

平成28年度 榛東村健康カレンダー

※日程は変更になる場合がありますので、広報等でご確認ください。



母子健康手帳の交付

母子健康手帳、妊婦健診の受診券(14回分、一部助成)を交付します。
【持ち物】医療機関が発行した「妊娠届出書」

両親学級

【時間】午前9:45~12:00
【場所】保健相談センター

	対象となる方 (出産予定月)	第1日目 ○歯の健康 ○妊婦体操 他	第2日目 ○お産の経過 ○妊娠中の栄養 他	第3日目 ○赤ちゃんのお風呂 ○親子の制度 他
1コース	平成28年9月~12月	7月21日(木)	7月28日(木)	8月3日(水)
2コース	平成29年1月~4月	11月24日(木)	12月1日(木)	12月7日(水)
3コース	平成29年5月~8月	3月16日(木)	3月23日(木)	3月29日(水)

乳児健診

【受付時間】午後1:00~1:30
【場所】保健相談センター
【持ち物】母子健康手帳
※通知を出していませんので、対象の日時にお越しください。

実施日	対象児		
	2~3か月児	6~7か月児	9~10か月児
4月27日(水)	平成28年 1月生	平成27年 9月生	平成27年 6月生
5月31日(火)	〃 2月生	〃 10月生	〃 7月生
6月28日(火)	〃 3月生	〃 11月生	〃 8月生
7月26日(火)	〃 4月生	〃 12月生	〃 9月生
8月30日(火)	〃 5月生	平成28年 1月生	〃 10月生
9月27日(火)	〃 6月生	〃 2月生	〃 11月生
10月26日(水)	〃 7月生	〃 3月生	〃 12月生
11月29日(火)	〃 8月生	〃 4月生	平成28年 1月生
12月14日(水)	〃 9月生	〃 5月生	〃 2月生
1月31日(火)	〃 10月生	〃 6月生	〃 3月生
2月28日(火)	〃 11月生	〃 7月生	〃 4月生
3月28日(火)	〃 12月生	〃 8月生	〃 5月生

すくすく教室

※予約不要

【対象者】(ベビーマッサージ)生後2か月頃~ハイハイする頃まで
(リトミック)生後5か月頃~1歳6か月頃まで
(身長・体重測定、母乳相談、栄養相談)ご希望の方
【持ち物】母子健康手帳、(母乳相談)タオル3枚、(ベビーマッサージ)バスタオル、赤ちゃんの飲み物
【場所】保健相談センター

実施日	身長・体重測定	母乳相談	栄養相談	体操	ベビーマッサージ	リトミック
	9:30~11:30	【受付】9:30~10:30			10:45~11:45	
4月14日(木)	○	○	○	○	—	○
5月12日(木)	○	○	○	○	○	—
6月9日(木)	○	○	○	○	—	○
7月14日(木)	○	○	○	○	○	—
8月4日(木)	○	○	○	○	—	○
9月8日(木)	○	○	○	○	○	—
10月6日(木)	○	○	○	○	—	○
11月10日(木)	○	○	○	○	○	—
12月8日(木)	○	○	○	○	—	○
1月12日(木)	○	○	○	○	○	—
2月9日(木)	○	○	○	○	—	○
3月9日(木)	○	○	○	○	—	○

おはなしアイアイ

※予約不要

【時間】10:30~11:30
【場所】保健相談センター
【内容】子育てサロン

実施日
4月21日(木)
5月19日(木)
6月16日(木)
7月7日(木)
8月18日(木)
9月1日(木)
10月20日(木)
11月17日(木)
12月15日(木)
1月19日(木)
2月2日(木)
3月2日(木)

育児相談タンポポ

※予約制
(当日の午前中までに電話でお申込みください。)

【日程】1歳6か月・2歳・3歳児健診の実施日
【受付時間】午後1:20~1:30
【場所】保健相談センター
【内容】計測・相談(小児科医、歯科医、保健師、栄養士、歯科衛生士、心理相談員)



