

健康・医療

母子保健 保健センター ☎64-7706

事業名	内容
母親学級	妊婦を対象に沐浴実習、歯と栄養のお話、お産の経過と呼吸法、ママヘルプサービス・ファミリーサポートセンターの紹介、子育て支援センターの見学
パパママ教室	両親学級、妊婦体験、沐浴実習等
4か月児健診	身体計測、小児科医の診察、離乳食のお話、育児相談、ブックスタート、お口のお話
はじめての離乳食講習会	離乳食のはじめ方、食べさせ方等
10か月児健診	身体計測、小児科医の診察、離乳食のお話、歯科相談、育児相談
歯っぴいスマイル相談	1歳3か月児を対象に身体計測、歯科相談、栄養相談、卒乳相談、育児相談
1歳6か月児健診	身体計測、診察、歯科診察、歯科相談(フッ素塗布)、栄養相談、育児相談、ブックスタート、心理相談
2歳児歯科健診	身体計測、歯科診察、歯科相談(フッ素塗布)、栄養相談、心理相談
3歳児健診	身体計測、検尿、視力・聴力検査、診察、歯科診察、歯科相談(フッ素塗布)、育児相談、心理相談、栄養相談、眼科検査
すくすく教室	健診等で必要と認められる幼児とその保護者を対象に集団親子遊びを実施
のびやか発達相談	言葉の遅れ・落ち着きがないなどの子どもの発達に関する心理相談員による相談
子育て・離乳食相談	身体計測・育児相談、妊産婦相談、食事や離乳食に関する相談
こんにちは赤ちゃん訪問	生後4か月までの赤ちゃんのいる全家庭を保健師や助産師が訪問し、育児や産後の相談を実施

成人保健 保健センター ☎64-7706

事業名	内容
特定健診 健康づくり健診	40～74歳の玉村町国民健康保険加入者、国保以外の被扶養者、メタボリックシンドロームなど生活習慣病を早期に発見・改善するための検査。肝炎ウイルス検査、前立腺がん検査も実施
特定保健指導	特定健診の結果、該当者に生活習慣の改善を図るよう支援する
後期高齢者健診	75歳以上の後期高齢者医療保険加入者、伊勢崎佐波医療機関にて実施
腹部エコー検査	肝臓、胆のう、婦人科、泌尿器科領域などのエコー検査、対象は40歳以上
胃がん検診	胃がんの早期発見のためのバリウム検査または胃カメラ検査、対象は40歳以上
子宮頸がん検診	子宮がんの早期発見のための内診及び細胞診、対象は20歳以上
乳がん検診	乳がんの早期発見のための専門医による視触診とマンモグラフィ撮影、対象は40歳以上、隔年実施
大腸がん検診	大腸がんの早期発見のための便による潜血検査、対象は40歳以上
結核・肺がん検診	結核検診と併行、結核・肺がんの早期発見のための胸部レントゲン撮影と喀痰検査、対象は40歳以上
骨密度検診	骨粗しょう症の早期発見と予防のためのレントゲンによる測定、対象は40・50・60・70歳の節目の年齢の女性

健康・医療

広告




たま歯科クリニック



TAMA DENTAL CLINIC

OFFICE HOUR

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
9:30-12:30	●	●	●	-	●	●	-
14:30-19:00	●	●	●	-	●	●	-

休診日：木・日・祝日

FOR YOUR TRUE SMILE
あなたの本来の笑顔のために





TAMA_DENTAL_CLINIC

玉村町下新田 58-1 TEL:0270-65-6555

事業名	内容
歯周病検診	歯周病及び口腔粘膜疾患を早期に発見するための口腔内診査、対象は40・50・60・70歳の節目の年齢の人
レディース・ヤング健診	19～39歳の若年者を対象に生活習慣病予防のための健診
健康の日イベント事業	毎月第一日曜日を「健康の日」に制定し、町民一人ひとりの健康づくりを応援するため、健康講演会やウォーキング大会を開催
健康まつり	年1回、町の産業祭と併せて開催、血圧・体脂肪率測定、健康チェック、歯科相談、食生活改善推進員による試食コーナー
健康増進・食育推進事業	玉村町健康増進・食育推進計画「はつらつ玉村21(第2次)」に沿って、町全体で健康増進・食育推進事業を展開
保健推進員協議会	地域と保健センターのパイプ役として町の健康づくりを支援、町長より委嘱され、健診会場でのお手伝いや受診勧奨等を実施
食生活改善推進協議会	健康大学(食生活改善推進員養成講座)修了者によるボランティア活動、一般住民を対象にした親子料理教室、お正月料理、シルバーヘルシー講座等を開催し、住民の食生活の改善を支援
こころの健康相談(精神保健相談)	夜眠れない、やる気がない、落ち着かないなど精神的に悩んでいる方、また認知症を抱えるご家族に対して精神科の専門医が相談に応じる

