

# 平成30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)等を交付します。  
【持ち物】医療機関が発行した「妊婦届出書」  
マイナンバーカード(または、通知カードと運転免許証等)



## 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)	対象児		
	第1回目 ○歯の健康 ○妊婦体操 他	第2回目 ○お産の経過 ○妊娠中の栄養 他	第3回目 ○赤ちゃんのお風呂 ○赤ちゃんとのお風呂 ○親子の制度 他
1コース 平成30年9月~12月	7月26日(木)	8月2日(木)	8月8日(水)
2コース 平成31年1月~4月	11月22日(木)	11月29日(木)	12月5日(水)
3コース 平成31年5月~8月	3月14日(木)	3月20日(水)	3月27日(水)

※対象のコースでご都合の悪い場合、他のコースへの参加もできますのでご連絡ください。

## おはなしアイアイ

うたってラララたのしくアイアイ  
【時間】10:30~11:30  
【場所】保健相談センター  
【内容】子育てサロン  
※紙芝居や手遊び、歌など親子で  
楽しく遊びます。(予約不要)

実施日
4月5日(木)
5月10日(木)
6月14日(木)
7月5日(木)
8月9日(木)
9月6日(木)
10月11日(木)
11月1日(木)
12月6日(木)
1月10日(木)
2月7日(木)
3月14日(木)

## 赤ちゃん訪問

助産師等による家庭訪問を実施しています。  
【対象者】生後1か月~2か月頃の赤ちゃんとお母さん

## 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25日(水)	平成30年 1月生	平成29年 9月生	平成29年 6月生
5月29日(火)	2月生	10月生	7月生
6月27日(水)	3月生	11月生	8月生
7月31日(火)	4月生	12月生	9月生
8月29日(水)	5月生	平成30年 1月生	10月生
9月25日(火)	6月生	2月生	11月生
10月31日(水)	7月生	3月生	12月生
11月27日(火)	8月生	4月生	平成30年 1月生
12月19日(水)	9月生	5月生	2月生
1月29日(火)	10月生	6月生	3月生
2月27日(水)	11月生	7月生	4月生
3月26日(火)	12月生	8月生	5月生

## 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)

## すくすく教室

※予約不要 【場所】保健相談センター

身長・体重測定、母乳相談 栄養相談、赤ちゃん体操	
【受付時間】9:30~10:30 (測定は、~11:30)	
【持ち物】母子健康手帳 ※乳房マッサージは行いません。 ※ベビーマッサージやリトミックをご希望 の方は、お早めにお越しください。	
実施日	実施日
4月12日(木)	10月18日(木)
5月17日(木)	11月15日(木)
6月21日(木)	12月13日(木)
7月19日(木)	1月17日(木)
8月23日(木)	2月21日(木)
9月20日(木)	3月7日(木)

ベビーマッサージ	
【実施時間】10:45~11:45	
【対象者】生後2か月頃~ ハイハイする頃まで	
【持ち物】バスタオル 赤ちゃんの飲み物	
※測定や相談をご希望の方は、 お早めにお越しください。	
実施日	実施日
5月17日(木)	11月15日(木)
7月19日(木)	1月17日(木)
9月20日(木)	2月21日(木)

※その他、言葉や運動など発達の相談を随時実施しています。  
保健師や心理相談員、言語聴覚士、作業療法士などが相談に応じます。  
(日時は別途要相談)

リトミック	
【実施時間】10:45~11:45	
【対象者】生後5か月頃~ 1歳6か月頃まで	
※測定や相談をご希望の方は、 お早めにお越しください。	
実施日	実施日
4月12日(木)	10月18日(木)
6月21日(木)	12月13日(木)
8月23日(木)	3月7日(木)

## 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、問診票

実施日	対象児
5月8日(火)	平成28年 9月・10月生
7月17日(火)	11月・12月生
9月4日(火)	平成29年 1月・2月生
11月6日(火)	3月・4月生
1月16日(水)	5月・6月生
3月12日(火)	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、問診票

実施日	対象児
4月17日(火)	平成28年 1月・2月生
6月5日(火)	3月・4月生
8月7日(火)	5月・6月生
10月2日(火)	7月・8月生
12月4日(火)	9月・10月生
2月12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、問診票、尿

実施日	対象児
4月13日(金)	平成27年 1月・2月生
6月12日(火)	3月・4月生
8月24日(金)	5月・6月生
10月23日(火)	7月・8月生
12月21日(金)	9月・10月生
2月5日(火)	11月・12月生