1歳6か月児健診

【受付時間】午後1:00~1:30
【場所】保健相談センター
【持ち物】母子健康手帳、アンケート

実施日	対象児
5月11日(水)	平成26年 9月・10月生
7月12日(火)	〃 11月・12月生
9月7日(水)	平成27年 1月・2月生
11月8日(火)	〃 3月・4月生
1月10日(火)	〃 5月・6月生
3月15日(水)	〃 7月・8月生

2歳児健診

【受付時間】午後1:00~1:30
【場所】保健相談センター
【持ち物】母子健康手帳、アンケート

実施日	対象児
4月19日(火)	平成26年 1月・2月生
6月7日(火)	〃 3月・4月生
8月2日(火)	〃 5月・6月生
10月11日(火)	〃 7月・8月生
12月13日(火)	〃 9月・10月生
2月7日(火)	〃 11月・12月生

3歳児健診

【受付時間】午後1:00~1:30
【場所】保健相談センター
【持ち物】母子健康手帳、アンケート、尿

実施日	対象児
4月5日(火)	平成25年 1月・2月生
6月24日(金)	〃 3月・4月生
8月9日(火)	〃 5月・6月生
10月25日(火)	〃 7月・8月生
12月16日(金)	〃 9月・10月生
2月14日(火)	〃 11月・12月生

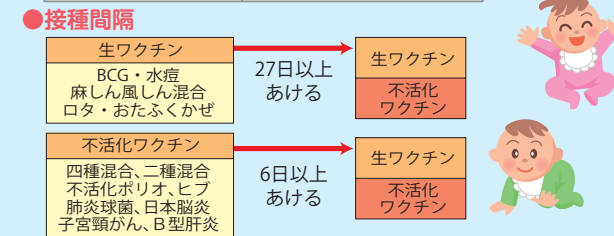
予防接種

「予防接種と子どもの健康」をよく読んでから受けてください。
【受け方】すべて個別接種(医療機関での接種)
かかりつけ医と相談して、体調の良いときに受けてください。
※契約外医療機関(県外の医療機関等)で受ける場合は、事前に申請が必要です。

年齢	種類	対象年齢
生後2か月を過ぎたら	ヒブ	生後2か月以上5歳未満
	小児用肺炎球菌	
生後3か月を過ぎたら	BCG	生後3ヶ月以上1歳未満
	四種混合 1期	生後3か月以上7歳6か月未満
1歳を過ぎたら	麻しん風しん(混合) 1期	1歳以上2歳未満
	水痘	1歳以上3歳未満
3歳を過ぎたら	日本脳炎 1期	3歳以上7歳6か月未満
	就学前(年長児)	麻しん風しん(混合) 2期
小学生	日本脳炎 2期	9歳(小学4年生)以上13歳未満
	二種混合	11歳(小学6年生)以上13歳未満
中学生	子宮頸がん	中学1年生~高校1年生の女子

※日本脳炎 特例措置
【対象者】平成7年4月2日~平成19年4月1日生まれで、規定の回数を受けられていない方
【特例期間】20歳未満まで
※任意予防接種費用の一部を助成します。詳細は保健相談センターへお問い合わせください。

種類	対象年齢	
ロタ	(1価)	生後6週から24週まで
	(5価)	生後6週から32週まで
B型肝炎	生後2か月以上1歳未満	
おたふくかぜ	1歳以上5歳未満	



●夜間急患診療所(午後7時~11時)
☎0279-23-8899
●救急テレホンサービス(24時間)
☎0279-23-0099
軽症な方を自家用車等で搬送する場合の問合せです。
※重症の場合は、救急車を要請してください。(119番)。
●群馬こども救急相談
#8000 (プッシュ回線及び携帯電話の場合)
夜間や休日におけるお子さんの病気の対処方法、応急処置などの相談
・月~土曜日:午後6時~翌朝午前8時
・日曜、祝日、年末年始:午前8時~翌朝午前8時

●しんとう健康ダイヤル24
☎0120-077-005
24時間年中無休、通話料・相談料無料
【相談内容】
・健康相談…気になる症状、病院案内、応急処置等
・医療相談…病気の説明、治療、薬や検査等
・医療機関情報…受診先の相談、専門病院の案内等
※医師、保健師、看護師等が対応します。

