

令和5年度 榛東村健康カレンダー

※日程等は変更になる場合があります。

※【場所】の記載がない健診等は、榛東村保健相談センターで実施します。

母子健康手帳の交付

母子健康手帳、妊産婦健診の受診券（一部助成）等を交付します。
【持ち物】医療機関が発行した「妊娠届出書」、マイナンバーカード（または、通知カードと運転免許証等）、振込先口座を確認できる書類（通帳等）

両親学級

☆要予約 【時間】9:45～12:00

	対象となる方 (出産予定月)	第1日目	第2日目
		○お産の経過 ○妊娠中の栄養 他	○赤ちゃんのお風呂 ○親子の制度 他
1コース	令和5年9月～12月	7月27日(木)	8月1日(火)
2コース	令和6年1月～4月	11月30日(木)	12月6日(水)
3コース	令和6年5月～8月	3月7日(木)	3月12日(火)

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

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2か月頃までの赤ちゃんとお母さん

乳児健診

【持ち物】母子健康手帳、問診票（2～3か月児のみ）、バスタオル
※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	2～3か月児 【受付時間】 13:00～13:10	6～7か月児 【受付時間】 13:20～13:30	9～10か月児 【受付時間】 13:10～13:20
4月26日(水)	令和5年1月生	令和4年9月生	令和4年6月生
5月23日(火)	2月生	10月生	7月生
6月28日(水)	3月生	11月生	8月生
7月25日(火)	4月生	12月生	9月生
8月30日(水)	5月生	令和5年1月生	10月生
9月26日(火)	6月生	2月生	11月生
10月25日(水)	7月生	3月生	12月生
11月28日(火)	8月生	4月生	令和5年1月生
12月26日(火)	9月生	5月生	2月生
1月30日(火)	10月生	6月生	3月生
2月21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

※健診は、2～3か月児、9～10か月児、6～7か月児の順で行います。

すくすく教室

身長・体重測定、栄養相談、母乳相談

【受付時間】9:30～10:30(測定は11:30まで)
【持ち物】母子健康手帳、バスタオル
※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	
4月20日(木)	10月19日(木)
5月18日(木)	11月16日(木)
6月15日(木)	12月7日(木)
7月13日(木)	1月18日(木)
8月17日(木)	2月22日(木)
9月5日(火)	3月15日(金)

※参加者が多い場合には、お待ちいただく場合があります。

ベビーマッサージ

【実施時間】10:30～11:30
【対象者】生後2か月頃～6か月頃まで
【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	
5月18日(木)	11月16日(木)
8月17日(木)	1月18日(木)
9月5日(火)	2月22日(木)

リトミック

【実施時間】10:30～11:30
【対象者】生後7か月頃～1歳頃まで

※音楽にあわせて身体を動かします。
※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	
4月20日(木)	10月19日(木)
6月15日(木)	12月7日(木)
7月13日(木)	3月15日(金)

※その他、発達相談を随時実施しています。保健師や心理相談員などが相談に応じます。(日時は別途要相談)

不妊症・不育症治療費等助成事業

不妊症及び不育症の治療をされているご夫婦の経済的負担を軽減するため、費用の一部を助成します。詳細はお問い合わせください。

1歳6か月児健診

【受付時間】13:00～13:30(個別通知します)
【持ち物】母子健康手帳、問診票、バスタオル

実施日	対象児
5月16日(火)	令和3年9月・10月生
7月11日(火)	11月・12月生
9月20日(水)	令和4年1月・2月生
11月1日(水)	3月・4月生
1月16日(火)	5月・6月生
3月5日(火)	7月・8月生

2歳児健診

【受付時間】13:00～13:30(個別通知します)
【持ち物】母子健康手帳、問診票、バスタオル

実施日	対象児
4月25日(火)	令和3年1月・2月生
6月27日(火)	3月・4月生
8月22日(火)	5月・6月生
10月24日(火)	7月・8月生
12月12日(火)	9月・10月生
2月20日(火)	11月・12月生

3歳児健診

【受付時間】13:00～13:30(個別通知します)
【持ち物】母子健康手帳、問診票、尿、バスタオル

実施日	対象児
4月21日(金)	令和2年1月・2月生
6月2日(火)	3月・4月生
8月8日(火)	5月・6月生
10月12日(木)	7月・8月生
12月19日(火)	9月・10月生
2月6日(火)	11月・12月生

親子教室「つくしぼクラブ」

【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 10:00～11:00
※お申し込みが必要です。

マザー&チャイルド(県主催)

【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 10:00～11:00
【場所】保健相談センター 他
※お申し込みが必要です。

年中児健診

【対象者】年中児(平成30年4月2日～平成31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、こども園毎に実施します。(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、通知を送ります。

2歳半のむし歯予防相談会

【受付時間】13:15～13:30(個別通知します)
【持ち物】母子健康手帳、問診票、バスタオル

実施日	対象児
5月17日(水)	令和2年8月～10月生
8月9日(水)	令和2年11月～令和3年1月生
11月29日(水)	令和3年2月～4月生
2月7日(水)	令和3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】個別医療機関で接種
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。

【定期接種】

※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	
ロタウイルス	(1価)	生後6週から24週まで
	(5価)	生後6週から32週まで
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2か月以上7歳6か月未満	
四種混合 1期	1歳未満	
B C G	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	小学6年生～高校1年生の女子	
子宮頸がん	小学6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日生まれて、規定の回数を受けられていない20歳未満の方

*子宮頸がん 特例措置
該当になる方に個別通知します。詳細は村広報誌や村ホームページに掲載します。

【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】
おたふくかぜ	1歳以上5歳未満	・以上…誕生日の前日から ・未満…誕生日の前日まで

●夜間急患診療所(午後7時～10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)。

●子ども医療電話相談

#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

●しんどう健康ダイヤル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

〒370-3503 榛東村新井793-2

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



令和5年度 榛東村健康カレンダー

※日程等は変更になる場合があります。

健康診査

※対象年齢は、令和6年4月1日現在です。

完全予約制で実施します。5月下旬に受診シールと予約方法が記載されたお知らせを送付します。申し込んだ方へ、後日予約票・受診票等を送付します。転入等で受診シール等が届いていない方は、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、役場村民ホール）または個別（指定医療機関）



すべての健康診査が
“無料”です!

