



2025年度
令和7年度



保健事業 ガイドブック



吉見町保健センター

年に一度 特定健診・健康診査を受診しましょう!

主な検査項目

- 問診
- 身体計測
(身長・体重・腹囲)
- 血圧・血液検査
(脂質・肝機能・血糖)
- 尿検査(尿糖・尿たんぱく) など

※必要に応じて詳細な検査が行われる場合があります。



健診結果の送付

健診結果とともに、全員に健康づくりのための「**情報提供**」が行われます。

また、生活習慣病のリスクに応じて**特定保健指導**が行われます。



特定保健指導を受けましょう(国民健康保険被保険者)

特定保健指導は生活習慣病のリスクに応じて、中程度の人は「**動機付け支援**」、高い人は「**積極的支援**」が行われます。特定保健指導の対象者は必ず受けて、生活習慣改善に取り組みましょう。

メタボリックシンドロームチェック

肥満に加えて、次の1~3のうち2つ以上にあてはまったら、メタボリックシンドロームです。

肥満 おへその高さの腹囲

男性 85cm以上
女性 90cm以上



1. 脂質異常

中性脂肪 150mg/dl以上 **または** HDLコレステロール 40mg/dl未満

2. 高血圧

収縮期血圧 130mmHg以上 **または** 拡張期血圧 85mmHg以上

3. 高血糖

空腹時血糖値 110 mg/dl以上

生活習慣病を予防し、重症化を防ぎます

脂質異常を防ぐ

悪玉コレステロールや中性脂肪などの脂質の割合が増加すると、動脈硬化や脂質異常症などを引き起こします。

特定保健指導例

食事の内容や食習慣だけでなく、生活習慣全般を見直して、脂質を正常値に戻します。



高血圧を防ぐ

血圧の高い状態が続くと心疾患や脳血管疾患、腎不全などの重大な病気につながる恐れがあります。

特定保健指導例

管理栄養士などによる指導で、より効果的な減塩対策に取り組むことができます。



糖尿病を防ぐ

糖尿病は重症化すると命にかかわる深刻な合併症を引き起こします。

特定保健指導例

糖質を抑える食生活や運動習慣など、多方面から血糖コントロールを実践します。





■ 糖尿病性腎症重症化予防について

糖尿病性腎症は糖尿病の合併症の1つで、高血糖状態が続くことにより腎臓の機能が低下し、最終的には人工透析が必要となる危険な病気です。町では国民健康保険被保険者を対象に、糖尿病性腎症の重症化を予防する取組を行っています。

生活習慣改善支援プログラム

かかりつけ医の指示の下、生活習慣の見直し等について支援するプログラムです。対象となる方に案内通知を送付しています。



受診勧奨

特定健診結果データや医療機関の受診状況から、糖尿病の治療が必要な方や治療を中断している方へ医療機関の受診を勧める通知や電話をしています。



健康の保持・増進を応援します！

国保マスコット
健康まもるくん



◎保養所の利用補助

指定された保養所をご利用される場合、年度内にひとり2泊まで補助をします。事前に利用券の交付を受けてください。

***補助額 大人：1泊 3,000 円、こども（小学生以下）：1泊 1,500 円**

◎人間ドック・脳ドック受診費の補助

（年度内に30歳となる方、及び30歳以上の方）

病気の予防や早期の発見のため人間ドック又は脳ドックを受診した場合、年度内にひとり1回まで補助をします。指定医療機関の場合は、事前に町民健康課保険年金係窓口で利用券の交付を受けてください。

指定医療機関以外の場合は、受診後に補助金の申請をしてください。

なお、特定健康診査等を受けた場合は補助を受けられません。（ただし、特定健康診査等の診査項目を含まない脳ドックを受けた場合は除く。）



●お問い合わせ先 **吉見町町民健康課保険年金係 ☎63-5011**

健（検）診日程表



集団健（検）診：保健センター事業

申込み状況等により、日程、受付時間、会場が変更になる場合があります。
集団健（検）診にお申込みされた方は、健（検）診前に、改めて通知いたします。

■ 特定健診・健康診査・各種がん検診等 会場：悠友館

月・日	曜日	受付時間	内 容
6月26日	木	午後1:30～	特定健診・健康診査・前立腺がん検診・ 肝炎ウイルス検診・肺がん・結核検診・ 大腸がん検診 歯科健診（6月26日、6月29日のみ） が受けられます。
6月27日	金		
6月29日	日		
6月30日	月		
7月 1日	火		

