

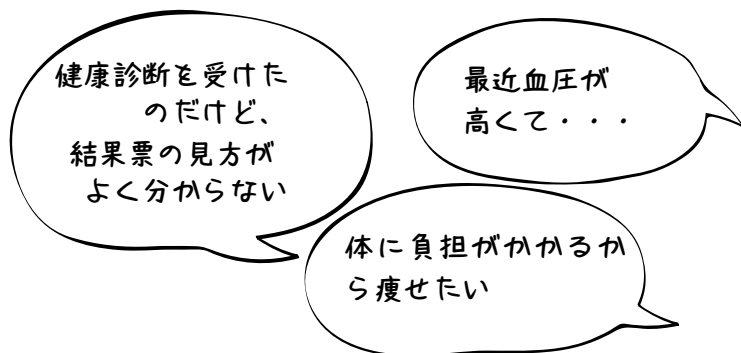
種類	とき	対象	種類	とき	対象
4カ月児健診	4月7日(火)	R1年11月24日~末日生	2歳3カ月児 歯科健診	4月9日(木) 午前9時	H30年1月1日~15日生
	4月14日(火)	R1年12月1日~8日生		4月16日(木) ~10時10分	H30年1月16日~末日生
母親歯科健診	4月21日(火)	R1年12月9日~16日生	3歳児健診	4月8日(水)	H29年4月1日~10日生
	4月28日(火)	R1年12月17日~23日生		4月15日(水) 午後1時5分~2時15分	H29年4月11日~20日生
1歳6カ月児 健診	4月10日(金) 午後1時5分~2時15分	H30年10月1日~10日生		4月22日(水)	H29年4月21日~末日生
	4月17日(金)	H30年10月11日~20日生	BCG接種	4月9日(木) 午後1時45分~2時30分	生後5カ月~1歳未満 (標準的接種期間は 生後5~8カ月未満)
	4月24日(金)	H30年10月21日~末日生		4月16日(木)	
				4月27日(月)	

※対象の方には事前に書類を送りますので、受付時間の詳細はそちらで確認してください。場所は保健センターです。
※健診は必ず受けましょう。都合が悪い場合は、保健センターへ相談してください。

種類	とき	ところ	内容・対象・申込みなど
親子健康手帳 (母子健康手帳) 交付	月~金曜日 (毎月第3火曜日、 祝日、年末年始除く)	午前9時30分 ~午後5時15分	子育て世代包括 支援センター (ラピオ3階)
母乳相談	4月10日(金)、 17日(金)、21日(火) 23日(休)	午前10時~正午	子育て世代包括 支援センター (ラピオ3階)
	4月28日(火)	午後1時~4時	
低体重児届	出生体重が2,500g未満の赤ちゃんは、子育て世代包括支援センターまたは保険年金課へ低体重児届出書を出しましょう。		
1stアナーサリー事業	生後10カ月ごろアンケートが届きます。アンケートを出してプレゼントをもらいましょう。 お渡し場所 子育て世代包括支援センター(ラピオ3階)または市内児童館		
移動子育て 支援センター	4月15日(水)	午前10時 ~午後1時	本庄会館
離乳食教室 (初期ごっこ教室)	4月15日(水)	午前10時 ~11時	保健センター
離乳食教室 (後期かみかみ教室)	4月24日(金)		
パパママ教室	5月10日(日)	午前10時 ~正午	
にこにこ むし歯予防相談	4月23日(木)	午前10時 ~11時15分	子育て世代包括 支援センター (ラピオ3階)
歯っぴー 子育て講座	4月16日(木)	午後1時30分 ~2時30分	
赤ちゃん訪問	保健連絡員と保健連絡員OBが生後1~3カ月ごろの赤ちゃんのご自宅に出産祝い品を持って訪問します。(事前に電話等でご都合を伺います)		

保険年金課 (☎ 76 - 1123)

種類	とき	ところ	対象・料金・申込みなど
特定保健指導	受診期間 5月31日(日)まで(特定健康診査 の受診日によって異なります)	市内の指定 医療機関	対象 特定健康診査の結果、生活習慣の改善が必要と思われる方(後期高齢者医療制度の方を除く) ※対象者には特定健康診査を受けた医療機関から案内、または市から利用券を交付します。 申込み 市内指定医療機関 問合せ 保険年金課



気になる方はぜひ、健康相談へ
医師・保健師がアドバイスします

成人の検診

※対象の生年は和暦です。

保健センター (☎ 75 - 6471)

