

2019年度 朝日町健康カレンダー

母子健康手帳・妊産婦一般健康診査受診票 交付

場 所：朝日町役場 子育て健康課 窓口 月～金（祝日・年末年始は除く）8：30～17：15

持ち物：・妊娠届出書

- ・個人番号が確認できる書類（マイナンバーカード もしくは 通知カード）
- ・本人確認書類（①か②のいずれか）

①マイナンバーカード、運転免許証 などの公的機関発行の顔写真付き書類 1点

②健康保険証、国民年金手帳、病院の診察券 などの顔写真のついていない書類 2点

今年度から、妊婦健診の受診票と一緒に、産後健診の受診票を交付します！



妊婦教室

助産師を講師に妊娠や分娩についてお話をします（相談や質問にも対応！）
教室をきっかけに、はじめてのママ友を作りませんか？

事業名	実施日	時間	場所	対象者	内容
マタニティ教室①	5月7日(火) 9月3日(火) 2020年1月7日(火)	10:00～ 11:30	保健福祉センター 2階 和室	妊娠12～27週頃の妊婦	妊娠中のトラブル予防法 栄養に関するお話 妊婦体操
マタニティ教室② (パパママ教室)	7月7日(日) 11月9日(土) 2020年3月7日(土)	10:00～ 11:30	保健福祉センター 1階 保健室	妊娠20～35週頃の妊婦と 家族	パパの妊婦体験 沐浴指導 分娩に関するお話等

助産師訪問事業

訪問希望の方は、子育て健康課窓口にて申請書を提出してください！

事業名	対象者	訪問時間	利用回数	利用料	内容
妊婦訪問	町内在住の妊婦	30分～1時間	1回限り	無料	妊娠中の健康管理・日常生活 出産・育児に向けての相談
産後ケア訪問	町内在住の出産後 おおむね4か月までの 産婦とその赤ちゃん	2～3時間	最大7回	訪問1回 1,200円	・お母さんのケア 健康状態、子宮の収縮・乳房管理などの支援 ・お子さんのケア 健康状態、栄養状態などの支援 ・その他 育児相談、授乳指導、沐浴指導など

産婦・乳幼児教室



事業名	実施日	対象者	時間	内容
アフターピクス	4月16日(火) 5月21日(火) 6月18日(火) 7月16日(火) 8月20日(火) 9月17日(火) 2020年 2020年 2020年	10月15日(火) 11月19日(火) 12月17日(火) 1月21日(火) 2月18日(火) 3月17日(火)	10:00 ～ 11:30	ダンスインストラクターによる赤ちゃん と行なう産後エクササイズ の教室 持ち物：汗拭きタオル、バスタオル、 飲み物、室内用の運動靴 月齢6ヶ月以上のこどもの託児あり (託児定員：先着10名)
離乳食教室 (前期)	5月28日(火) 8月27日(火)	11月26日(火) 2020年 2月25日(火)	10:00 ～ 11:30	管理栄養士による初期・中期の離乳食 の講話と試食（人数により日程を追加 することがあります）
離乳食教室 (後期)	6月25日(火) 9月24日(火)	12月24日(火) 2020年 3月24日(火)	10:00 ～ 12:00	管理栄養士による後期・完了期の離乳食 の講話と調理実習 持ち物：エプロン、三角巾、 おんぶ紐かベビーカー
ひよこ教室 ベビークラス	4月 9日(火) 8月13日(火)	12月10日(火)	10:00 ～ 11:00	保育士による刺激遊びの教室 保護者とこどものふれあいの場
ひよこ教室 キッズクラス	6月11日(火) 10月 8日(火)	2020年 2月 4日(火)	9ヶ月～ 1歳6ヶ月未満 の乳幼児	
たんぽぽ教室	5月14日(火) 7月 9日(火) 9月10日(火)	11月12日(火) 2020年 1月14日(火) 2020年 3月10日(火)	10:00 ～ 11:30	保育士と一緒に遊ぼう！ 持ち物：のり、はさみ、テープ、クレヨン 参加費：1人100円