■ 胃がん検診 会場：(公財)埼玉県健康づくり事業団 健診センター

月・日	曜日	受付時間	内 容
7月14日	月	午前8:30～	バリウムによる レントゲン撮影です。
7月17日	木		
7月18日	金		
7月20日	日		



■ 乳がん検診/子宮頸がん検診 会場：(公財)埼玉県健康づくり事業団 健診センター

〔乳・子〕月・日	曜日	受付時間	内 容
6月11日	水	午後1:00～	〔乳がん〕 マンモグラフィ（乳房エックス線撮影 検査）と超音波検査による検診です。 〔子宮頸がん〕 内診と子宮頸部細胞診による検診です。 ※気になる症状がある方は子宮体がん検診の対象とな ることもありますので、個別検診をおすすめします。
6月15日	日		
6月16日	月		
7月18日	金		
7月19日	土		
7月22日	火		
9月18日	木		
9月19日	金		
9月21日	日		
〔乳〕 月・日	曜日		
6月 9日	月		
7月17日	木		
9月16日	火		

個 別 健（検）診

指定の医療機関で実施期間中に下記健（検）診等が受けられます。
日にち等、ご都合に合わせて受診する事ができます。

健（検）診等内容	実施期間	検診内容（女性）	実施期間
特定健診・健康診査	6月1日～ 12月25日	乳がん検診	6月1日～ 翌年3月31日
大腸がん検診		子宮がん検診	
胃がん検診			
肺がん・結核検診			
肝炎ウイルス検診			
前立腺がん検診			

●お問い合わせ先 吉見町保健センター ☎ 54-3120



特定健康診査・がん検診等の受診について

年に一度は身体の定期点検をしませんか？（町が実施する健(検)診は、年度中に1回受診できます）

特定健診

吉見町の国民健康保険に加入している40歳以上の方を対象に実施しています。
生活習慣病（高血圧や糖尿病など）やメタボリックシンドローム（内臓脂肪型症候群）の予防や改善に着目した健康診査です。健康診査の結果、メタボリックシンドロームやその予備軍と判定された方には、特定保健指導（無料）をご案内し、生活習慣の改善をサポートします。

健康診査

後期高齢者医療制度に加入している方や40歳以上の生活保護受給中の方を対象に、病気の早期発見及び早期治療を促進し、健康保持及び増進を図るため健康診査を実施しています。



がん検診等

加入している健康保険の種類に関係なく、町民の方を対象に実施しています。
日本人の2人に1人がかかるといわれる「がん」はかつて、不治の病と恐れられていましたが、医療・検査技術の向上により、早期発見・早期治療が可能となり、治る確率も高くなっています。がんは、症状が出る頃には進行してしまっている場合が多いため、定期検診で早期にがんを見つけることが重要です。

お申込みから受診まで



まずは、受診方法を決めましょう!!

集団健(検)診を受けたい場合

◆実施日に各会場へお集まりいただき、対象者のみなさまがまとめて受診する健(検)診です。

1. 申込み

『令和7年度集団健(検)診等申込書』に必要事項を記入し、保健センターへ提出。

電子申請や電話でもOK!