榛東村保健相談センター
☎0279-70-8052
榛東村新井793-2
榛東村 ホームページ <http://www.vill.shinto.gunma.jp/>



平成28年度 榛東村健康カレンダー

※日程は変更になる場合がありますので、広報等でご確認ください。

健康診査

※対象年齢は、平成29年4月1日現在です。

受付時間等詳細については、申し込んだ方へ7月頃通知します。
転入等で申し込んでいない方は、保健相談センターまでご連絡ください。

【実施方法】 集団…保健相談センター等にて、決まった日時に受診する方法
個別…指定医療機関にて受診する方法。受診期間は7月～2月

※乳腺視触診は8月12日(金)～12月10日(土)まで 歯周疾患検診は6月～1月



すべての健康診査が
“無料”です!

	対象者	検査内容	実施方法	実施会場・日程(集団)
特定健診	40～74歳で 榛東村国民健康 保険加入者	○身体計測 ○尿検査 ○問診 ○血圧測定 ○診察 ○腹囲測定(特定健診のみ) ○血液検査(脂質・肝機能・血糖・クレアチニン) *医師の指示に応じて実施となる項目	集団/個別	◎保健相談センター 9月2日(金)、5日(月)、6日(火)、 11日(日)、21日(水)、 23日(金)、29日(木)
長寿健診	後期高齢者 医療保険加入者	○心電図 ○眼底検査 ○貧血検査		10月12日(水)、13日(木)、 14日(金)
健康づくり健診	20～39歳	○身体計測 ○尿検査 ○問診 ○血圧測定 ○診察(希望者のみ) ○腹囲測定 ○血液検査(脂質・肝機能・血糖・クレアチニン)	集団	12月9日(金)、11日(日)
結核・肺がん検診	40歳以上	○胸部レントゲン撮影 ○タンの検査(必要に応じて実施します)	集団	◎笹熊集会所 9月14日(水)
肝炎ウイルス検査	40歳以上 (検査済みの方を除く)	○血液検査(B型、C型肝炎)	集団	◎南部コミセン 9月15日(木)
前立腺がん検診	50歳以上の男性	○問診 ○血液検査(PSA)	集団	◎中央公民館 9月28日(水)
胃がんリスク (ABC)検診	20.25.30.35.40. 45.50.55.60歳	○血液検査 ※対象年齢でご希望の方は、電話でお申し込みください。	集団	◎保健相談センター 9月2日(金)、5日(月)、6日(火)、 11日(日)、21日(水)、 23日(金)、29日(木)
胃がん検診	40歳以上	○問診 ○胃のレントゲン検査	集団	10月12日(水)、13日(木)、14日(金) 12月9日(金)、11日(日)
大腸がん検診	40歳以上	○便潜血検査(2日分) 【実施手順】 ①採便容器を受けとります。 ②自宅で2日分の便を採取します。 ③検診日に容器を提出します。	集団	①容器配布 ◎保健相談センター 8月24日(水)～2月24日(金) (土日祝祭日を除く) ②容器提出 特定健診の日時、会場と同じ 1月17日(火)、2月27日(月)
子宮頸がん検診	20歳以上の女性	○問診 ○子宮頸部の診察(内診)と細胞の検査	集団/個別	◎保健相談センター 9月2日(金)、5日(月)、6日(火)、 11日(日)、21日(水)、 23日(金)、29日(木)
乳腺・甲状腺 がん検診	40歳以上の女性	○医師による診察(視触診) ○乳房レントゲン検査(マンモグラフィ) *検診を受けられない方 ・妊娠中や出産後2年以内 ・心臓にペースメーカーの入っている方	集団/個別	10月12日(水)、13日(木)、14日(金) 12月9日(金)、11日(日)
骨密度検診	40.45.50.55.60. 65.70歳の女性	○骨密度検査(かかとに超音波をあて測定)	集団	◎保健相談センター 9月6日(火) 10月12日(水)、13日(木) 12月9日(金)、11日(日)
腹部超音波検査	40歳以上	○腹部超音波検査 【申込受付期間】12月1日(木)～12月22日(木) ※土日祝祭日を除く ※申し込んだ方へ、日時指定で通知します。	集団	◎保健相談センター 2月頃
歯周疾患検診	40.50.60.70歳	○問診 ○口腔内の診察	個別	※該当者へ個別通知を送ります。