内容	とき	ところ	対象・料金・申込みなど
子宮がん個別検診 (内診、視診、細胞診)	受診期間 3月31日(火)まで	市内産婦人科	対象 20歳以上で市内に住民登録があり①～③のいずれかの方 ①奇数年生まれの方 ②偶数年生まれの方で平成30年度未受診の方 ③無料クーポン券が届いた方 料金 頸部がん検診1,000円 頸部・体部がん検診2,000円 (70歳以上は500円) (体部がん検診は医師が必要と認めた方のみ) 申込み ①③の方:直接医療機関へ申込み ②の方:事前に保健センターに問い合わせてください。 ※保健センターで平成30年度の受診の有無を確認し、検診票を郵送します。
乳がん個別検診 (マンモグラフィ)		みわレディース クリニック	対象 40歳以上で市内に住民登録があり①～③のいずれかの方 ①奇数年生まれの方 ②偶数年生まれの方で平成30年度未受診の方 ③無料クーポン券が届いた方 料金 1,500円 (70歳以上は500円) 申込み ①③の方:直接みわレディースクリニック (☎ 76 - 2603) へ申込み ②の方:事前に保健センターに問い合わせてください。 ※保健センターで平成30年度の受診の有無を確認し、検診票を郵送します。
いきいき世代個別 歯科健診	受診期間 3月31日(火)まで	市内実施歯科 医療機関	対象 40歳(昭和53年4月2日～昭和54年4月1日)、45歳(昭和48年4月2日～昭和49年4月1日) 50歳(昭和43年4月2日～昭和44年4月1日)、55歳(昭和38年4月2日～昭和39年4月1日) 60歳(昭和33年4月2日～昭和34年4月1日)、65歳(昭和28年4月2日～昭和29年4月1日) 70歳(昭和23年4月2日～昭和24年4月1日)、75歳(昭和18年4月2日～昭和19年4月1日) 申込み 直接実施歯科医療機関 ※対象者には案内はがきをお送りしています。
35歳 無料歯科健診	受診期間 3月31日(火)まで	市内実施歯科 医療機関	対象 今年度中に35歳の誕生日を迎える方(昭和59年4月2日～昭和60年4月1日 生まれの方) ※対象者には案内はがきをお送りしています。 申込み 直接実施歯科医療機関

健康相談

※祝日は除きます。年齢は問いません。お気軽にご相談ください。

保健センター (☎ 75 - 6471)

区分	内容	とき	ところ	申込み
一般健康相談	健康相談、尿検査、血圧測定	毎週月曜日 午前9時～11時45分	保健センター	不要
		毎月第3火曜日 午前9時30分～11時15分	味岡市民センター	
		毎月第3水曜日 午前9時30分～11時15分	東部市民センター	
医師健康相談	健康相談	毎週月曜日 午前9時～11時45分、午後1時～2時15分 毎週水曜日 午前9時～11時15分(第3水曜日を除く)	保健センター	不要
		毎月第3水曜日 午前9時30分～11時15分	東部市民センター	
		生活習慣病 予防相談	健康相談、栄養相談、尿検査、血圧測定	
歯の健康相談	歯科健康相談	毎週月曜日 午前9時～正午、午後1時～4時		

健康づくり

保健センター (☎ 75 - 6471)

内容	とき	ところ	対象・料金・申込みなど		
いきいき元気塾 【運動編】膝腰痛 があっても安心 “腰かけ元気体操”	① 4月6日(月) ② 4月20日(月)	野口の郷	内容 椅子に座ってできる簡単体操(筋トレ、ストレッチ) 対象 60歳以上 定員 野口の郷20人程度、小針の郷20人程度、味岡市民センター30人程度 申込み ①② 3月16日～どちらか1日のみ選んで野口の郷 (☎ 79 - 1188) ③④ 3月16日～どちらか1日のみ選んで保健センター (☎ 75 - 6471) ⑤ 3月16日～小針の郷 (☎ 71 - 2370)		
	③ 4月10日(金) ④ 4月24日(金)			味岡市民 センター	
	⑤ 4月16日(木)	小針の郷			
	いきいき元気塾 【お口編】“認知 症予防は歯が命”	4月14日(火)		野口の郷	内容 オーラルフレイルに関する講話、口腔機能を高めるお口の体操など 対象 60歳以上 申込み 不要
	いきいき元気塾 【栄養編】“おい しく食べて 元気に長生き”	4月13日(月)		小針の郷	内容 バランスの良い食事についての講話、悩み相談など 対象 60歳以上 申込み 不要
笑いの泉 わっはっは講座	4月28日(火)	小針の郷	内容 笑いの効用に関する講話や脳トレ、わっはっは体操など 対象 60歳以上 申込み 不要		
筋力アップのた めのトレーニング マシン講習会	4月8日(木)	野口の郷	野口の郷・小針の郷にあるトレーニングマシンは高齢者にも簡単に安全に 利用できます。健康運動指導士が安全かつ効果的なマシンの使い方をお伝え します。効果的に使うことでさらに筋力アップができます。 対象 60歳以上 ※時間内自由参加、午前10時30分～11時および午後1時30分～2時は柔 軟体操の指導を行います。		
	4月13日(月) 4月20日(月)				
	4月10日(金) 4月16日(木)	小針の郷			
	4月21日(火)				
	知って得する フレイル予防講座 ～おくちとから だの健康習慣～	4月30日(木)		東部市民 センター	内容 みんなで楽しく口腔機能、運動器機能を高め、元気になる体操をします。 対象 市内在住60歳以上 申込み 不要(先着40人)
牧連体操ズンドコ	4月8日(木) 4月23日(木)	保健センター	内容 「きよしのズンドコ節(氷川きよし)」の曲に合わせて、立ってでも座 ってでもできる、子どもから高齢者の方まで楽しめる元気になる体操です。 対象 どなたでも可 申込み 不要		

※料金の記載のないものは無料。申込みの記載のないものは事前申込み不要
※都合により、内容などが変更になる場合があります。