2. 受診準備

健(検)診日の2週間前までに自宅に届く問診票(受診票)を確認。
注意事項をよく読み、問診票(受診票)を記入する。

3. 健(検)診当日

問診票(受診票)、検診費用等、保健センターから説明があった必要な物を持参し、受付時間に会場までお越しください。

個別健(検)診を受けたい場合

◆対象者のみなさまが、個人で直接、医療機関に予約等を行い受診する健(検)診です。

1. 予約

【特定健診・健康診査】

5月中旬頃、対象者（町の国民健康保険に加入している40歳以上の方、または後期高齢者医療制度に加入している方）に『受診券』を発送しますので、

『受診券』が届きましたら

指定医療機関に直接電話で予約をしてください。

【がん検診等】

指定医療機関に直接電話で予約をしてください。

2. 健(検)診当日

受診券（特定健診・健康診査を受ける場合）や検診費用等、医療機関から説明があった必要な物を持参し、直接、医療機関にて受診してください。

高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施事業について

高齢者の健康を維持しフレイル（※1）を予防するため、疾患の予防や早期発見をする「保健事業」と、要介護の発生や悪化を防ぐ「介護予防事業」を一体的に取り組む事業になります。
（※1）フレイルとは…健康と要介護の間の虚弱な状態で、適切な対策を行えば元の健康な状態に戻る可能性があります。

●高齢者に対する個別的支援（ハイレスクアプローチ）

健康上のリスクが高い方へ保健師や管理栄養士が訪問等を行い、把握した健康状態に応じて健診や通いの場への参加、医療受診や介護サービス等の利用につなげます。

●生活習慣病やフレイル予防等に関する集団的支援（ポピュレーションアプローチ）

保健師や管理栄養士、歯科衛生士、健康運動指導士等が地域の公共施設や通いの場（※2）に出向き、生活習慣病やフレイル予防に関する運動教室や健康相談などを行います。

（※2）通いの場とは…地域の高齢者が主体となり、介護予防等を目的とした活動の場です。
体操や趣味を通して心の居場所、仲間の輪を拓く拠点となります。

●地域の公共施設一覧●

場 所	開催日	時 間	対象者	内 容
西部ふれあいセンター	7～8月 木曜日	10時 ～ 11時30分	40歳 以上の 町民	● リズム体操 ● フィットネスダンス ● ヨガ ● 筋トレ など 《申込みが必要です》
東野ふれあいセンター	9～10月 木曜日			
南公民館	11～12月 木曜日			
図書交流館	1～2月 木曜日			

※状況により日程や内容を変更する場合があります。

●お問い合わせ先 吉見町町民健康課保険年金係 ☎63-5011
介護予防施設「悠友館」 ☎53-0526

●通いの場一覧●

	名 称	開 催 日 時	活 動 場 所
1	日向山地区	毎週 水曜日 午前10:00～	日向山集会所
2	田甲地区	毎週 火曜日 午前10:00～	田甲文化センター
3	地頭方地区	月曜日（月2回）午前10:00～	地頭方集会所
4	たつみ平地区	第2・第4 火曜日 午後2:00～	たつみ平第一集会所
5	さくら台地区	毎週 土曜日 午前10:00～ 第2土曜日休み（おしゃべりサロン）	さくら台自治会集会所
6	久米田地区	毎週 金曜日 午前10:00～	久米田自治会集会所
7	柿ノ木台地区	毎週 木曜日 午前10:00～	柿ノ木台集会所
8	本沢地区	毎週 火曜日 午後1:30～	本沢集会所
9	ひばりヶ丘地区	毎週 月曜日 午前10:00～ 祝日休み	ひばりヶ丘自治会集会所
10	松ノ平地区	毎週 火曜日 午後2:00～ 祝日休み	松ノ平自治会集会所
11	新吉見地区	土曜日（月2回）午後2:00～	西部ふれあいセンター
12	前山地区	毎週 木曜日 午前10:00～	前山団地自治会集会所
13	悠友館	毎週 木曜日 午前9:30～	悠友館
14	高尾新田・蓮沼新田 久保田新田・古名新田地区	毎週 火曜日 午前10:00～	高蓮集会所
15	江和井地区	毎週 金曜日 午後1:30～	江和井集会所
16	一ツ木地区	第2・第4 月曜日 午前10:00～	一ツ木集会所
17	ひだまりサロン	毎月1回（火曜日又は土曜日） 午前10:00～又は午後1:30～	ひだまりサロン
18	湖畔サロン	毎月1回 第3木曜日 午前10:00～	湖畔団地自治会集会所
19	黒岩地区	第1・第3・第5金曜日 午前10:45～	黒岩集会所

※通いの場は住民の方が主体になり取り組んでいます。内容が変更になる場合もありますので、最新の情報をご確認の上、ご参加ください。

ひとりひとりの元気が活気ある町づくりにつながります!

