

平成30年度

# 松田町健康カレンダー

～母子の健康編～

## 母子健康手帳

お母さんの妊娠・出産の経過とお子さんの成長や予防接種の記録をするものです。妊娠届の際に交付いたしますので、妊娠されましたら、早めの届出をお願いします。届出には、妊婦本人の個人番号の提示が必要となります。窓口は、子育て健康課健康づくり係です。

## 妊婦健康診査

お母さんが安心して健やかな出産を迎えられるように、健診にかかる費用を助成しています。受診の際は、母子健康手帳交付時にお渡する「妊婦健康診査費用補助券」をご利用ください。

健診費用が補助金額に満たない場合や、県外の医療機関を受診した場合等で補助券が使用できなかった際は、お問合せください。

## 妊産婦歯科健康診査

妊娠中・出産後は、むし歯や歯周病(歯周疾患)になりやすく、病状が進行する条件が重なる時期です。

妊娠中と産後1年以内に1回ずつ歯科健康診査にかかる費用を助成します。

受診の際は、母子健康手帳交付時にお渡する「妊産婦歯科健康診査受診券」をご利用ください。

お子様がいらっしゃる方は、受診時間の間、ファミリー・サポート松田にてお子様を預けることが出来ますので、ご利用される方は事前にファミリー・サポート松田(Tel83-3123)に予約してください。

ご利用の際は、母子健康手帳交付時にお渡する「ファミリー・サポート松田利用券」を利用日に支援会員へお渡しください。



## ママパクラス

日程	4月7日(土)	5月5日(土)	6月2日(土)	8月4日(土)	9月1日(土)	10月6日(土)	12月1日(土)	1月5日(土)	2月2日(土)
会場町	松田	山北	松田	山北	松田	山北	松田	山北	松田
回数	①	②	③	①	②	③	①	②	③

回数	①	②	③
対象	妊婦及びその家族		
受付時間	9:45 ~ 10:00		
開催時間	10:00 ~ 12:00		
内容	オリエンテーション 妊娠中の過ごし方 母乳育児について お産の進み方	妊娠中の栄養 歯の衛生 妊婦体験	新生児の育て方 赤ちゃんのお風呂 町の保健事業について 呼気一酸化炭素濃度測定
	母子健康手帳・筆記用具		
持ち物等	動きやすい服装	歯ブラシ、手鏡、 コップ、タオル	動きやすい服装 タオル
	会場		
松田町健康福祉センター・山北町健康福祉センター			
申込み	2日前までにお申込みください。		
	託児の必要な方は、前週の金曜日までにご連絡ください。 申込先:松田町健康福祉センター Tel84-1195		

## こんにちは赤ちゃん訪問

お父さんやお母さんが安心して子育てができるよう、赤ちゃんの健やかな成長を願って、保健師または助産師が生後4か月までのお子さんがいるすべてのご家庭に訪問させていただきます。

赤ちゃんがお生まれになりましたら、母子健康手帳にあります「出生連絡票」を記入し、出生届と一緒に提出していただくか、子育て健康課まで郵送してください。



## 子育て相談室のびのび

妊娠期から子育て期までの母子保健及び育児に関する様々な悩み等に円滑に対応し、切れ目ない支援体制を構築することを目的とし、「子育て相談室のびのび」を子育て健康課内に開設しています。専任の母子保健コーディネーター(保健師)が中心となり、妊娠・出産・子育ての様々な疑問・悩み・相談に対応します。お気軽にご相談ください。

開設時間:月曜日～金曜日(祝日、年末年始を除く)8:30～17:15

## すくすく育児相談・おっぱい相談

育児についての相談、身体計測、栄養相談を実施しています。

日程	※4月10日	※5月8日	6月5日	7月3日	8月7日	9月4日	10月2日	11月6日	12月4日	※1月8日	2月5日	3月5日
----	--------	-------	------	------	------	------	-------	-------	-------	-------	------	------

第1火曜日が定例ですが、※印の月は異なります。

	対象	受付時間	場所	持ち物
すくすく育児相談	乳幼児及びその家族	9:30～10:30	健康福祉センター 2階	母子健康手帳
おっぱい相談	母乳育児をしている母子			母子健康手帳 タオル2本

※おっぱい相談は申込み制(毎回3人)です。ご希望の方は事前にお申込みください。お子様おひとりにつき原則2回までの相談とさせていただきます。

申込み:Tel84-1195

## 離乳食講習会

日程	5月17日	7月19日	9月20日	11月15日	1月17日	※3月14日
----	-------	-------	-------	--------	-------	--------

