

平成30年度



健康の笑顔 あふれるまち ひがしね
健康カレンダー



東根市長賞
神町中学校2年 渡邊 玲奈さん



東根市長賞
大富小学校4年 石井 芙礼彩さん

カレンダー H30年度(2018.4~2019.3)

2018

4月

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

5月

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

6月

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

7月

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

8月

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

9月

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						

10月

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

11月

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

12月

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

2019

1月

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

2月

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28		

3月

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

さくらんぼタントクルセンターのご案内

〒999-3796

東根市中央一丁目5番1号

TEL 43-1155

FAX 41-2232

各種お問い合わせ

●成人の健診・健康教室・相談等

子育て健康課 成人健康係 43-1201・43-1202

●乳幼児の健診・予防接種等

子育て健康課 母子健康係 43-1250

●子育て支援・保育所・児童館等

子育て健康課 子育て支援係 43-1251

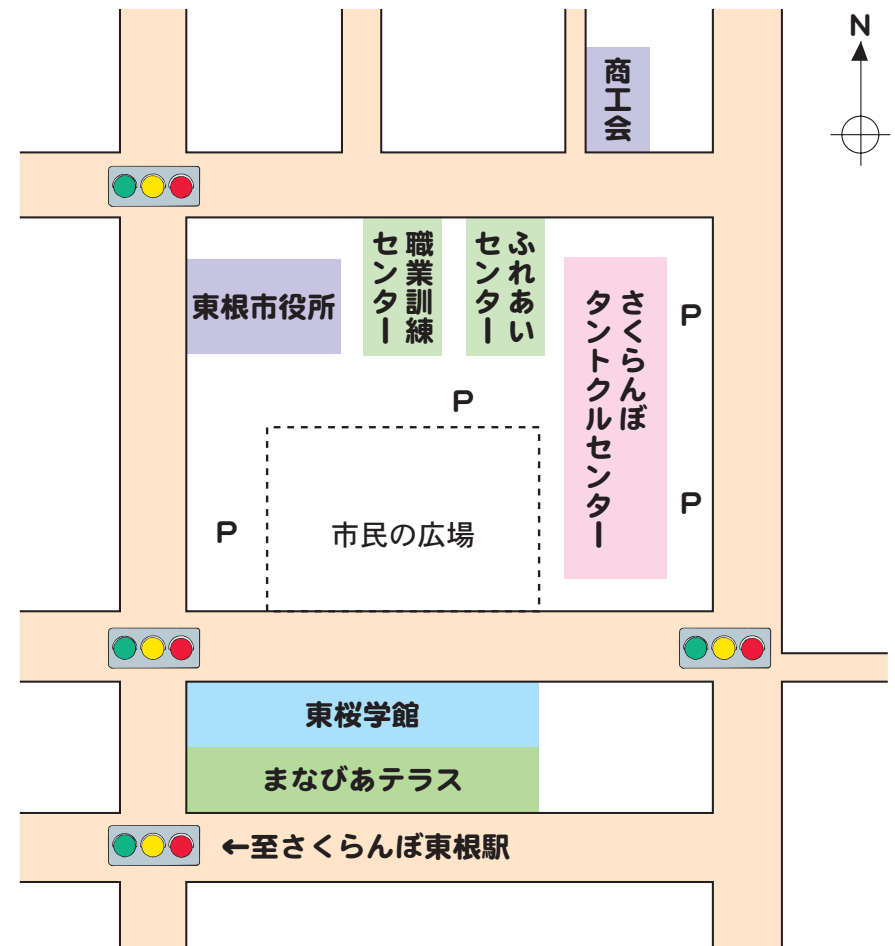
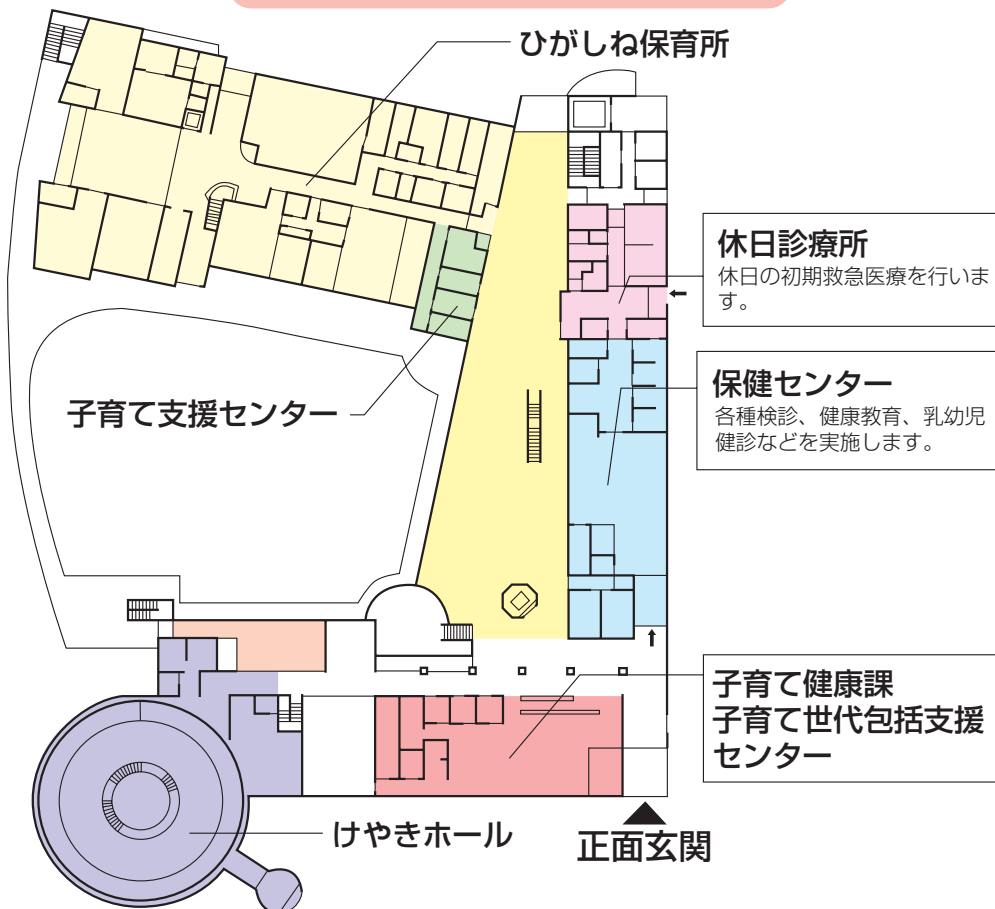
●東根市休日診療所

