

保存版

# 令和5年度 奥出雲町保健カレンダー

会場略称  
 ・公：公民館  
 ・コミ：コミュニティセンター  
 ・カルプラ：カルチャープラザ仁多

| 対象                | 4月  | 5月  | 6月                                      | 7月  | 8月  | 9月   | 10月  | 11月  | 12月  | 1月        | 2月  | 3月 |
|-------------------|---|---|---|---|---|--|--|--|--|-----------|-----|----|
| 胸部CT検査            | 奥出雲病院   | 25日   | 9日、23日                                  | 6日  | 4日、18日<br>(住民健康診断とセット)  | 8日、22日                                     | 12日、26日  | 10日、24日                                    | 14日、28日  | 19日       | 16日 |    |
|                   | 検診車   |   |   | 16日、18日、19日<br>(住民健康診断とセット)                           |   |  |  |  |  |           |     |    |
| 結核・肺がん<br>(レントゲン) |   |   |   | 24日 横田、八川、馬木<br>25日 鳥上、横田                             | 17日 三成  |  | 17日 布勢、三沢<br>27日 阿井、亀嵩   |  |  |           |     |    |
| 大腸がん検診<br>(便潜血検査) | ★印…健康センターでも検体回収を受け付けています<br>(8:30~16:00)  |   |   | 16日、18日、19日<br>(住民健康診断とセット)<br>★27日 八川コミ、大谷           | 4日、18日<br>(住民健康診断とセット)<br>★11日 鳥上コミ<br>★25日 馬木コミ                          |  | ★5日 横コミ<br>★19日 横田庁舎税務課  | ★3日 布勢コミ、<br>上三所<br>★17日 亀嵩公、郡<br>★31日 三沢公 | ★7日 阿井公、あいコミ<br>★21日 カルプラ、<br>上高尾                | 5日 健康センター |     |    |
| 胃がん検診<br>(バリウム検査) | S59.4.1以前<br>生まれの方  |   |   | 16日、18日、19日<br>(住民健康診断とセット)<br>26日 あいコミ               | 4日、18日<br>(住民健康診断とセット)<br>14日 布勢コミ<br>28日 亀嵩公                             |  | 12日 (午前)三沢公<br>(午後)仁多庁舎<br>21日 仁多庁舎                            | 11日 八川コミ<br>23日 馬木コミ                       | 13日 横田コミ<br>15日 (午前)鳥上コミ<br>(午後)横田コミ             |           |     |    |
| 腹部エコー検査           |  |   |   | 16日、18日、19日<br>(住民健康診断とセット)<br>26日 あいコミ               | 4日、18日<br>(住民健康診断とセット)<br>11日 (午前)あいコミ<br>(午後)布勢コミ<br>14日 布勢コミ<br>28日 亀嵩公 | 8日 仁多庁舎<br>18日 仁多庁舎                        | 6日 (午前)八川コミ<br>(午後)馬木コミ<br>12日 (午前)三沢公<br>(午後)仁多庁舎<br>21日 仁多庁舎 | 11日 八川コミ<br>23日 馬木コミ                       | 13日 横田コミ<br>15日 (午前)鳥上コミ<br>(午後)横田コミ<br>24日 横田コミ |           |     |    |
| 乳がん検診             | 奥出雲病院   | 28日   | 12日、26日                                 | 9日、23日  | 14日、21日   | 4日、25日                                     | 8日、22日   | 13日、27日                                    | 10日、17日  | 8日        |     |    |
|                   | 検診車   |   |   | 25日 (日) 仁多庁舎  |   |  | 2日 (土) 横田コミ  | 21日 (土) 仁多庁舎                               |  |           |     |    |
| 子宮頸がん検診           | 奥出雲病院   | ← 4月~2月に実施 →                                |   |   |   |  |  |  |  |           |     |    |
|                   | 検診車   |   |   | 12日 (午前)馬木コミ<br>(午後)八川コミ<br>鳥上コミ、横田コミ<br>25日 (日) 仁多庁舎 |   | 3日 (午前)布勢コミ<br>亀嵩公<br>(午後)三沢公<br>あいコミ、仁多庁舎 | 2日 (土) 横田コミ  |  |  |           |     |    |
|                   | 町外<br>医療機関  | ← 6月~12月に町外の指定医療機関で実施。事前に医療機関に予約をしてください。 →  |   |   |   |  |  |  |  |           |     |    |
| 住民健康診断<br>30歳代の健診 | 30歳~75歳<br>未満で国民健康<br>保険に加入<br>されている方   | 集団  |   | 16日 亀嵩温泉玉峰山荘<br>18日 仁多庁舎<br>19日 横田コミ                  | 4日 健康センター<br>18日 健康センター   |  |  |  | 11日 仁多庁舎   |           |     |    |
|                   | 個別  | ← 8月~3月に町内や町外の医療機関で実施。事前に医療機関に予約をしてください。 →  |   |   |   |  |  |  |  |           |     |    |
| 後期高齢者<br>健康診査     | 後期高齢者医<br>療保険に加入<br>されている方  | 集団  |   | 16日 亀嵩温泉玉峰山荘<br>18日 仁多庁舎<br>19日 横田コミ                  | 4日 健康センター<br>18日 健康センター   |  |  |  |  |           |     |    |
|                   |   | 個別  | ← 6月~3月に町内の医療機関で実施。事前に医療機関に予約をしてください。 → |   |   |  |  |  |  |           |     |    |
| 歯周病検診             | 40~70歳の<br>節目年齢   | ← 6月~12月に町内の歯科医院で実施。事前に医療機関に予約をしてください。 →    |   |   |   |  |  |  |  |           |     |    |
| 後期高齢者<br>歯科口腔健診   | 76~85歳の<br>後期高齢者  | ← 7月~11月に町内や町外の歯科医院で実施。事前に医療機関に予約をしてください。 → |   |   |   |  |  |  |  |           |     |    |

