



申し込み・問い合わせ 健康課 ☎0561(37)5813

予防接種法に基づく予防接種

	種目・対象者	とき	その他
集団接種	BCG・12カ月未満児	7月3日(火)、11日(水)、8月1日(水)	標準的な接種期間は、生後5カ月～8カ月未満
	受付時間 13:20～14:00 場 所 健康づくりセンター（いこまい館内） 持 ち 物 母子健康手帳、予診票(要記入)、体温計 ※体調が心配な人は、当日主治医の許可を得てからお越しください。 お 願 い 接種時にお子さんの体を支えてもらうため、保護者の人はズボンなどでお越しください。		
個別接種	4種混合、2種混合、麻しん風しん(混合ワクチン)、水痘、不活化ポリオ、日本脳炎、Hib(ヒブ)、小児用肺炎球菌、B型肝炎、子宮頸がんの予防接種は、年間を通じて実施しています。 予防接種つづりの中の予診票をお持ちの上、町指定医療機関で接種してください。(要予約) 予診票がない人は、母子健康手帳を持って健康課(いこまい館内)へお越しください。		

上記予防接種の注意

- ・母子健康手帳を忘れると接種できません。
- ・事前に予防接種説明書「予防接種とこどもの健康」を読んでください。
- ・乳幼児、小中学生の予防接種で、町外(県内に限る)の主治医による接種を希望する人は、接種前に必ず健康課に申請してください。申請がないと全額本人負担となります。

特定健診・長寿健診を受けましょう

受診対象者には、4月中旬に案内状と受診券を郵送しました。詳しくは、案内状をご覧ください。

とき 11月末日まで

ところ 町指定医療機関

対象 40歳以上の国民健康保険・後期高齢者医療加入者

負担金 無料

持ち物 受診券、保険証、昨年の健診結果

※受診券を紛失した場合は再発行しますので、健康課までお越しください。

健康診査・子宮頸がん検診のお知らせ

ところ いこまい館2階 健康づくりセンター

対象 40歳以上で健康保険未加入の人(健診のみ)、健診を受ける機会のない20～39歳(昭和54～平成10年生まれ)の人

負担金 健康診査:1,000円、子宮頸がん検診:800円

申し込み 7月2日(月)から8月10日(金)までに本号広報と同時配布の案内チラシまたは東郷町ホームページからお申込みください。詳しくは同時配布の案内チラシをご覧ください。

「いきいきとうごう健康マイレージ」実施中です。

生活習慣改善の取り組みや、健診(検診)の受診、健康講座への参加などをチャレンジシートに記録すると、ポイントがたまりお得なサービスが受けられる「いきいきとうごう健康マイレージ」を実施しています。

健康づくりに楽しく継続して取り組みましょう。

とき 6月1日(金)～平成31年2月28日(木)

対象 町内在住・在学・在勤者 ※年齢制限はありません。

健康マイレージの流れ

▼チャレンジシートを入手

チャレンジシートは、健康課窓口(いこまい館2階)と役場総合案内、児童館で配布しています。

また、町ホームページからダウンロードできます。

▼ポイントをためる

健康づくりに取り組んだ内容を、チャレンジシートに記録してポイントをためます。

ポイントのため方	たまるポイント
健康づくりの目標を立てて取り組む<目標の例>早寝早起きをする	1日達成するごとに1ポイント
健診(検診)・健康相談・予防接種を受ける	1項目受けるごとに5ポイント
イベントや教室などに参加する	1回参加するごとに5ポイント