こどもの健康診査

※ 対象日の1ヶ月程前に案内文を送付させていただきます。
内容をご確認の上、忘れ物のないようご参加ください。

事業名	実施日	対象者	内容
4ヶ月児健康診査 10ヶ月児健康診査	県内医療機関で『母子保健のしおり』についている受診票を利用して受けてください。 (対象者への案内文書送付等は行っておりません。時期がきたら忘れず受診ください。)		
7・8ヶ月児健康相談	4月26日 (金)	H30.8.1 ~ H30.9.30 生	身体計測 問診・育児相談 お友達づくり 救急法の演習 離乳食についてのお話
	6月28日 (金)	H30.10.1 ~ H30.11.30 生	
	8月23日 (金)	H30.12.1 ~ H31.1.31 生	
	10月25日 (金)	H31.2.1 ~ H31.4.1 生	
	11月29日 (金)	H31.4.2 ~ H31.4.30 生	
	2020年 1月24日 (金)	2019.5.1 ~ 2019.6.30 生	
1歳6ヶ月児健康診査	2020年 3月30日 (月)	2019.7.1 ~ 2019.8.31 生	問診 身体計測 内科・歯科検診
	4月4日 (木)	H29.8.1 ~ H29.9.30 生	
	6月6日 (木)	H29.10.1 ~ H29.11.30 生	
	8月1日 (木)	H29.12.1 ~ H30.1.31 生	
	10月3日 (木)	H30.2.1 ~ H30.4.1 生	
	12月5日 (木)	H30.4.2 ~ H30.5.31 生	
2歳児歯科検診	2020年 2月6日 (木)	H30.6.1 ~ H30.7.31 生	歯科検診 染め出し ブラッシング指導 フッ素塗布 など
	4月25日 (木)	H28.10.1 ~ H28.1.20 生	
	7月25日 (木)	H29.1.21 ~ H29.4.30 生	
	10月24日 (木)	H29.5.1 ~ H29.7.15 生	
3歳6ヶ月児健康診査	2020年 1月23日 (木)	H29.7.16 ~ H29.9.30 生	集団遊び 問診 身体計測・検尿 内科・歯科検診 眼科・耳鼻科アウット
	5月9日 (木)	H27.9.1 ~ H27.10.31 生	
	7月4日 (木)	H27.11.1 ~ H27.12.31 生	
	9月5日 (木)	H28.1.1 ~ H28.2.29 生	
	11月7日 (木)	H28.3.1 ~ H28.4.30 生	
	2020年 1月9日 (木)	H28.5.1 ~ H28.6.30 生	
2020年 3月5日 (木)	H28.7.1 ~ H28.8.31 生		

こどもの相談

事業名	内 容
すくすく相談	「ことば数が増えない」「どもる時がある」「発音が気になる」など、言語聴覚士によることばの発達に関する相談
のびのび相談	「落ち着きがない」「やりとりがうまくできない」「発達がゆっくり」「集団生活になじめない」など、臨床心理士によるこどもの発達に関する相談

※相談希望の方は、
事前予約が
必要です
子育て健康課へ
ご連絡ください

育児相談	2019年										2020年		
	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	
	19日 (金)	17日 (金)	21日 (金)	19日 (金)	9日 (金)	20日 (金)	18日 (金)	15日 (金)	20日 (金)	17日 (金)	21日 (金)	27日 (金)	

< 内 容 > 身体計測・保健師、助産師、看護師、管理栄養士への育児相談（事前予約不要！）

< 受付時間 > 午前 9:30~11:00 午後 1:00~2:00 < 持ち物 > 母子健康手帳

面談・相談先	朝日町役場 子育て健康課 TEL / 059-377-5652 FAX / 059-377-2790 mail / kosodate@town.asahi.mie.jp 各種 健診・教室・相談などのお申し込み・問い合わせはこちら	
	あさひ園 子育て支援センター TEL / 059-377-5671 FAX / 059-377-5673 mail / youchien@town.asahi.mie.jp	