新しい生活様式のもと、 一緒に楽しく健康づくりをしませんか?



町では、**町内在住の概ね65歳以上の方を対象**に
各種介護予防体操教室を開催しています。

※参加当日は、ご自宅での検温及び血圧測定をお願いします。

※ご参加方法等の詳細は町の広報紙等をご覧ください。悠友館までお問い合わせください。

悠友館の 午前中の体操教室

運動習慣のない方でも、無理なく始められる体操教室です。

90分程度の時間内で、ストレッチ体操、リズム体操のほか、ヨガ、筋力トレーニング、バランストレーニング等、立位中心の運動をバランスよく行います。ご自身の体調に合わせ、運動不足解消や運動習慣の維持にご活用ください。

■場 所：悠友館

■開催日：月曜日・火曜日（ヨガ）・
金曜日（リズム体操ほか）

■時 間：午前10時～11時30分

出前介護予防教室

お近くの公民館等で、介護予防に関する講話と軽運動を行う教室です。

講話では、元気に日常生活を過ごすために役立つ情報等をお伝えします。軽運動では、悠友館の午前中の体操教室より少し軽めの運動を行います。身近な会場だけでなく、どの会場にもご参加いただけます。

■場 所：東野・西部ふれあいセンター、
南・北公民館

■開催日：水曜日・金曜日

■時 間：午前10時～11時30分

悠友館の 筋力トレーニングマシン

足腰を鍛えられる筋力トレーニングマシンがご利用できます。

姿勢の維持や転ばない身体づくりのため、筋力トレーニングをしませんか。

※初回ご利用時には、講習を受けていただきます。

■場 所：悠友館

■利用可能日：平日、土曜日
（年末年始及び火・水・
金曜日の午後1時から午後4時の時間帯等を除く）

■そ の 他：予約制

アシタバ教室（パドル体操教室）・ ゆうゆう保健室（健康相談）

荒川荘で、パドル体操や健康相談を実施しています。

パドル体操は、「しゃもじ」の形をした補助具を使用する、椅子に座ってできる体操です。運動習慣のない方でも無理なく始められます。

合わせて、保健師による血圧測定や健康相談を実施しています。

お気軽にご参加ください。

■場 所：荒川荘

■開催日：火曜日（月2回）

■時 間：（保健室）午前10時～11時30分
（パドル）午前11時～正午

●お問い合わせ先 **吉見町地域包括支援センター** ☎53-0370
介護予防施設「悠友館」 ☎53-0526

予 防 接 種



予防接種を受ける前に…

保護者の方に、受ける予防接種について正しい知識を持って受けていただくために、冊子『予防接種と子どもの健康』・『予防接種予診票つづり』を配布しています。冊子には、ワクチンの副反応、予防接種前後の注意などが記載されていますから事前によく読んでご理解のうえ、責任を持って予診票に記入し、お出かけください。

◎接種時期は、他の予防接種との間隔に注意し、計画を立てて早い時期に受けるよう努めてください。
また、受け方について不明な点は、かかりつけの医療機関、又は保健センターへご相談ください。

予 防 接 種 前 後 の 注 意

★予防接種前の注意

1. 予防接種は、お子さんの健康状態の良い時に受けてください。
2. 接種前日は入浴し、接種当日は清潔な肌着を着用してください。
3. 当日受ける予防接種について、冊子『予防接種と子どもの健康』をよく読んで理解してください。
4. 接種を受けるお子さんの日頃の状態をよく知っている保護者の方が連れて行きましょう。

★予防接種を受けることができない人

1. 体温が37度5分以上の明らかに発熱のある人
2. 重篤な急性疾患にかかっていることが明らかな人
3. 予防接種の接種液の成分によってアレルギーのある人
4. その他、医師が不適当な状態と判断した人