43-2120

●国民健康保険・子育て支援医療証等

市役所 市民課 国保医療係 42-1111

さくらんぼタントクルセンター 1階平面図



平成30年度 各種検診一覧

検診名		対象者	検診内容	個人負担額（予定）		検診会場・実施時期（予定）						
一日人間ドック		市国保加入者の 40～74歳	身体計測（身長、体重、肥満度、視力） ※40～74歳の人は腹囲も計測します。 問診、血圧測定、内科診察、脂質検査、肝機能検査、尿検査、糖尿病検査、貧血検査、心電図検査、眼底検査、免疫学検査、腎機能検査、血液科学的検査、胃がん検診、大腸がん検診、肺がん検診、（女性のみ） 子宮頸がん検診、乳がん検診	男性 女性	約8,000円 約12,000円 ※40歳のみ、更に4,500円の助成（あんしん40健診）	* 東根・東郷・高崎・神町地区 検診場所：やまがた健康推進機構（山形市） <table><tr><td>4～5月</td><td>東根、東郷、高崎地区の市国保加入者と75歳以上の人</td></tr><tr><td>8月</td><td>神町地区の人 高崎地区の市国保以外の人</td></tr><tr><td>10～12月</td><td>神町地区の人 東根、東郷地区の市国保以外の人</td></tr></table>	4～5月	東根、東郷、高崎地区の市国保加入者と75歳以上の人	8月	神町地区の人 高崎地区の市国保以外の人	10～12月	神町地区の人 東根、東郷地区の市国保以外の人
		4～5月		東根、東郷、高崎地区の市国保加入者と75歳以上の人								
		8月		神町地区の人 高崎地区の市国保以外の人								
		10～12月	神町地区の人 東根、東郷地区の市国保以外の人									
		75歳以上、 後期高齢者医療制度加入者	男性 女性	約6,000円 約9,000円								
		市国保加入者以外の 40～74歳	男性 女性	約14,000円 約17,000円 ※40歳のみ、更に2,500円の助成（あんしん40健診） ※保険の種類、特定健診受診券の有無により料金は異なります。								
		希望により できる検診	骨密度検査	2,160円	* 大富・小田島・長瀬地区 検診場所：山形県成人病検査センター（寒河江市） <table><tr><td>4～5月</td><td>長瀬、大富地区の市国保加入者と75歳以上の人</td></tr><tr><td>7～9月</td><td>小田島地区の人</td></tr><tr><td>12月</td><td>大富、長瀬地区の市国保以外の人</td></tr></table> <u>※該当日に都合が悪い場合は、他の日でも受診できますので、子育て健康課へご連絡ください。</u>	4～5月	長瀬、大富地区の市国保加入者と75歳以上の人	7～9月	小田島地区の人	12月	大富、長瀬地区の市国保以外の人	
			4～5月	長瀬、大富地区の市国保加入者と75歳以上の人								
			7～9月	小田島地区の人								
			12月	大富、長瀬地区の市国保以外の人								
腹部超音波検査	4,320円											
喀痰検査	1,500円											
肝炎ウイルス検査 B・C型 （ 40歳の人、過去に受けたことがない人、 肝機能異常と判定された人 ）	800円											
前立腺がん検診	2,376円											
胃がんリスク評価（胃がん検診を受ける人）	1,000円											
心筋疲労度検査	1,512円											
総合 健診	特定健診・ 健康診査	市国保加入者の 40～74歳	身体計測（身長、体重、肥満度、腹囲）、問診、血圧、内科診察、血液検査（脂質検査、肝機能検査、血糖検査、貧血検査、クレアチニン検査）、尿検査、心電図検査、眼底検査	2,000円 ※40歳のみ無料（あんしん40健診）		* 東根地区 検診場所：さくらんぼタントクルセンター 検診時期：7月～11月 * 東郷・高崎・神町・大富・小田島・長瀬地区 検診場所：各地域公民館 検診時期：東郷、高崎地区⇒7月 神町地区⇒7月～11月 長瀬地区⇒8月 大富地区⇒9月 小田島地区⇒10月						
		75歳以上、 後期高齢者医療制度加入者	身体計測（身長、体重、肥満度）、問診、血圧、内科診察、血液検査（脂質検査、肝機能検査、血糖検査、貧血検査、クレアチニン検査）、尿検査、心電図検査、眼底検査	無 料								
		市国保加入者以外の 40～74歳	料金と検査項目は健康保険の種類によって異なります。 ※加入している医療保険者（健康保険）が発行する「特定健診受診券」を当日ご持参いただくと、助成が受けられます。									
	がん検診	40歳以上の人	肺がん検診（問診、胸部X線撮影）※結核検診含む	500円	※40歳（あんしん40健診）と65歳以上は無料							
			胃がん検診（問診、胃部X線撮影）	1,500円								
			大腸がん検診（問診、便潜血検査）	500円	※40歳のみ無料（あんしん40健診）							

	スマイル健診	30～39歳の人	身体計測(身長、体重、肥満度)、問診、血圧、内科診察、血液検査(脂質検査、肝機能検査、血糖検査)、尿検査、貧血検査、心電図検査、眼底検査	2,000円	※該当日に都合が悪い場合は、他の日でも受診できます。
			がん検診(40歳以上と同様) (胸部X線撮影、胃部X線撮影、便潜血検査)	胃がん 1,500円 大腸がん 500円 肺がん 500円	
	希望により できる検診		喀痰検査	1,500円	
			肝炎ウイルス検査 B・C型 (40歳の人、41歳以上の過去に受けたこと がない人または肝機能異常と判定された人)	800円	
			前立腺がん検診	2,376円	
			胃がんリスク評価(胃がん検診を受ける人)	1,000円	
	子宮頸がん検診	20歳以上の女性	問診、細胞診、内診	2,000円	管クリニック、北村山公立病院 6～2月
	乳がん検診	40歳以上の女性	問診、 マンモグラフィー(2方向)(視触診なし)	1,500円	北村山公立病院 6～2月
	レディース検診 (子宮頸がん・乳がんの セット検診)	40歳以上の女性	子宮頸がん検診…問診、細胞診、内診 乳がん検診…問診、 マンモグラフィー (40歳代2方向・50歳以上1方向) (視触診なし)	40歳代(2方向) : 3,500円 50歳以上(1方向) : 3,000円	やまがた健康推進機構(山形市) 8～2月
	歯周疾患検診	40・50・60 ・70歳の人	問診、検診	1,500円	県内の指定歯科医療機関 8～12月

