腸
4月 2日	水	第3学区 コミセン	13:00	14:00	○	○	×	○
4月 8日	火		7:30	9:00	○	○	○	○
5月12日	月	第3学区 コミセン	13:30	14:15	×	○	×	○
6月 9日	月		13:00	14:00	○	○	×	○
7月 7日	月		7:30	9:00	○	○	○	○
7月23日	水		7:30	9:00	○	○	○	○
10月30日	木		13:30	14:15	×	○	×	○
11月26日	水		7:30	9:00	○	○	○	○
12月 8日	月		7:30	9:00	○	○	○	○

【第6学区】

月日	曜	会 場	受付開始	受付終了	特定	呼吸器	胃	大腸
4月17日	木	第6学区 コミセン	13:00	14:00	○	○	×	○
5月 2日	金		7:30	9:00	○	○	○	○
5月 9日	金		13:00	14:00	○	○	×	○
6月 6日	金		13:30	14:15	×	○	×	○
6月17日	火		7:30	9:00	○	○	○	○
7月 2日	水		7:30	9:00	○	○	○	○
10月22日	水		7:30	9:00	○	○	○	○
10月29日	水		7:30	9:00	○	○	○	○
1月16日	金		13:30	13:45	×	○	×	○

【湯田川地区】

月日	曜	会 場	受付開始	受付終了	特定	呼吸器	胃	大腸
6月11日	水	湯田川 コミセン	7:30	9:00	○	○	○	○

【栄地区】

月日	曜	会 場	受付開始	受付終了	特定	呼吸器	胃	大腸
6月24日	火	栄 コミセン	7:30	9:00	○	○	○	○

【三瀬地区】

月日	曜	会 場	受付開始	受付終了	特定	呼吸器	胃	大腸
5月14日	水	三瀬 コミセン	7:30	9:00	○	○	○	○
10月 7日	火	水無 多目的集会館	13:30	13:45	×	○	×	○
10月 7日	火	三瀬 コミセン	14:15	14:30	×	○	×	○

【加茂地区】

月日	曜	会 場	受付開始	受付終了	特定	呼吸器	胃	大腸
6月 9日	月	加茂 コミセン	7:30	9:00	○	○	○	○
8月22日	金		13:30	13:45	×	○	×	○

【西郷地区】

月日	曜	会 場	受付開始	受付終了	特定	呼吸器	胃	大腸
8月28日	木	西郷地区農林 活性化センター	7:30	9:00	○	○	○	○
9月 5日	金	西沢新田 公民館	7:30	9:00	○	○	○	○
10月16日	木	道地 公民館	13:30	13:45	×	○	×	○
10月16日	木	下川 公民館	14:30	14:45	×	○	×	○
11月21日	金	西郷地区農林 活性化センター	14:30	14:45	×	○	×	○

●両面をご覧ください

休日・夜間診療所

※感染症対策のため来所される前に必ずお電話をお願いします。

鶴岡市休日夜間診療所 ☎23-5678

○休日（日曜・祝日※4月～11月）

受付	9:00～12:00	内科・小児科・外科
	18:00～21:00	内科・小児科・外科

○平日夜間（月・土曜日※4月～11月）

受付	19:00～21:30	内科・小児科・外科
----	-------------	-----------

☆小児科の診察について…小児科医が診察するのは休日の午前だけです。それ以外は内科系の医師が対応しますが、病状によってはすぐに他の医療機関を紹介する場合があります。

☆12月～3月は、平日夜間は毎日（月～土曜日）診療します。また、日曜、祝日、年末年始は、午後（1時30分～5時）も診療します。

鶴岡市休日歯科診療所 ☎23-0372

○休日のみ（日曜・祝日・12/31～1/3）

受付	9:00～12:00	13:00～15:00
----	------------	-------------

所在地：鶴岡市泉町5番30号

総合保健福祉センター にこ♥ふる

診療所の受付以外の時間帯（月～金曜日、8:30～17:15）のお問合せは健康課（にこ♥ふる、☎35-0146）まで。

山形県救急電話相談
医療機関を受診するか迷ったとき、
看護師がアドバイスします。

電話番号		相談時間
小児救急 電話相談	#8000 (又は023-633-0299)	毎日 18:00～ 翌朝8:00
大人の救急 電話相談	#7119 (又は023-633-0799)	

献血にご協力を
日程等詳しくは広報つるおかにてご確認ください。

◎**こころの健康相談**
◎**若者ひきこもり相談**
～ひとりで悩まず
相談してみませんか～
お時間等詳細は裏面をご覧ください。

20:30・40:50:60:70歳
歯周疾患検診

該当する方には後日受診券を送付します。
※検診期間:7月～12月

詳しくは広報などでお知らせします

日曜日がん検診

※事前にお申し込みが必要になります。
40歳以上の方で平日受診できない方
（乳がんは40歳以上の偶数年齢の女性、
子宮がんは20歳以上の女性）

会場 庄内地区健康管理センター

月日	曜	検診項目	受付開始	受付終了
5月18日	日	胃がん 大腸がん 肺がん 乳がん	7:30	9:30
6月22日	日			
8月24日	日	胃がん 大腸がん 肺がん 子宮がん・乳がん	7:30	9:15
10月 5日	日	子宮がん 乳がん	8:30	10:30

さわやか健診日程

（39歳以下の方対象）

会場 にこ♥ふる2F総合健診ホール

対象者	月日	曜	受付開始	受付終了
女性	10月 6日	月	13:30	14:30
	10月 7日	火	9:00	10:00
			13:30	14:30
	10月20日	月	13:30	14:30
	10月21日	火	9:00	10:00
男性	11月10日	月	13:30	14:30
			9:00	10:00
	11月11日	火	13:30	14:30