※麻しん、風しん、水ぼうそう、おたふくかぜ等の病気にかかった場合、治癒後27日以上経過しないと予防接種は受けられません。

★主治医に相談しなくてはならない人

1. 心臓病、腎臓病、肝臓病、血液の病気などで治療を受けている人
2. 医師や保健師の指導を継続している人
3. けいれん発作（1年以内）を起こした人
◎相談し予防接種を受けられる場合は、主治医の3か月以内の証明書をもらってくるか、許可された医師名を予診票に明記してください。

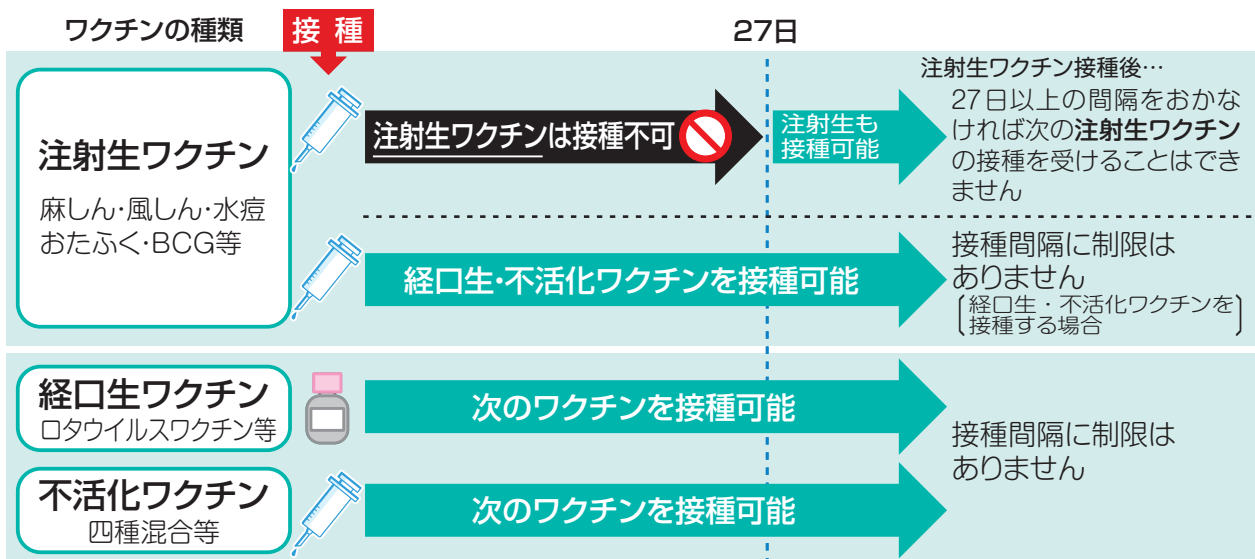
★予防接種後の注意

1. 当日の入浴は差し支えありませんが、注射した部分をこすらないようにしましょう。
2. 激しい運動は避けましょう。
3. 高熱、けいれん等の異常があった場合は、医師の診察を受けてください。



予 防 接 種 の 間 隔

予防接種を受ける場合には、それぞれ定められた間隔をあけなければなりません。



※医師が必要と認めた場合、同時接種を行うことができます。

※同じ種類のワクチンの接種を複数回受ける場合、ワクチンごとに決められた間隔を守る必要があります。



主な予防接種

下記の予防接種は、体調の良い時に医療機関で接種してください。なお、受ける際には、必ず医療機関に予約をし、予診票とお子さんの予防接種では、母子健康手帳も合わせて持参してください。