児童福祉に関する相談 北勢児童相談所 TEL：059-347-2030

家庭で育てるのが難しい子どもについて、万引き・暴力行為などをする または するおそれのある子どもについて、虐待に関してなどの相談・指導などを行っています

女性の悩み相談 北勢福祉事務所 TEL：059-352-0557

DV・家庭問題などの面接相談・電話相談を行っています

予防接種

※医療機関にて接種してください。

【定期予防接種】

種類	接種回数	対象者年齢	備考
ヒブ感染症 開始年齢で 接種回数が 異なります	初回免疫：3回 1歳になるまでに 初回免疫接種する 追加免疫：1回	2か月～5歳未満	初回：27～56日間隔をあげ接種。（医師が認めた場合は20～56日） 追加：1期初回終了後7か月以上あげ接種 ※開始年齢が7か月～12か月では、初回2回、追加1回接種。 1歳～5歳未満では、1回接種。
小児肺炎球菌 感染症 開始年齢で 接種回数が 異なります	初回免疫：3回 1歳になるまでに 初回免疫接種する 追加免疫：1回	2か月～5歳未満	初回：27～56日間隔をあげ接種 追加：1期初回終了後60日以上あげ、1歳以降に接種。 ※開始年齢が7か月～12か月では、初回2回、追加1回接種。 1歳～2歳未満では、60日以上あげ2回接種。2歳～5歳未満では1回接種。
B型肝炎	3回	生後1歳未満	生後2か月に至った時から、27日以上の間隔を置いて2回接種した後、 3回目の接種を1回目の接種から139日以上の間隔をあげ接種する。
4種混合 ジフテリア：D 百日咳：P 破傷風：T 不活化ポリオ：IPV	1期初回：3回 1期追加：1回 2種混合(DT)：1回	生後3か月～ 7歳6か月未満 11～13歳未満	初回：20～56日間隔をあげ接種 追加：1期初回（3回）終了後、6か月以上あげ接種 11歳の誕生日の前月にご案内します。
BCG(結核)	1回	生後1歳未満	生後5～8か月が標準接種の期間となります。
MR 麻疹 風しん	1期：1回	1～2歳未満	1歳になったら、早めに接種しましょう。
	2期：1回	年長時（5～7歳未満）	2019年度は、H25年4月2日～H26年4月1日生まれの方が対象です。
水ぼうそう	2回	1歳～3歳未満	3か月以上の間隔をあげ2回接種
日本脳炎	1期初回：2回 1期追加：1回	6か月～ 7歳6か月未満 ※標準接種は3歳～	初回：6～28日間隔をあげ接種 追加：1期初回（2回）終了後、概ね1年後に接種 ※日本脳炎の予防接種は積極的勧奨の差し控えにより、H11年4月2日～ H19年4月1日生まれの方は 20歳未満まで接種可能です。 ※H19年4月2日～H21年10月1日生まれて、1期接種が終了していない者は 2期の対象年齢時に1期末接種分を定期予防接種として接種することが可能です
	2期：1回	9～13歳未満	
ヒトパピローマ ウイルス感染症 (子宮頸がん予防)	2価：3回	小学6年生～ 高校1年生の 女子	初回接種後1か月、6か月の間隔をあげ接種
	4価：3回		初回接種後2か月、6か月の間隔をあげ接種

※現在、子宮頸がん予防ワクチンの接種を積極的にはお勧めしていません。接種にあたっては、有効性とリスクを理解したうえで受けてください。（接種希望の方は母子手帳持参し、子育て健康課窓口までお越しください。）

種類	対象者年齢	接種回数	備考
高齢者 肺炎球菌 感染症	2019年度中に 65.70.75.80.85.90. 95.100歳になる方	1回	※予防接種費用を一部助成します。（生活保護世帯の方は無料） ※対象者には、個別でお知らせします。 ※すでに、肺炎球菌ワクチンを接種された方は、対象外となります。
インフルエンザ	①65歳以上の方 ②60～64歳の方で心・ 腎・肺・免疫不全の 障がいがある方	1年毎に1回	※予防接種費用を一部助成します。（生活保護世帯の方は無料） ※毎年10月中旬～1月に医療機関で接種できます。委託医療機関に直接受診して予防 接種を受けてください。（10月初めに回覧でお知らせします。）

【任意予防接種 助成】 ※接種費用の内、助成額を差し引いた額が自己負担の額となります。

種類	対象者	助成回数	助成額	助成方法	
こども	おたふく	1歳～5歳未満	1回	3,000円	子育て健康課窓口にて補助券を発行します。 母子手帳をご持参ください。
高齢者	高齢者 肺炎球菌 感染症	65歳以上	1回	3,000円	子育て健康課窓口にて補助券を発行します。 ※高齢者肺炎球菌ワクチンの助成を受け、予防接種された方は、 定期予防接種の対象者となりませんので、ご了承ください。

※補助券なしで予防接種を受けた場合、助成されませんのでご注意ください。

※助成は生涯1度きりとなります。以前に助成を受けた方は対象外です。

急病時の医療機関案内

- ・休日・夜間応急診療所 桑名市応急診療所 TEL：0594-21-9916 四日市市応急診療所 TEL：059-353-1759
- ・救急医療情報電話案内 TEL：059-229-1199
休日・夜間応急診療所で受診できない時など、「今診てもらえる医療機関」を24時間体制でご案内します。
- ・みえ子ども医療ダイヤル TEL：#8000 または、059-232-9955
小児科医が無料で電話相談に応じます。（毎日 午後7時30分から翌朝8時まで）