## 親子教室「つくしんぼクラブ」

【対象者】言葉や身体の動き等、お子さんの  
発達に心配をお持ちの保護者  
【内 容】身体や手先を使った親子遊び等  
【実施日時】毎月1回 午前10:00~11:30  
【場 所】保健相談センター  
※お申込みが必要です。

## マザーアンドチャイルド

【対象者】言葉や身体の動き等など、お子さん  
の発達に心配をお持ちの保護者  
【内 容】身体や手先を使った親子遊び等  
【実施日時】毎月1回 午前10:00~11:30  
【場 所】吉岡町保健センター  
※お申込みが必要です。

## 年中児健診

【対象者】年中児(平成25年4月2日~  
平成26年4月1日生)

【内 容】遊びや運動などの集団活動  
を通じて、お友達との関わり  
方などの様子を見ます。  
【実施日時】村内の幼稚園、保育園毎に  
実施します。  
(園毎に通知を配付します)  
※村外の園に通っている方または、就園  
していない方には、お知らせを送ります。

## 2歳半のむし歯予防相談会

【受付時間】午後1:15~1:30 【場 所】保健相談センター  
【持 ち 物】母子健康手帳、問診票

実施日	対象児
5月31日(木)	平成27年 8月~10月生
8月30日(木)	平成27年11月~平成28年 1月生
11月28日(水)	平成28年 2月~ 4月生
2月20日(水)	平成28年 5月~ 7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。

種 類	対象年齢
ヒブ	生後2か月以上5歳未満
小児用肺炎球菌	生後2か月以上1歳未満
B型肝炎	生後3か月以上7歳6か月未満
四種混合 1期	生後5か月以上1歳未満
BCG	1歳以上2歳未満
麻疹風しん(混合)1期	1歳以上3歳未満
水痘	3歳以上7歳6か月未満
日本脳炎 1期	小学校就学前の1年間
麻疹風しん(混合)2期	9歳(小学4年生)以上13歳未満
日本脳炎 2期	11歳(小学6年生)以上13歳未満
二種混合	中学1年生~高校1年生の女子
子宮頸がん	1歳以上5歳未満

\*日本脳炎 特別措置①【対象者】平成7年4月2日~平成19年4月1日生まれて、  
規定の回数を受けられていない方  
【特別期間】20歳未満まで  
\*日本脳炎 特別措置②【対象者】平成19年4月2日~平成21年10月1日生まれて、  
1期の接種が終了していない方  
【特別期間】9歳以上13歳未満の間で、1期未接種分が接種できます。  
【任意接種】費用の一部を助成します

種 類	対象年齢	【年齢の考え方】	
口た	(1価)	生後6週から24週まで	・以上…誕生日の前日から ・未満…誕生日の前日まで
	(5価)	生後6週から32週まで	
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

軽症の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)。

## ●小児救急電話相談

#8000 (IP電話、ダイヤル回線等をご利用の方は携帯電話からおかけください。)