● 定期予防接種

種 類	主 な 対 象 者	接種期間
B型肝炎	1 歳に至るまで	通 年
BCG	1 歳に至るまで	
四種混合（ポリオ・ジフテリア・百日咳・破傷風）	生後2 か月～7 歳6 か月に至るまで	
五種混合（ヒブ・ポリオ・ジフテリア・百日咳・破傷風）		
麻しん風しん混合	1 期：1 歳～2 歳に至るまで 2 期：5 歳～7 歳未満児（就学前 年長児相当） 5 期：昭和37 年4 月2 日～昭和54 年4 月1 日 生まれの男性（抗体価が低い場合に限る）	
水痘（水ぼうそう）	1 歳～3 歳に至るまで	
二種混合（ジフテリア・破傷風）	2 期：11 歳～13 歳未満（小学6 年生）	
日本脳炎※ ₁	1 期：3 歳～7 歳6 か月に至るまで 2 期：9 歳～13 歳未満(小学4 年生相当)	
ヒブ（インフルエンザ菌b 型）	生後2 か月～5 歳に至るまで	
小児用肺炎球菌		
ロタウイルス感染症	ワクチンの種類により接種回数が異なります。 □タリックス（1 価） 生後6 週～生後24 週までに、27 日以上の間隔で2 回 □タテック（5 価） 生後6 週～生後32 週までに、27 日以上の間隔で3 回 ※初回の標準的接種期間 生後2 か月～生後14 週6 日まで	
子宮頸がん予防ワクチン※ ₂	小学6 年生～高校1 年生相当の女子(中学1 年生)	
高齢者肺炎球菌	①65 歳の方②60 歳以上65 歳未満で、身体障害者手帳一級程度の障がい有する方 (過去に一度も接種したことのない方に限る)	
带状疱疹ワクチン	①65 歳の方②60 歳以上65 歳未満でヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能の障害を有する方③70、75、80、85、90、95、100 歳 (令和7 年のみ100 歳以上) の方 (原則、過去に一度も接種したことのない方に限る)	
高齢者インフルエンザ	①65 歳以上の方②60 歳以上65 歳未満で、身体障害者手帳一級程度の障がい有する方	10 月～1 月 (詳細は広報等でお知らせいたします。)
新型コロナウイルス		

※1 日本脳炎特例対象者
平成7年4月2日～平成19年4月1日生まれの方で20歳未満にある者は、接種回数（全4回）の不足分を定期接種として実施可能

◎対象年齢の数え方：「○か月（歳）に至るまで」及び「○か月（歳）未満」とは、○か月（歳）になる前日までとなります。

※2 キャッチアップ接種対象者
積極的勧奨の差控えにより接種機会を逃した方へキャッチアップ接種が行われます。対象の人はワクチンの有効性とリスクを十分にご理解いただき、接種をお受けください。
対象者：平成9年4月2日生まれ～平成21年4月1日生まれの方で、令和4年4月1日～令和7年3月31日までにHPVワクチンを1回以上接種した方で未完了な方
期 間：令和7年4月1日～令和8年3月31日

● 任意予防接種（接種日において吉見町に住民登録のある方）

種 類	助 成 金 額	対 象 者	回 数
風しん	風しん単抗原ワクチン 3,000円 麻しん風しん混合ワクチン 5,000円 ※助成金額については、今後広報等でお知らせいたします。	風しん抗体検査の結果「抗体価が低い」と判明し、平成30年4月1日以降に風しん予防接種を受けた方で (1)妊娠を希望する16～49歳までの女性及びその配偶者 (2)抗体価が低いと判明した妊婦の配偶者または同居の親族のいずれかに該当する方	対象者 1人につき 1度限り
带状疱疹	乾燥弱毒性水痘ワクチン（生ワクチン） 乾燥組換え带状疱疹ワクチン（不活化ワクチン） ※助成金額については、今後広報等でお知らせいたします。	50歳以上の方で定期接種の対象に該当しない方	生：1回 不：2回

※この風しんの予防接種は「任意接種」です。接種を希望する方は、予防接種の効果や副反応について理解するようにし、接種が必要かどうか医師から説明を受けましょう。
※妊娠中は、風しんの予防接種を受けることはできません。また、女性が接種した場合、接種後2か月間は妊娠を避けてください。
※任意接種で带状疱疹ワクチンを接種した方は、今後定期接種の対象時期であっても定期接種対象外となります。