※4月に対象の方へ個別にがん  
検診のご案内を送付します。  
各検診の受付時間や予約方法  
をご確認ください。  
※すべてのがん検診で事前予約  
が必要です。



| 場所・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  |
|--|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| <b>こころの健康相談日</b><br>【場所】奥出雲町役場<br>(仁多庁舎)<br>【時間】14時~15時  | 3日  | 8日  | 5日  | 3日  | 7日  | 4日  | 2日  | 6日  | 4日  | 15日 | 5日  | 4日  |
| ●臨床心理士が相談に応じます。秘密は厳守します。健康福祉課に電話で相談の予約をしてください。   |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |
| <b>歯と口の健康相談室</b><br>【場所】奥出雲町役場<br>(偶数月：仁多庁舎<br>奇数月：横田庁舎)<br>【時間】10時~12時  | 20日 | 18日 | 15日 | 20日 | 17日 | 21日 | 19日 | 16日 | 22日 | 18日 | 15日 | 22日 |
| ●歯と口の健康相談室…歯科医師が相談に応じます。健康福祉課に電話で相談の予約をしてください。<br>●健康・栄養相談日…保健師と管理栄養士が食事やフレイル・低栄養予防などに関する相談に応じます。健康福祉課に電話で相談の予約をしてください。相談日以外にも随時対応しています。 |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |

※このお知らせの情報は、令和5年3月1日時点のもので変更になる場合があります。変更になった場合、広報等でお知らせいたします。

※このカレンダーは奥出雲町のホームページにも掲載しています。

乳幼児健診日程等は裏面をご覧ください

上記についてのお問い合わせは、奥出雲町役場 健康福祉課まで (電話：54-2781 有線：31-5142・5143・5144・5145)