- ・精神障がい者の生活支援・福祉サービス相談
相談支援センター「ソシオ」「HANA」の相談員が相談を受けます。
- ・障がい者の就職相談
四日市障がい者就業・生活支援センター「ブラウ」の相談員が相談を受けます。
- ・知的障がい者（児）の生活支援・福祉サービス相談
相談支援事業所「陽だまり」「ブルーム」の相談員が相談を受けます。
- ・身体障がい者（児）の生活支援・福祉サービス相談
四日市市障害者自立生活支援センター「かがやき」の相談員が相談を受けます。

相談は予約制です。
ご予約は保険福祉課まで。
TEL 059-377-5659

検(健)診

朝日町住民を対象とした検(健)診です。
お申し込み・お問い合わせは子育て健康課(377-5652)まで

集団検診：保健福祉センターにて実施			
検(健)診名	対象年齢	料金	実施日
成人健康診査	20～39歳	2,500円	6月27日、10月7日
胃がん検診(レントゲン)	40歳以上	1,200円	10月10・11日、11月21・22日 12月2・3日
大腸がん検診	40歳以上	400円	胃がん・乳がん・子宮がん検診の実施日
乳がん検診(超音波/マンモ)	30歳以上	超音波1,200円、マンモ1,300円	
子宮頸がん検診	20歳以上	1,200円	7月12日、9月26日、10月30日 12月13日、2020年1月16日
胸部検診	40歳以上	ワタゲ200円、喀痰500円	8月29・30日、11月25日
骨粗しょう症検診	40歳以上	700円	
前立腺がん検診	40歳以上	600円	
個別検診：各指定医療機関にて実施(医療機関名簿を申込者に送付します)			
検(健)診名	対象年齢	料金	実施日
胃がん検診(胃カメラ)	50歳以上 偶数年齢の方	4,400円	7月1日～2020年1月31日
子宮頸がん検診	20歳以上	1,800円	
乳がん検診(マンモ)	41～59歳の 奇数年齢の方	2,600円	
子宮頸がんHPV検査	32歳以上 3歳毎に	2,500円	

※対象年齢は、年度末(2020年3月31日現在)の年齢です。

※70歳以上の方・非課税世帯の方の料金は無料です。

※国保加入者を対象とした人間ドック(40～74歳)、国保加入者特定健康診査・国保加入者特定保健指導(40～74歳)、後期高齢者健康診査(75歳以上)については、広報・個人通知などでご案内します。

健康相談

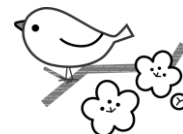
保健福祉センター(さわやか村) 1階 保健室にて
尿検査、血圧・体重・体脂肪測定、健康相談、栄養相談を無料で実施します!

2019年									2020年			受付時間
4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	14:00
8日	13日	10日	8日	19日	9日	21日	11日	9日	20日	10日	9日	5
(月)	(月)	(月)	(月)	(月)	(月)	(月)	(月)	(月)	(月)	(月)	(月)	15:00

健康料理教室

※お問い合わせは 保険福祉課(377-5659)まで
※定員になり次第、募集は締め切ります

事業名	実施日	時間・場所
高血圧予防料理教室	2019年 4月18日(木)	10:00～13:00 保健福祉センター 参加費：300円
糖尿病予防料理教室	2019年 6月14日(金)	
メタボ予防料理教室	2019年 8月20日(火)	



介護予防事業(運動機能向上教室及び口腔機能向上教室)

※お問い合わせは保険福祉課(377-5659)まで
※参加費は無料です!

対象者	平成29年度に実施した介護保険「健康や福祉についてのアンケート」から対象者を選定し、保険福祉課から教室案内を送付します。介護認定を受けている方も事業対象となります。 通知対象者の申込み状況で、定員に満たない教室があった場合、町内回覧などで追加募集を行います。(町内在住60歳以上で介護予防に関心がある方)	
事業名	からだサブリ教室	ハハハの歯つらつ教室
教室回数	全12回(半年間 月2回程度)	全3回(1～3回とも内容は異なります。)
内容	転倒予防を目的とした健康運動指導士による運動教室 ※2019年10月以降に実施予定	歯科衛生士による口腔ケア教室 *朝日町包括支援センターとの共催事業 *送迎あり(要申込)

認知症予防教室

※保健福祉センター ホール1にて無料の認知症予防教室を行います!
※お問い合わせは保険福祉課(377-5659)まで

対象者	町内在住の60歳以上の方 (申込不要)											
2019年									2020年			実施時間
4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	13:45
16日	21日	11日	16日	20日	19日	1日	5日	3日	23日	18日	17日	5
(火)	(火)	(火)	(火)	(火)	(木)	(火)	(火)	(火)	(木)	(火)	(火)	15:15