ポイントを貯めて景品と交換ができる
“しんとう健康ポイント”
令和5年度から開始します!
詳細は、受診シールに同封する
チラシをご確認ください。

	対象者	検査内容	実施方法	集団検診の実施会場・日程
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・eGFR) *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
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		◎榛東村役場 村民ホール(子宮頸がん、乳がん、骨密度)
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・eGFR)	集団/個別	9月 1日(金)、4日(月)、6日(水)、7日(木)、13日(水)、14日(木)、22日(金)、24日(日)、28日(木)、29日(金)
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	12月 1日(金)、3日(日)、4日(月)
肝炎ウイルス検診	40歳以上(検査済みの方を除く)	○血液検査(B型肝炎、C型肝炎)	集団	※結核・肺がん検診は、9月14日(木)のみ車いすで検診車に乗れます。
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 ※検査済み、ピロリ菌の除菌をした方は対象外です。	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	
	50歳以上	○胃のレントゲン検査(バリウム) ※50歳以上の方は、バリウムかカメラのどちらかを選択して受診できます。 ○胃内視鏡検査(カメラ)…2年に1回です。	個別	
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	
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年以内の方 ・心臓にペースメーカーが入っている方	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】 予約した方へ容器を送付します。 ①自宅で2日分の便を採取します。 ②検診日に容器を提出します。	集団	容器提出 ・健診の日時、会場と同じ ・11月10日(金)、12月22日(金)、2月28日(水)
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	◎榛東村役場 村民ホール 9月4日(月)、6日(水)、7日(木)、13日(水)、24日(日)、28日(木)、29日(金) 12月1日(金)、3日(日)、4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1日(金)～12月15日(金) ※土日を除く	集団	◎保健相談センター 2月頃
歯周疾患検診	20.25.30.35.40.45.50.55.60.65.70歳	○口腔内の診察	個別	※指定医療機関へ予約してください。



月曜はつらつ教室 ☆要予約

【時間】9:30～10:15、10:30～11:15
【対象者】おおむね65歳以上の方
【内容】生活動作に必要な筋力をつけるトレーニング、お口の体操
【持ち物】室内用の運動靴、飲み物(水やお茶等)、タオル

健康相談 ☆要予約

【日時】毎週月曜日 13:30～14:30
【対象者】ご希望の方
【内容】血圧測定、検尿 食生活などの相談

【日程】毎週月曜日(祝日、閉庁日を除く)

4月	10日、17日、24日
5月	1日、8日、15日、22日、29日
6月	5日、12日、19日、26日
7月	3日、10日、24日、31日
8月	7日、21日、28日
9月	11日、25日

【場所】保健相談センター

10月	2日、16日、23日、30日
11月	6日、13日、20日、27日
12月	11日、18日、25日
1月	15日、22日、29日
2月	5日、19日、26日
3月	11日、18日、25日

身体活動量計

【対象者】20歳以上の方
【内容】歩数や活動量を記録できる機器を300円(1年度)でお貸しします。
※お申し込みは保健相談センターまで

ヘルスアップ教室 ☆要予約

【対象者】運動制限のない方
【内容】バランスボール、筋力トレーニングなど
【時間】10:00～12:00
【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) マット、バスタオル等敷物
年間15回開催予定です。日程は回覧等でお知らせします。

ココロとカラダの健康ヨーガ ☆要予約

【対象者】運動制限のない方
【内容】健康ヨーガ、呼吸法
【場所】保健相談センター
【持ち物】マット、飲み物(水やお茶等)
※初めての方を優先させていただきます。

1コース	5月 26日(金) 6月 2日(金) 9日(金)
2コース	12月 7日(木) 15日(金) 21日(木)
3コース	3月 8日(金) 15日(金) 22日(金)

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	60～64歳の方(インフルエンザの対象と同じ) 65歳 昭和33年4月2日～昭和34年4月1日生まれ 70歳 昭和28年4月2日～昭和29年4月1日生まれ 75歳 昭和23年4月2日～昭和24年4月1日生まれ 80歳 昭和18年4月2日～昭和19年4月1日生まれ 85歳 昭和13年4月2日～昭和14年4月1日生まれ	1回	通年	2,000円
※65歳以上の方は予約票を送付します。	90歳 昭和8年4月2日～昭和9年4月1日生まれ 95歳 昭和3年4月2日～昭和4年4月1日生まれ 100歳 大正12年4月2日～大正13年4月1日生まれ			
(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	助成額を引いた額
(任意)带状疱疹	接種当日50歳以上の方 ※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	助成額を引いた額
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妊娠をしている女性のパートナー ※詳細はお問い合わせください。	1回	通年	助成額を引いた額
大人の風しん(令和7年2月28日まで)	昭和37年4月2日～昭和54年4月1日生まれの男性 ※クーポン券を使用し受診してください。	1回	通年	無料