●お申し込みをされた人には、実施する日の約2週間前までに問診票等をお送りします。(年度途中で新規に申し込むこともできます)

●地区ごとの詳しい日程や検診のお申し込みや変更等は、子育て健康課へお問い合わせください。

※「検診」と「健診」は、次のように使い分けています。

(・「検診」……病気にかかっているかどうかを調べるためのもの。
・「健診」……「健康診査」「健康診断」の略。)



総合健診日程（30歳以上の方が対象です）

■東根・東郷・高崎・神町地区

検診機関：やまがた健康推進機構

受付時間：午前7時30分～9時00分（肺がん検診のみの場合は9時30分から10時00分）							
月	日	曜日	会場	月	日	曜日	会場
7	17	火	高崎公民館	9	18	火	さくらんぼタントクル センター総合健診室
	18	水			19	水	
	19	木	東郷公民館	10	3	水	
	20	金			4	木	
	23	月			5	金	
	24	火			20	土	
	25	水			26	金	
	26	木	さくらんぼタントクル センター総合健診室	29	月	神町公民館	
	27	金		30	火		
30	月	神町公民館		11	1	木	さくらんぼタントクル センター総合健診室
31	火		2		金		
8	7		火		神町公民館	5	
	8	水	6			火	
	9	木	27			火	
	27	月	さくらんぼタントクル センター総合健診室	29	木	さくらんぼタントクル センター総合健診室	
	28	火		30	金		
	29	水					
9	3	月	神町公民館				
	4	火					
	5	水					
	6	木					

■大富・小田島・長瀬地区

検診機関：山形県成人病検査センター

受付時間：午前7時30分～9時00分（肺がん検診のみの場合は9時30分から10時00分）							
月	日	曜日	会場				
8	3	金	長瀬公民館				
	27	月					
	29	水					
	30	木					
9	11	火	大富公民館				
	13	木					
	19	水					
	26	水					
	28	金					
10	2	火	小田島公民館				
	3	水					
	5	金					
	9	火					
11	21	水	さくらんぼタントクルセンター総合健診室				
	22	木					

特定健診・がん検診を受けましょう！

特定健診・特定保健指導

生活習慣病にかかるリスクを高めるメタボリックシンドロームを予防・改善するための健診です。健診を受けて健康状態を確認し、生活習慣改善のきっかけにしましょう。

1 申し込み

案内や受診券が届いたら、受診できる健診機関、健診の時期を確認し、受診しましょう。



2 健診当日

保険証と受診券（40～74才の国保以外の人で特定健診を受診する人）を持って予約日（ご案内日）に健診機関（健診会場）で受診して下さい。



3 結果通知

メタボリックシンドロームのリスク判定と健診結果が通知されます。

4 特定保健指導

メタボリックシンドロームのリスクが高いと判定された人に保健師、管理栄養士などの専門家による生活習慣改善のためのアドバイスやサポートが行われます。

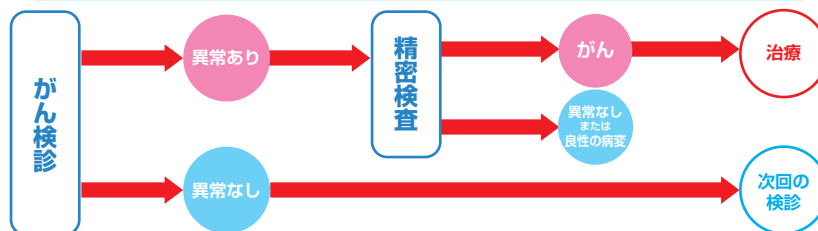
積極的に利用しましょう！



がん検診

がんは日本人の死因第1位となっており、死亡数は年々増え続けています。がんの予防や早期発見にがん検診は欠かせません。大切な命を守るため定期的に受けましょう。

がん検診の流れ



※精密検査が必要な場合は、必ず受けることが大切です。早期発見、早期治療につなげましょう。

乳がん検診(40歳以上の女性)・ 子宮頸がん検診(20歳以上の女性)日程

医療機関	検診項目	実施期間	受付時間
管クリニック TEL42-0055	子宮頸がん検診	6月～2月 木・土曜日を除く	9:00～11:00 15:00～17:30
北村山公立病院 医事情報課 TEL47-8001	乳がん検診 (マンモグラフィー) 子宮頸がん検診	6月～2月(完全予約制) 祝日・8/13～17・12/25～1/4を除く ・乳がん検診 火・水・木・金曜日 ・子宮頸がん検診 火・水・木曜日 火・水・木曜日は乳がん検診と子宮頸がん検診を同日に受診できます。	12:30 時間厳守願います