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 FAX 0279-55-0194

榛東村新井793-2

榛東村  
ホームページ <http://www.vill.shinto.gunma.jp/>



# 平成30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31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  
※胃カメラは7月～12月、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 ○腹部測定(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7日(金)、9日(日)、13日(木)、 14日(金)、27日(木)、28日(金) 10月5日(金)、9日(火)、10日(水) 12月7日(金)、9日(日)、10日(月)
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		
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) ○腹部測定 ○血液検査(脂質・肝機能・血糖・クレアチニン)	集団/個別	◎笹熊集会所 9月19日(水) ◎中央公民館 9月21日(金) ◎南部コミセン 10月4日(木) ◎結核・肺がん検診のみ実施 8月22日(水)、27日(月) ※車いすで検診車に乗れます。 会場は申込者へ通知します。
結核・肺がん検診	40歳以上	○胸部レントゲン撮影 ○タンノ検査(必要に応じて実施します)	集団	
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	
前立腺がん検診	50歳以上の男性	○血液検査(PSA)	集団	
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	
胃がん検診	40～49歳	○胃のレントゲン検査(バリウム)	集団	◎保健相談センター 9月7日(金)、9日(日)、13日(木)、 14日(金)、27日(木)、28日(金) 10月5日(金)、9日(火)、10日(水) 12月7日(金)、9日(日)、10日(月)
	50歳以上	※50歳以上の方は、バリウムかカメラのどちらかを 受けられます。 ○胃のレントゲン検査(バリウム) ○胃内視鏡検査(カメラ)…2年に1回です。	集団 個別	
大腸がん検診	40歳以上	○便潜血検査(2日分) 【実施手順】 ①容器配布日に容器を取りに来てください。 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22日(水)～2月1日(金) (土日祝日、年末年始を除く) ②容器提出 ・特定健診の日時、会場と同じ ・1月18日(金)、2月4日(月)
子宮頸がん検診	20歳以上の女性	○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7日(金)、9日(日)、13日(木)、 14日(金)、27日(木)、28日(金) 10月5日(金)、9日(火)、10日(水) 12月7日(金)、9日(日)、10日(月)
乳がん検診	40歳以上の女性	○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	
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9日(日)、27日(木) 10月10日(水) 12月7日(金)、9日(日)、10日(月)
腹部超音波検査	40歳以上	○腹部超音波検査 (肝臓、胆のう、膵臓、腎臓、脾臓の検査) 【申込受付期間】12月3日(月)～12月21日(金) ※土日を除く	集団	◎保健相談センター 2月頃 ※申し込んだ方へ、日時指定で通知 します。
歯周疾患検診	40.50.60.70歳	○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

【日程】毎週月曜日(祝日、閉庁日を除く)

4月	2日、9日、16日、23日、
5月	7日、14日、21日、28日
6月	4日、11日、18日、25日
7月	2日、9日、23日、30日
8月	16日、20日、27日
9月	3日、10日

【場所】保健相談センター

10月	1日、15日、22日、29日
11月	5日、12日、19日、26日
12月	3日、17日
1月	7日、21日、28日
2月	4日、18日、25日
3月	4日、11日、18日、25日

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  
【場所】保健相談センター  
【持ち物】室内用と屋外用の運動靴  
飲み物(水やお茶等)

5月9日(水)	
5月16日(水)	10:00～12:00
5月30日(水)	
6月6日(水)	午後
6月13日(水)	1:30～3:30

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  
【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6日(金)	8月3日(金)	12月20日(木)
5月11日(金)	9月5日(水)	1月11日(金)
6月1日(金)	10月12日(水)	2月1日(金)
7月6日(金)	11月2日(金)	3月8日(金)

ココロとカラダの健康ヨーガ ※要予約  
※託児あり

【対象者】運動制限のない方  
【内容】健康ヨーガ  
【場所】保健相談センター  
【持ち物】マット、飲み物(水やお茶等)

1コース	5月15日(火)	10:00～12:00
	6月8日(金)	
2コース	8月17日(金)	午後
	8月31日(金)	7:00～9:00
3コース	3月8日(金)	午後
	3月29日(金)	1:30～3:30

初めての方を優先させていただきます。  
マットは30枚貸し出しできます。

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～午後1:00  
※5月24日は午後1:30～3:30

【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	申込み切り
5月24日(木)	大人のヘルシーおやつ	5月16日(水)
7月3日(火)	骨粗しょう症予防	6月25日(月)
11月21日(水)	減塩	11月13日(火)
2月22日(金)	糖尿病予防	2月14日(木)

健康手帳の交付

※40歳以上でご希望の方に配布します。

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	○接種当日65歳以上の方 ○60～64歳で、心臓や腎臓、呼吸器、免疫機能のいずれかに障害があって日常生活が極度に制限される方(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。	1回	10月～12月	1,000円
(定期)高齢者肺炎球菌	○以下の年齢・生年月日で、過去5年以内に受けていない方 60～64歳の方(インフルエンザの対象と同じ) 65歳 昭和28年4月2日～昭和29年4月1日生まれ 70歳 昭和23年4月2日～昭和24年4月1日生まれ 75歳 昭和18年4月2日～昭和19年4月1日生まれ 80歳 昭和13年4月2日～昭和14年4月1日生まれ ※65歳以上の方は、予め診察券を送付します。 ※過去に肺炎球菌ワクチンを受けた方は対象外です。	1回	通年	2,000円
(任意)高齢者肺炎球菌	定期接種対象者以外で、村の助成を受けていない方 ※事前申請が必要です。保健相談センターへお問い合わせください。	1回	通年	2,000円
風しん(成人)	妊娠を希望または予定している女性とパートナー ※詳細はお問い合わせください	1回	通年	3,000円