月曜はつらつ教室 ※予約不要
(時間)10:00～11:30

【対象者】おおむね65歳以上の方
【内容】イスを使った簡単な体操、
お口の体操

健康相談 ※予約不要
(時間)午後1:30～2:30

【対象者】ご希望の方
【内容】血圧測定、検尿、食事などの相談
お口の体操

【日程】	毎週月曜日(祝祭日、休庁日を除く)	【場所】	保健相談センター
4月	4日、11日、18日、25日、	10月	3日、17日、24日、31日
5月	2日、9日、16日、23日、30日	11月	7日、14日、21日、28日
6月	6日、13日、20日、27日	12月	5日、12日、19日、26日
7月	4日、11日、25日	1月	16日、23日、30日
8月	1日、8日、15日、22日、29日	2月	6日、13日、20日、27日
9月	5日、12日、26日	3月	6日、13日、27日

※9月5日は月曜はつらつ教室のみ実施します。

ヘルスアップ教室 ※要予約

【対象者】運動制限のない方
【内容】ウォーキング、筋力トレーニング
(初心者向け)
【時間】10:00～11:30
【場所】保健相談センター
【持ち物】室内用運動靴
飲み物(水やお茶等)

5月18日(水)	6月2日(木)
5月25日(水)	6月8日(水)

エアロビクス ※要予約

【対象者】運動制限のない方
【内容】イスに座ってできる運動、有酸素運動
【時間】10:00～11:00
【場所】保健相談センター
【持ち物】室内用運動靴、飲み物(水やお茶等)

4月1日(金)	8月5日(金)	12月2日(金)
5月6日(金)	9月9日(金)	1月6日(金)
6月3日(金)	10月7日(金)	2月3日(金)
7月1日(金)	11月4日(金)	3月3日(金)

健康手帳の交付 ※ご希望の方は、
お申し出ください。

【対象者】40歳以上の方
【内容】各種健康診査の受診日や結果、
医療機関の受診などの記録が
できます。



料理教室 ※要予約

【対象者】調理実習のできる方
【内容】調理実習
【時間】9:30～13:00
【場所】保健相談センター
【持ち物】エプロン、三角巾、マスク、筆記用具
【定員】各日程 20名(先着順)

日程	内容	申込べ切
5月10日(火)	メタボ予防	5月2日(月)
7月13日(水)	糖尿病予防	7月6日(水)

予防接種

種類	対象者	回数	接種時期	自己負担金
インフルエンザ	65歳以上の方 60～64歳で、医師が必要と認めた方 ※接種希望者は、医療機関へお問い合わせください。 ※医療機関で予約票を持参するよう言われた場合、保健相談センターへお問い合わせください。	1回	10月～ 12月	1,000円
(定期) 高齢者 肺炎球菌	60～64歳で、医師が必要と認めた方 65歳 昭和26年4月2日～昭和27年4月1日生まれ 70歳 昭和21年4月2日～昭和22年4月1日生まれ 75歳 昭和16年4月2日～昭和17年4月1日生まれ 80歳 昭和11年4月2日～昭和12年4月1日生まれ 85歳 昭和6年4月2日～昭和7年4月1日生まれ 90歳 大正15年4月2日～昭和2年4月1日生まれ 95歳 大正10年4月2日～大正11年4月1日生まれ 100歳 大正5年4月2日～大正6年4月1日生まれ	1回	通年	2,000円
(任意) 高齢者 肺炎球菌	65歳以上の定期接種対象者以外で、村の助成を受けていない方 ※事前申請が必要で、保健相談センターへお問い合わせ下さい。	1回	通年	2,000円