第3木曜日が定例日ですが、※印の月は異なります。

対象:乳児とその家族等

受付時間:9:00～9:20(開催時間 9:30～12:00)

持ち物:母子健康手帳・エプロン・三角巾  
調理実習代(400円程度実費を徴収)

場所:健康福祉センター 2階

内容:調理実習・栄養士による個別相談

申込み:Tel84-1195(1週間前までにお申込みください)



## 1歳歯科指導教室

日程	7月26日	11月22日	3月28日
対象	H29 4月5日 6月7月生	8月9日 10月11月生	H29 12月1日 2月3月生

すべて第4木曜日

受付時間:9:45～10:00

持ち物:母子健康手帳・歯ブラシ・コップ

場所:健康福祉センター 2階

内容:歯科衛生士による個別相談・手作りおやつを試食

## 3～4か月児健康診査

日程	4月 25日	6月 27日	8月 22日	10月 24日	12月 26日	2月 27日
対象	H29 12月 H30 1月生	H30 2月 3月生	4月 5月生	6月 7月生	8月 9月生	10月 11月生

すべて第4水曜日

受付時間:12:45～13:00

持ち物:母子健康手帳・3～4か月児健康診査問診票  
(問診票は、こんにちは赤ちゃん訪問時にお渡します。)

場所:健康福祉センター 2階

内容:身体計測・小児科診察・個別相談 ほか  
ブックスタート事業として、絵本をお配りしています。

## 3歳児健康診査

日程	7月 4日	10月 3日	1月 9日	3月 27日
対象	H27 4月 5月 6月生	7月 8月 9月生	10月 11月 12月生	H28 1月 2月 3月生

すべて水曜日

受付時間:12:45～13:00

持ち物:母子健康手帳・3歳児健康診査問診票  
視力と聴力の調査票・検尿・歯ブラシ

場所:健康福祉センター 2階

内容:尿検査・身体計測・小児科診察・歯科診察・個別相談 ほか

## お誕生日健康診査

満10か月になったその日から、1歳のお誕生日の前日までの間に指定医療機関で、お子さんの成長を確認しましょう。

持ち物:母子健康手帳・お誕生日健康診査票  
(健診票は、3～4か月児健康診査受診時にお渡します。)

健診場所:町内の下記医療機関で受診できます。

○田村小児科医院 TEL82-1710

○山田内科医院 TEL83-0061

○国民健康保険診療所 TEL89-2119

※町外でも受診できる医療機関がありますので、お問合せください。



### 各種健康診査について

お子さんの健康状態を知るだけでなく、食事の悩み、歯みがきの仕方、言葉の発達等、お子さんのことを確認できる大切な機会です。日程の都合が悪い場合は、ご連絡ください。



## 定期予防接種

- ◎Hib(ヒブ) 対象:生後2か月～5歳未満
- ◎小児用肺炎球菌 対象:生後2か月～5歳未満
- ◎四種混合 対象:生後3か月～90か月未満
- ◎BCG 対象:生後1歳未満
- ◎B型肝炎 対象:生後1歳未満
- ◎水痘 対象:生後12か月～36か月未満
- ◎麻しん・風しん(混合ワクチン) 対象:1期 生後12か月～24か月未満  
2期 幼稚園の年長児に相当する方
- ◎日本脳炎 対象:1期 生後6か月～90か月未満  
2期 9歳～13歳未満
- ◎二種混合 対象:11歳～13歳未満
- ◎子宮頸がん 対象:小学6年生～高校1年生に相当する女子

日本脳炎予防接種は、平成17年5月の厚生労働省の勧告で積極的な接種勧奨が差し控えられていたことにより、接種機会をのがした方(平成7年4月2日から平成19年4月1日までの間に生まれた方で20歳未満の方)は、定期予防接種の対象となり、第1期(初回:2回/追加:1回)、第2期(1回)のうち接種が終了していない分について、無料で接種が受けられます。

接種場所:町内の下記医療機関で接種できます。

詳しくは各医療機関にお問合せください。

○足柄上病院 TEL83-0351

○田村小児科医院 TEL82-1710

○山田内科医院 TEL83-0061

○国民健康保険診療所 TEL89-2119

○まごころ内科整形外科クリニック TEL83-1789

○佐藤内科医院 TEL82-0565

※町外でも接種できる医療機関がありますので、お問合せください。



## 1歳6か月児健康診査

日程	6月 20日	9月 19日	12月 19日	3月 20日
対象	H28 10月 11月 12月生	H29 1月 2月 3月生	4月 5月 6月生	7月 8月 9月生