|   |  | 会場  | 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              |
|---|--|---|-----------------------|-----------------|-------------------|----------------|-------------------|-----------------|---------------|---------------|---------------|---------------|---------------|----|-----------------|
| <b>こんにちは 赤ちゃん訪問</b>                                       |  | 生後4ヶ月までの赤ちゃんのご家庭を保健師が訪問します。赤ちゃんの成長や子育てについて支援します。このほかにも随時ご相談に応じます。 |                       |                 |                   |                |                   |                 |               |               |               |               |               |    |                 |
| 母<br>子  | 乳児健診   | 奥出雲健康センター   | 13時30分<br>～<br>13時45分 | 実施日             | 25日               |                | 27日               |                 | 28日           |               | 30日           |               | 25日           |    | 14日             |
|   |  |   |                       | 対象月             | R4年12月・<br>R5年1月生 |                | R5年2月・<br>3月生     |                 | R5年4月・<br>5月生 |               | R5年6月・<br>7月生 |               | R5年8月・<br>9月生 |    | R5年10月・<br>11月生 |
|   | ●小児科診察の他に離乳食指導があります。母子健康手帳とリレーファイルをご持参ください。              |   |                       |                 |                   |                |                   |                 |               |               |               |               |               |    |                 |
|   | 実施日  |   | 27日                   |                 | 22日               |                | 24日               |                 | 26日           |               | 21日           |               | 22日           |    |                 |
|   | 対象月  |   | R4年8月・<br>9月生         |                 | R4年10月・<br>11月生   |                | R4年12月・<br>R5年1月生 |                 | R5年2月・<br>3月生 |               | R5年4月・<br>5月生 |               | R5年6月・<br>7月生 |    |                 |
| ●小児科診察の他に口の手入れについての相談や離乳食指導があります。母子健康手帳とリレーファイルをご持参ください。  |  |   |                       |                 |                   |                |                   |                 |               |               |               |               |               |    |                 |
| 子   | 10.11ヶ月児   | 実施日   | 27日                   |                 | 22日               |                | 24日               |                 | 26日           |               | 21日           |               | 22日           |    |                 |
|   | 対象月  | R4年5月・<br>6月生   |                       | R4年7月・<br>8月生   |                   | R4年9月・<br>10月生 |                   | R4年11月・<br>12月生 |               | R5年1月・<br>2月生 |               | R5年3月・<br>4月生 |               |    |                 |
|   | ●小児科診察の他に口の手入れについての相談や離乳食指導があります。母子健康手帳とリレーファイルをご持参ください。 |   |                       |                 |                   |                |                   |                 |               |               |               |               |               |    |                 |
| 1歳6ヶ月児健診  | 実施日  | 13日   |                       | 8日              |                   | 10日            |                   | 12日             |               | 14日           |               | 8日            |               |    |                 |
| 対象月   | R3年8月・<br>9月生  |   | R3年10月・<br>11月生       |                 | R3年12月・<br>R4年1月生 |                | R4年2月・<br>3月生     |                 | R4年4月・<br>5月生 |               | R4年6月・<br>7月生 |               |               |    |                 |
| ●小児科診察の他に歯科健診とブラッシング相談、栄養やしつけ・発達に関する相談ができます。対象者には個人通知します。 |  |   |                       |                 |                   |                |                   |                 |               |               |               |               |               |    |                 |
| 3歳児健診   | 実施日  |   | 11日                   |                 | 13日               |                | 14日               |                 | 9日            |               | 11日           |               | 21日           |    |                 |
| 対象月   |  | R元年9月・<br>10月生  |                       | R元年11月・<br>12月生 |                   | R2年1月・<br>2月生  |                   | R2年3月・<br>4月生   |               | R2年5月・<br>6月生 |               | R2年7月・<br>8月生 |               |    |                 |
| ●小児科診察の他に歯科健診とブラッシング相談、栄養やしつけ・発達に関する相談ができます。対象者には個人通知します。 |  |   |                       |                 |                   |                |                   |                 |               |               |               |               |               |    |                 |

※このお知らせの情報は、令和5年3月1日時点のもので変更になる場合があります。変更になった場合、広報等でお知らせいたします。

がん検診・相談日の日程等は裏面をご覧ください

※このカレンダーは奥出雲町のホームページにも掲載しています。

上記についてのお問い合わせは、奥出雲町役場 健康福祉課まで（電話：54-2781 有線：31-5142・5143・5144・5145）



## 妊娠～出産～子育て支援

### 子育て世代包括支援センター「はぐみい」



役場仁多庁舎/こども家庭支援課 電話：54-2504

妊娠・出産・子育ての無料相談窓口です。  
内容に応じたさまざまなサービスを紹介し、安心して出産・子育てができるようにサポートします。  
ひとりで悩まずにお気軽にご相談ください。（秘密厳守）

### 産後ケア事業



役場仁多庁舎/こども家庭支援課 電話：54-2504

お母さんのからだやおっぱいのケア、授乳や搾乳の指導、お母さんのからだところこの休養、食事についての相談、赤ちゃんの発育のチェック、赤ちゃんのお世話についての相談ができます。所得に応じて費用負担があります。  
※乳房マッサージを希望する場合は別途料金が必要です。  
令和5年度から宿泊型も利用できます。  
対象：産後7か月未満（宿泊型は5か月未満）の方

### ファミリーサポートセンター



仁多子育て支援センター（三成幼稚園）  
電話：54-0200 月～土（9：30～17：00）

子育ての手助けをしてほしい人「おねがい会員」と、お手伝いをしたい人「まかせて会員」がお互い会員となり、一時的な子どものお世話を有料で行うシステム。利用するためには会員登録が必要です。

### 産前・産後訪問サポート事業

役場仁多庁舎/こども家庭支援課 電話：54-2504

サポーターが訪問し、家事や育児のお手伝いをします。所得に応じて費用負担があります。  
対象：妊娠中の方または小学校就学前までのお子さんを養育しており、一時的に家事や育児支援が必要な方

### 町ごと子育て奥出雲



奥出雲町の妊娠～出産～子育て情報サイトです。  
詳細はホームページをご覧ください。