▼優待カード「まいか」をもらう・つかう

100ポイント以上ためて健康課窓口(いこまい館2階)にチャレンジシートを提出すると、県内の協力店で使える優待カード「まいか」が発行されます。

協力店で「まいか」を提示すると、お得なサービスが受けられます。

また、チャレンジシートを平成30年12月20日(木)までに提出すると、先着や抽選で賞品が手に入ります。

詳しくは、町ホームページをご覧ください。



	事業名	とき	対象	内容・その他
健診	4か月児健診	7月4日(水)	平成30年2月21日～3月10日生	持ち物: 母子健康手帳、問診票(要記入)、バスタオル
		7月25日(水)	平成30年3月11日～3月31日生	
	1歳6か月児健診	7月17日(火)	平成28年12月生	持ち物: 母子健康手帳、問診票(要記入)、タオル、フッ素代300円(希望者のみ) ※歯みがきをしてからお越しください。(フッ素は、きれいな状態の歯に塗ることで効果が得られます)
	2歳児歯科健診	7月5日(木)	平成28年6月生	
	3歳児健診	7月10日(火)	平成27年6月生	持ち物: 母子健康手帳、問診票(要記入)、目と耳のアンケート(要記入)、尿
8月7日(火)		平成27年7月生		
※受付時間…4か月児健診(第2子以降は13:10、第1子は13:45)、その他の健診…個別通知した時間 ※未受診の人も上記の日程にお越しください。また、該当する健診日に受けられない場合は、次回の健診日にお越しください。				
相談	お誕生日相談 (11、12カ月児)	7月25日(水) 受付第1子…9:30 第2子以降…10:20 ※個別に通知します	平成29年7月生	身長・体重測定、お話「お口のお手入れ」「ことばの育て方」「1歳からの食事」、個別相談、栄養相談(医師による診察はありません) 持ち物: 母子健康手帳、お誕生日相談アンケート
	赤ちゃん相談 離乳食相談	7月3日、8月7日(火) 受付10:00～11:00	0～12カ月児	身長・体重測定 保健師による子育て相談(発育、発達、くせ、気になることなど) 管理栄養士による栄養相談
	育児相談 栄養相談	7月10日、17日(火) 受付10:00～11:00	0カ月～就学前	
	ことばの相談	7月18日(水)、24日(火) 開催13:00～17:00	1歳6カ月児～3歳	臨床心理士によることば、発達、育児の相談 ※予約制(1人1時間程度)
	子育て相談 (電話・面接)	月～金曜日 9:00～16:00	妊産婦、乳幼児	保健師による子育て、しつけ、発達、病気などの相談 ※面接の場合は事前にご連絡ください。
	4歳児発達相談	7月18日(水)	年少児	臨床心理士による発達検査・相談 ※予約制(1人1時間30分程度)
	5歳児発達相談	7月24日(火)	年中児	
離乳食教室 (中期～後期編: 2回食以降の進め方を学びます)	7月4日(水) 受付9:50 ※託児申し込み者は9:30 開催10:00～11:30	7～10カ月の児を持つ親 (定員15人)	離乳食の調理実習と試食、お話(相談可) 持ち物: 母子健康手帳、エプロン、三角巾、食器用布巾、手拭き ※予約制 ※託児(0歳児のみ・有料)は要予約。希望者は6月27日(水)までに申し込んでください。なお、お子さんの同伴はお控えください。	
なかよし教室	うさぎ組 7月5日(木) ぞう組 7月12日(木) 受付9:10 開催9:30～11:00	うさぎ組 おおむね1歳6カ月～2歳 ぞう組 おおむね2歳～就園前	ことば、発達、育児について心配のある親子 担当: 保健師、保育士、臨床心理士 ※要事前相談	
あひるクラブ (双子交流会)	7月4日(水)* 8月1日(水) 開催10:30～11:30	双子・三つ子を持つ親 および妊娠中の人	双子・三つ子を妊娠中の人、および子育て中のお父さん、お母さんの集まりです。 *7月4日(水)は、開放日のため保健師はいません。	
パパママ教室 もくよく (沐浴編)	7月8日(日) 開催9:30～11:30	妊婦と夫 妊婦のみも可	「陣痛緩和マッサージ」、「沐浴体験」 持ち物: 母子健康手帳、バスタオル、筆記用具 ※予約制	
パパママ教室 (妊婦体験・食生活編)	8月4日(土) 開催9:30～11:30	妊婦と夫 妊婦のみも可	「プレパパの妊婦体験」、「食生活の基本・母乳育児のための食生活(試食あり)」、「妊娠・出産・育児中の気持ち」、「おなかの赤ちゃんの様子」 持ち物: 母子健康手帳 ※予約制	
場所: 健康づくりセンター(いこまい館内)				

調理室を無料で貸し出しています！

いこまい館2階調理室の利用促進のため、調理を伴った食育に関する教室や講座を行うときに調理室とランチルームを無料で貸し出します。

とき 12月26日(水)まで

申し込み 事前に申請書、参加者名簿を健康課窓口へ提出してください。詳しくは、町ホームページをご覧ください。

母子健康手帳・妊産婦乳児健康診査受診票の交付

健康づくりセンターで随時交付しています。受診票の交付には、マイナンバーが必要です。①個人番号の通知カード②個人番号の表示がある住民票③個人番号カードのいずれかをお持ちください。(①②の場合は、運転免許証など写真付きの本人確認書類も必要です。また、妊婦本人以外が代理で申請する場合は、委任状と代理人の写真付きの本人確認書類も必要です)