すべて第3水曜日

受付時間:12:45～13:00

持ち物:母子健康手帳・1歳6か月児健康診査問診票・歯ブラシ

場所:健康福祉センター 2階

内容:身体計測・小児科診察・歯科診察・個別相談 ほか

## 2歳児歯科健康診査

日程	4月 27日	7月 27日	10月 26日	1月 25日
対象	H28 2月 3月 4月生	5月 6月 7月生	8月 9月 10月生	H28 11月 12月 H29 1月生

すべて第4金曜日

受付時間:12:45～13:00

持ち物:母子健康手帳・2歳児歯科健康診査問診票・歯ブラシ

場所:健康福祉センター 2階

内容:身体計測・歯科診察・個別相談 ほか



### お問合せ

◎松田町役場 子育て健康課 健康づくり係

松田町松田惣領2037番地

TEL84-5544

◎松田町健康福祉センター

松田町松田惣領17番地2

TEL84-1195



### 健康づくり普及員・母子保健推進員

健診のお手伝いや、読み聞かせの啓発などの活動をしています。

児童相談の窓口を開設しています

専用電話 TEL84-1198

平成30年度

# 松田町健康カレンダー

～成人の健康編～

## 子宮・乳がん検診(施設検診)

平成28年度に施設検診を受診された方には、受診券を郵送しますので、今年度はお申込みの必要はありません。

平成29年度受診されなかった方で、受診を希望される方は、子育て健康課にお申込みの上、下記指定医療機関で受診してください。

検診名	子宮頸がん	乳がん
対象	20歳以上(女性)	40歳以上(女性)
内容	平成29年度に、町の検診を受けていない方	
	問診 視診 内診 細胞診	問診 視触診 マンモグラフィー検査
料金	1,700円	1,800円
	70歳以上の方は無料	
実施期間	平成31年3月31日まで	

◎指定医療機関

医療機関名	所在地	TEL	子宮頸がん	乳がん
足柄上病院	松田町松田惣領 866-1	83-0351	○	○
柴田産科婦人科クリニック	南足柄市壺下 440-2	74-1135	○	
緑蔭診療所	南足柄市塚原 4350-1	73-3470	○	
開成駅光クリニック	開成町吉田島 4351-9	83-2701	○	
南足柄レディースクリニック	南足柄市関本 565-5-204	72-5756	○	

## 定例ウォーキング

日程	集合時間	その他
4月16日※	9:30	【集合場所】 健康福祉センター西側 三角堤公園
6月11日		
7月9日	9:00	【コース】(原則) 川音川・酒匂川の 河川敷を歩く 健康ウォーキングコース (全長5km)
9月3日※		
11月12日	9:30	
12月10日		
1月21日※		
2月18日※		
3月11日		
5月・8月・10月はお休みです		

毎月第2月曜日が定例日ですが、※印の月は異なります。

◎タオル・飲み物等をご準備の上、直接集合場所にお越しください。

## 特定健康診査・高齢者健康診査

### 【特定健康診査】

高血圧症や糖尿病等の生活習慣病の発症前段階にあるメタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)の予防と改善を図るための健診です。

平成30年4月1日現在で松田町国民健康保険に加入している対象の方には、4月中に案内等を郵送します。

40歳～74歳で、松田町国民健康保険に加入されていない方は、加入している健康保険組合等にお問合せください。

### 【高齢者健康診査】

健康診査を受診する日に75歳以上の方(松田町後期高齢者医療保険に加入している方)が対象です。

平成29年度に受診された方は、健康診査の日を指定した通知を6月に郵送しますので、お申込みの必要はありません。

初めて受診する方や、平成29年度受診されなかった方は、お申込みください。

健診名	特定健康診査	高齢者健康診査
対象	40歳～74歳で 松田町国民健康保険に加入している方	75歳以上
内容	問診、身体計測、血圧測定、血液検査、尿検査、 内科診察、心電図検査 ※眼底検査(希望者及び詳細健診対象者)	
申込方法	対象となる方には、4月中に案内等を郵送しますので、同封する「申込みはがき」でお申込みください。 申込みされた方には、後日健診日を指定した通知、問診票等を郵送します。	子育て健康課または健康福祉センターへお申込みください。
実施日	7月 5日(木)、6日(金)、7日(土)、9日(月)、10日(火)、 11日(水)、12日(木)、13日(金)、14日(土)※	
場所	健康福祉センター 2階 ※14日(土)は、町立寄中学校 体育館(多目的ルーム)	
料金	1,500円	
	眼底検査	1,000円