● お問い合わせ先 **吉見町保健センター** **☎54-3120**



予 防 接 種

母子保健事業日程表

《教室・相談 等》

● 両親学級 受付時間：午前9時30分

月・日(曜)	対象者	内 容
6月 5日(木) 7日(土)	妊娠中のお母さんとお父さん (お子さん・ご家族の参加也大歓迎です) ※1週間前までにお申込みください。	1日目 午前9時30分～12時 マタニティー体操 ※体操できる服装でお越しください。 アロママッサージ 妊娠中の過ごし方と出産の準備 母子健康手帳を忘れずにお持ちください。 
10月16日(木) 18日(土)		
2月12日(木) 14日(土)		2日目 午前9時30分～12時30分 妊娠中の栄養について 妊婦体験、沐浴実習、調乳体験、抱っこ・着替え体験 パパ'sキッチン (簡単な調理実習と試食)

● 乳幼児相談 受付時間：午前9時30分～

月・日(曜)	対象者	内 容
5月21日(水) 7月23日(水) 9月24日(水)	11月19日(水) 1月21日(水) 3月18日(水)	吉見町にお住まいの 就学前のお子さん 身長・体重測定 栄養相談 個別相談 ●予約制となりますので希望される方は 事前に保健センターへご連絡ください。

● 理学療法・ことばの相談 (予約制) 受付時間：午後1時～

月・日(曜)	※理学療法相談は奇数月のみ	対象者	内 容
4月21日(月) 4月24日(木) 5月19日(月) 6月12日(木) 6月23日(月) 7月28日(月)	8月 7日(木) 8月18日(月) 9月29日(月) 10月 9日(木) 10月20日(月) 11月17日(月)	12月15日(月) 12月18日(木) 1月19日(月) 2月13日(金) 2月16日(月) 3月16日(月)	運動やことばの発達 について心配のある お子さんと保護者 お子さんの運動やことば の発達についての相談を お受けします。 希望される方は保健セン ターにご相談ください。 予約が必要です。

● おひさま教室 時間：午前10時～正午

月・日(曜)	対象者	内 容
4月11日(金) 5月 9日(金) 6月 6日(金) 7月 4日(金) 8月 1日(金) 9月 5日(金)	10月 3日(金) 11月 7日(金) 12月 5日(金) 1月 9日(金) 2月 6日(金) 3月 6日(金)	こころやからだの 発育や発達に心 配のあるお子さ んと保護者 遊びを通して心身の発達を促すための 教室です。保護者の不安や悩みにも寄 り添います。 (自由遊び・設定遊び・育児相談・情報交換等) ※会場は内容により異なります。

● パパママ歯科健診^{プラス} —大人の歯科健診—

○ 完全予約制
(9時30分～3名、10時00分～4名、10時30分～3名)

月・日(曜)	対象者	内 容
5月22日(木) 9月18日(木) 1月22日(木)	妊娠中～74歳までの方 (お子さん連れの参加也大歓迎です) ※1週間前までにお申込みください。	歯科健診 歯周病予防のアドバイス 妊娠中の歯のケア(妊婦のみ) 等

《健 診》

● 1か月児健診

赤ちゃんの退院後、約1か月頃に医療機関で実施される1か月児健診の費用助成をおこないます。

各健診には母子健康手帳を
忘れずにお持ちください。



● 4か月児健診

受付時間：午後1時～1時50分

(対象者の人数により変動することがあります。
詳細は個別通知をご参照ください。)

月・日(曜)	対象者	内 容
4月 8日(火)	令和6年 11月生・12月生	身長・体重測定 診察 離乳食講習 個別相談 等 
6月 3日(火)	令和7年 1月生・2月生	
8月 5日(火)	// 3月生・4月生	
10月 7日(火)	// 5月生・6月生	
12月 2日(火)	// 7月生・8月生	
2月10日(火)	// 9月生・10月生	

● 10か月児健診

受付時間：午後1時～1時50分

(対象者の人数により変動することがあります。
詳細は個別通知をご参照ください。)

月・日(曜)	対象者	内 容
4月15日(火)	令和6年 5月生・6月生	身長・体重測定 診察 むし歯予防のお話 個別相談 等 
6月10日(火)	// 7月生・8月生	
8月12日(火)	// 9月生・10月生	
10月14日(火)	// 11月生・12月生	
12月 9日(火)	令和7年 1月生・2月生	
2月17日(火)	// 3月生・4月生	

