

令和6年度

小海町保健事業計画表

母子保健

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	令和7年1月	2月	3月
ママ・パパ学級		①16日(木)	②7日(金)	③12日(金)				①15日(金)	②6日(金)	③21日(火)		
乳児健診(3・4ヶ月) (7・8ヶ月) (9・10ヶ月)		13日(月) R5.12～R6. 1生 R5. 8～R5. 9生 R5. 6～R5. 7生		5日(金) R6. 2～R6. 3生 R5.10～R5.11生 R5. 8～R5. 9生		6日(金) R6. 4～R6. 5生 R5.12～R6. 1生 R5.10～R5.11生		1日(金) R6. 6～R6. 7生 R6. 2～R6. 3生 R5.12～R6. 1生		14日(火) R6. 8～R6. 9生 R6. 4～R6. 5生 R6. 2～R6. 3生		4日(火) R6.10～R6.11生 R6. 6～R6. 7生 R6. 4～R6. 5生
健康診断 1才6ヶ月児 3才児	30日(火) R4. 7～R4. 9生 R3. 1～R3. 3生			23日(火) R4.10～R4.12生 R3. 4～R3. 6生				5日(火) R5. 1～R5. 3生 R3. 7～R3. 9生		28日(火) R5. 4～R5. 6生 R3.10～R3.12生		
育児学級		31日(金) R5.11～R6. 1生			23日(金) R6. 2～R6. 4生			21日(木) R6. 5～R6. 7生			21日(金) R6. 8～R6.10生	
2才児学級	18日(木) R4. 1～R4. 4生				29日(木) R4. 5～R4. 8生				19日(木) R4. 9～R4.12生			
すくのび学級			3日(月) R5. 7～R5.12生						9日(月) R6. 1～R6. 6生			

乳幼児・中学生

定期接種

任意接種

五種混合(ジフテリア、百日咳、破傷風、ポリオ、インフルエンザ菌b型)

二種混合(ジフテリア、破傷風)

水痘

BCG(結核)

MR(麻しん・風しん)

日本脳炎

HPV(ヒトパピローマウイルス)

ロタウイルス

小児肺炎球菌

インフルエンザ

成人

風しん

高齢者

インフルエンザ

高齢者肺炎球菌

定期接種スケジュールについて

定期接種の対象者

定期接種の対象者

教えて!ドクター

無料アプリを活用しよう!

佐久医師会が作成した、子育て支援の情報が充実した保護者向けのアプリです。

予防接種のスケジュールにも対応しています。

ダウンロードは下記よりお願いします。

GET IT ON Google Play

Download on the App Store

家庭訪問

連絡いただければ必要に応じて保健師、栄養士が訪問します。

各種 検(健)診・相談・教室

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
集団がん検診	子宮頸がん 22日・23日・24日 25日・26日 午後	乳房超音波 23日・24日 27日・28日	マンモグラフィ 20日・21日								胃バリウム 27日 午前	
総合セット健診							1日・2日・3日 4日・7日・8日		結果報告会			

保健室健康相談

(毎週水曜日 午前9:00～11:30)

・母子手帳交付、子育ての相談

・生活習慣病他、障がい福祉について

・からだ、こころに関すること

献血

7月26日(金)

12月16日(月)

個別がん検診等	対象年齢 (4/1時点)	
子宮検診	20歳・25歳 55歳・60歳	個人通知による
マンモグラフィ検診	40歳	個人通知による
歯周病検診	20歳・25歳・30歳 35歳・40歳・45歳 50歳・55歳・60歳 65歳・70歳	個人通知による

今すぐここで、深呼吸 スーハー

笑いはこころのエネルギー! 笑って免疫力UP!

眠りはこころとからだの修復時間

おいしく食べて、幸せ補給

頑張っている自分に もっと優しく

高齢者の総合相談窓口

小海町地域包括支援センター

※困ったと思ったらまずはご相談ください。

総合相談

介護予防

権利擁護

介護保険の申請受付、認定調査

高齢者のみなさんに関する様々な相談を受け付けます。介護、保健、福祉、生活、医療などなんでもご相談ください。なお訪問や事業等で職員が不在になることがありますので、予めお電話ください。

高齢者のみなさんが、介護が必要な状態になることを予防し、いつまでも自分らしく生き生きと生活できることを目的として、必要なサービスの調整や介護予防教室を実施します。

悪質な訪問販売等による消費者被害の防止、成年後見制度の活用、高齢者虐待への対応などにより、高齢者のみなさんの権利や安全を守るお手伝いをします。

要介護、要支援認定の申請を受け付け、認定調査を行います。要介護、要支援認定された方に保険証の交付をします。

介護予防教室・認知症支援

・はつらつ健康体操教室

・コツコツ貯筋教室

・パワーアップ教室

・二輪草の会

・認知症カフェ

・認知症本人ミーティング 等...

興味のある方はお気軽にご相談ください。

小海町役場

町民課保健係

92-2525

地域包括支援センター

91-2200