◎40歳以上の生活保護世帯の方で、健診を希望される方は、お問合せください。

◎6月から指定医療機関でも特定健康診査・高齢者健康診査が受診できます。受診を希望される方は子育て健康課へお申込みの上、指定医療機関で受診してください。詳細は、後日、おしらせ号に掲載します。

◎平成30年4月1日以降松田町国民健康保険にご加入の方で、特定健康診査の受診をご希望の方は、お問合せください。

## おとな健康相談

血圧などの体調の悩み、食事、栄養といった生活習慣改善、こころの健康など、保健師・栄養士がご相談に応じます。

日程	5月	※7月	9月	11月	1月	※3月
	10日	17日	13日	8日	10日	7日

毎月第2木曜日が定例日ですが、※印の月は異なります。

受付時間:9:30～10:30

場所:健康福祉センター 2階

内容:血圧測定・尿検査・健康相談・栄養相談 ほか

# がん検診・結核検診・肝炎検査（集団検診）

定期的に検診を受けて、健康管理に役立てましょう。

- ◎平成29年度受診された方には、検診日を指定した通知・問診票等を6月に郵送しますので、お申込みの必要はありません。（子宮、乳がん検診は平成28年度受診された方に、検診日を指定した通知・問診票等を8月に郵送します。）平成29年度に受診された方で、今年度受診を希望されない方は下記申込み期限までご連絡ください。
- ◎平成29年度がん検診（子宮、乳がん検診は平成28年度）を受診されなかった方や、平成29年度受診していない種類のがん検診等を希望される方は、お申込みください。なお、申込時に検診日の指定はできません。検診の案内後に日程変更を受付します。
- ◎託児（未就学児）の必要な方は、事前にご連絡ください。

申込み期限：平成30年5月1日（火）まで



検診名	子宮頸がん	乳がん	胃がん検診又は 胃がんリスク検診	大腸がん	肺がん (結核)	前立腺がん	肝炎	
対象 (年齢基準日 H31.3.31 現在)	20歳以上 (女性)	40歳以上 (女性)	40歳以上 (リスク検診は、年齢基準日時点で40、45、50、55、60、65歳の方が対象です。対象者には4月中に案内を郵送します。)リスク検診受診者は、バリウム検査は受けられません。		50歳以上 (男性)	◎40歳の方 ◎41歳～69歳の方で、過去に検査を受けたことがない方		
内容	問診 視診 内診 細胞診	問診 マンモグラフィ検査	問診 胃部レントゲン (バリウム検査) (胃がん検診対象者) 血液検査 (リスク検診対象者)	問診 便潜血検査	問診 胸部X線撮影 喀痰細胞診 (ハイリスク者のみ)	問診 血液検査 (PSA検査)	問診 血液検査 (HBs抗原・HCV抗体)	
実施日	9月10日(月) 9月26日(水) 10月13日(土) 10月25日(木)		7月5日(木) 7月6日(金) 7月7日(土) 7月9日(月)		7月10日(火) 7月11日(水) 7月12日(木) 7月13日(金) 7月14日(土)※			
場所	健康福祉センター 2階 ※町立寄中学校 体育館 (多目的ルーム)							
受付時間	9:00～9:30/10:00～10:30 13:00～13:30/14:00～14:30		8:30～11:30					
料金	600円	1,300円	胃がん検診：900円 胃がんリスク検診：2,000円	500円	X線：200円 喀痰：500円	500円	400円	
<b>いずれの検診も70歳以上の方は無料</b> ※次年度以降、料金が変わる場合があります。								

## 予防接種

—お問合せください—

- ◎ 高齢者インフルエンザ予防接種費用補助 対象：65歳以上（自己負担金1,500円） ◎定期接種
- ◎☆ 高齢者肺炎球菌予防接種費用補助 対象：お問い合わせください（自己負担金3,000円） ☆任意接種
- ☆ 風しん予防接種費用補助 対象：妊娠を希望している女性及びその配偶者等 妊娠している女性の配偶者等

各種お問合せ・お申込み

◎松田町役場 子育て健康課 健康づくり係  
松田町松田惣領2037番地  
TEL 84-5544

◎松田町健康福祉センター  
松田町松田惣領17番地2  
TEL 84-1195