● 1歳6か月児健診

受付時間：午後1時～1時50分

(対象者の人数により変動することがあります。
詳細は個別通知をご参照ください。)

月・日(曜)	対象者	月・日(曜)	対象者	内 容
4月22日(火)	令和5年 9月、10月生	10月21日(火)	令和6年 3月、4月生	身長・体重測定 診察 歯科診察 フッ素塗布・歯科相談 栄養相談 個別相談 等
6月17日(火)	// 11月、12月生	12月16日(火)	// 5月、6月生	
8月19日(火)	令和6年 1月、2月生	2月24日(火)	// 7月、8月生	

● 2歳児歯科健診

受付時間：午後1時～1時50分

(対象者の人数により変動することがあります。
詳細は個別通知をご参照ください。)

月・日(曜)	対象者	月・日(曜)	対象者	内 容
5月16日(金)	令和4年 9月、10月生	11月14日(金)	令和5年 3月、4月生	身長・体重測定 歯科診察 フッ素塗布・歯科相談 栄養相談 個別相談 等
7月11日(金)	// 11月、12月生	1月16日(金)	// 5月、6月生	
9月12日(金)	令和5年 1月、2月生	3月13日(金)	// 7月、8月生	

● 3歳児健診

受付時間：午後1時～1時50分

(対象者の人数により変動することがあります。
詳細は個別通知をご参照ください。)

月・日(曜)	対象者	月・日(曜)	対象者	内 容
5月13日(火)	令和3年 9月、10月生	11月11日(火)	令和4年 3月、4月生	身長・体重測定 診察 眼科屈折検査・歯科診察 フッ素塗布・歯科相談 栄養相談 個別相談 等
7月 8日(火)	// 11月、12月生	1月13日(火)	// 5月、6月生	
9月 9日(火)	令和4年 1月、2月生	3月10日(火)	// 7月、8月生	

● 5歳児健診

受付時間：午後1時～1時50分

(対象者の人数により変動することがあります。
詳細は個別通知をご参照ください。)

月・日(曜)	対象者	内 容
対象者には個別通知を郵送します。 日時等の詳細は個別通知または 広報・HPでご確認ください。	4歳6か月～5歳6か月のお子さん (標準的には5歳0か月)	身長・体重測定 診察 集団遊び 個別相談・専門相談 等

●お問い合わせ先 吉見町保健センター ☎ 54-3120



《産後ケア事業》

産後のお母さんたちがご自宅で安心して子育てが出来るよう、助産師が産後の体調管理や育児サポートのお手伝いをしています。（産後の健康管理及び生活面の相談、乳房ケアへの助言、乳房マッサージ、授乳や沐浴の方法、赤ちゃんの発育・発達の確認や相談 等）

〈利用できる方〉

- 吉見町に住民票がある産後1年以内の赤ちゃん和妈妈
- 産後に、心身の不調や育児等で不安や悩みがある方や利用希望がある方
- 医療行為を受けていたり、感染症罹患中でない方

お困りごとに応じてご希望に沿った支援内容を助産師が提供します。

アウトリーチ型（訪問型）

助産師が自宅へ訪問し約2時間のケアをおこないます。ご自宅にある物品を用いて授乳相談や育児への助言を受けることが出来ます。

詳細は吉見町産後ケア事業パンフレットをご参照のうえ、保健センターもしくは地区担当保健師へご相談ください。

しょうがい

《生涯にわたって大切にしたい食育》

私たちは毎日食事をして生活しています。

そして、その食事は、生涯にわたって大切な心とからだを育み、次の世代を育んでいきます。

食育とは？

様々な経験を通して、「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実践できる人間を育てることをいいます。

吉見町では、3つの基本方針を掲げ、食を通じた健康づくりに取り組んでまいります。

- 基本方針1 健全なからだを育む
- 基本方針2 豊かな心を培う
- 基本方針3 正しい知識を養う

それぞれのライフステージで大切にしたい食育の取組