予防接種 保健センター ☎64-7706

種類	種目	対象年齢	回数・間隔
生	ロタウイルス	・ロタリックス(1価) 出生6週0日から24週0日まで ・ロタテック(5価) 出生6週0日から32週0日まで	・ロタリックス(1価) 27日以上の間隔をおいて2回 ・ロタテック(5価) 27日以上の間隔をおいて3回 ※初回接種は14週6日までに
不活化	B型肝炎(HBV)	1歳未満 (標準的な接種は生後2か月から9か月未満)	3回:1回目から27日(4週)以上の間隔をおいて2回目を接種した後、1回目の接種から139日(20週)以上の間隔をおいて3回目を接種。
不活化	ヒブ(インフルエンザ菌b型)	生後2か月から5歳未満(満5歳の誕生日の前日まで)	1～4回(接種開始年齢によって異なります)
不活化	小児用肺炎球菌		
不活化	四種混合 ●百日ぜき ●ジフテリア ●破傷風 ●ポリオ	生後2か月から7歳半未満	初回3回(20日以上の間隔) 追加1回(初回終了後6月以上)
生	BCG	1歳未満(標準的な接種期間は生後5か月から8か月未満)	1回
生	水痘	1歳から3歳未満	2回(3月以上の間隔)
生	麻しん風しん混合(MR)	1歳から2歳未満	1期1回
		5歳から7歳未満で就学前1年間(就学前年度4/1～3/31)	2期1回

健康の豆知識

出典:厚生労働省e-ヘルスネット(<https://www.e-healthnet.mhlw.go.jp/>)より加工・編集して作成

メッツ / METs

メッツとは運動や身体活動の強度の単位です。安静時(横になったり座って楽にしている状態)を1とした時と比較して何倍のエネルギーを消費するかで活動の強度を示します。



歩く・掃除機をかける
3メッツ



遠歩・自転車に乗る
4メッツ

サルコペニア

筋肉の量が減少していく老化現象のことです。25～30歳頃から進行が始まり生涯を通して進行し、老人の活動能力の低下の大きな原因となっています。歳を重ねる毎に意識的に運動強度が大きい運動を行うことが大切です。



加齢による筋肉量の減少
サルコペニア

アルコールと結核

結核は過去の病気ではありません。現在でも年間2万5千人が罹患します。多量飲酒者では合併する栄養低下も加わり、免疫力が低下し結核にかかりやすくなります。かつてジョージア州で行われた調査では新たに発症した結核患者の実に49%がアルコール依存症者であったという報告があります。



過剰なアルコール摂取は
かぜや結核にかかりやすくなる

種類	種目	対象年齢	回数・間隔
不活化	日本脳炎	3歳から7歳未満	初回2回(6日以上の間隔) 追加1回(初回終了後6月以上)
		9歳から13歳未満 (標準として小学校4年生)	2期1回
不活化	日本脳炎	特例措置:平成19年4月1日以前に生まれた人で20歳未満の人(20歳の誕生日の前日まで)	1期2回、追加1回の未接種分 2期1回(1期を終えた9歳以上の人)
不活化	二種混合 ●ジフテリア ●破傷風	11歳から13歳未満 (標準として小学校6年生)	2期1回
不活化	子宮頸がん予防	●小学校6年生から高校1年生相当の年齢の女子 ●平成9年4月2日～平成20年4月1日生の女子	2～3回(ワクチンの種類等によって異なります)

高齢者

対象者には個人通知が出ます。

種類	種目	対象年齢	接種期間
不活化	インフルエンザ	接種当日65歳以上の人	10月～12月下旬
不活化	高齢者肺炎球菌	満65歳の人 ※過去に23価肺炎球菌ワクチンを接種したことがある人は対象外	対象年度1年間

どちらのワクチンも、「60歳以上65歳未満の人であって、心臓・腎臓もしくは呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障害を有する人」も対象となりますので、希望者は申し出てください。

任意予防接種

ご希望により受ける予防接種に対し、接種料の一部を助成します。詳しくは保健センターにお問い合わせ下さい。

種目	対象年齢	条件・金額
おたふくかぜ	満1歳～小学校就学前3月31日までの子ども	1人1回 3,000円
大人の風しん	平成2年4月1日以前に生まれた、妊娠を予定・希望している女性やパートナー	風しんワクチン 3,000円 麻しん風しん混合ワクチン 5,000円
带状疱疹	満65歳以上の人	生ワクチン 1人1回 4,000円 不活化ワクチン 1人2回×10,000円

休日・夜間、病気になったときは 【休日・夜間診療】

伊勢崎佐波医師会病院

伊勢崎市下植木町481 ☎24-0111

- 診療時間 【夜間(月～土曜日)】18:00～翌日8:30
【休日(日曜日・祝日)】8:30～翌日8:30

休日、歯が痛くなったときは 【休日歯科診療】

伊勢崎佐波歯科医師会休日歯科診療所

伊勢崎市上泉町151(伊勢崎市社会福祉会館3階) ☎23-2772

- 診療時間 10:00～12:00、13:00～15:00
(受付は14:30で終了)

夜間、子どもが急に具合が悪くなったときは 【小児夜間休日診療】

病院名・住所・電話番号	当番日	診療時間
伊勢崎佐波医師会病院 伊勢崎市下植木町481 (☎24-0111)	月～土曜日	19:30～22:30
	日曜日・祝日	9:00～17:00
伊勢崎市民病院 伊勢崎市連取本町12-1 (☎25-5022)	日曜日・祝日	17:00～翌8:30

感染症・難病・特定疾患他 【県事業】

- 相談窓口 伊勢崎保健福祉事務所
伊勢崎市下植木町499 ☎25-5066
- エイズ相談・検査…相談・血液検査、無料・匿名、予約制
- 不妊に悩む方への特定治療支援事業…不妊治療のうち体外受精又は顕微授精(特定不妊治療という)を行う方に費用の一部を助成、1回の治療当たり上限15万円(治療内容により7万5千円)まで男性不妊治療費も助成。
- 特定医療費(指定難病)医療給付制度…国が指定した疾患の医療費助成
- 小児慢性特定疾病医療給付制度…国が指定した疾患の医療費助成
- その他の相談…精神保健相談(予約制)、難病相談、栄養相談、検便、食品の相談等