※お申し込みをされた人には、5月下旬に検診票を送付します。(新たにお申し込みもできます)
※指定医療機関に事前に電話で予約をして、検診票を持参し受診してください。

1日に検診できる人数が決まっており、希望通り予約が取れない場合がありますので、
早めに医療機関にご予約願います。

レディース検診日程 (乳がん検診と子宮頸がん検診のセット・40歳以上の女性)

検診機関	検診項目	実施期間	受付時間
やまがた健康 推進機構 山形市蔵王成沢字 向久保田 2220 番地 TEL023-688-6511	乳がん検診 (マンモグラフィー) 子宮頸がん検診	8/20(月)・8/30(木)・9/5(水)・ 9/20(木)・10/1(月)・10/9(火)・ 10/18(木)・11/2(金)・ 11/7(水)・11/22(木)・ 12/7(金)・1/8(火)・2/6(水)	・集合場所 さくらんぼタントクル センター ・集合時間 12:10 検診会場にバスで 送迎します。

※お申し込みをされた人には、7月下旬に問診票を送付します。(新たにお申し込みもできます)
※ご案内の検診日で都合が悪い場合は、他の日に変更できますので、子育て健康課までご連絡ください。

乳がん 月一回の自己検診で早期発見を！

乳がんは自分で発見できる数少ないがんのひとつです。ぜひ毎月1回、乳がんの自己検診をしましょう。

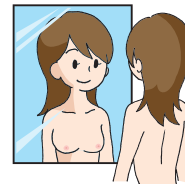
自己検診のポイント

くぼみやしこり、乳頭からの出血がないかをチェック

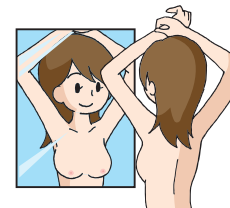
月に1回、月経が終わり乳房がはっていない時期が自己検診に最適です。
閉経後の人は毎月、日にちを決めて実施しましょう。

鏡に向かってチェック

1



2



- ①入浴後などに、鏡の前に立ち、両腕を下げた自然な状態で、以下のことがないか左右の乳房を観察します。
 - 大きさやかたちの違い
 - 皮膚のくぼみやひきつれ
 - 浮腫・ただれ・発赤
 - 乳頭からの異常分泌、乳頭・乳輪のただれ
- ②両腕を頭のうしろに組んだり、上げたり下げたり鏡に映す角度をかえて、正面・側面・斜めからも乳房を観察します。

乳房を触ってチェック

入浴時に…

3～5



横になって…

6



7



8



- ③指先に石けんをつけ、滑りやすくしておきます。腕を上げわきを開き、そろえた指先の腹で乳房の表面を軽くおさえ渦を巻くようにして、皮膚の下にしこりがないかをチェックします。
- ④乳房とわきの下の間、わきの下も指先で調べ、リンパ節が腫れていないかを確認します。
- ⑤乳頭を少しつまみ、血の色の分泌液がないかをチェックします。

調べる側の肩の下に薄い枕かクッションを敷き、おおむけに横になります。

- ⑥腕を上げ、乳房の内側半分を指の腹でチェックします。
- ⑦脇を下げ、乳房の外側半分を指の腹でチェックします。
- ⑧わきの下にしこりがないかを指の腹でチェックします。

自己検診で、気になることがあった場合は、**乳腺外科**または**乳腺専門外来**のある医療機関を受診してください。

歯周疾患検診

歯の病気の一つである歯周疾患は、歯肉や骨など歯の周囲の組織が壊される病気で、以前は歯槽膿漏と呼ばれていました。程度の差はありますが、日本人で45歳～54歳の85%以上の方が、かかっていると言われています。

歯の病気を早期発見し、自分の歯で食べる喜びがいつまでも続くよう、40歳・50歳・60歳・70歳の方を対象に、歯周疾患検診を実施します。

是非この機会に、自分の「歯」の健康診断を受診することをお勧めします。より豊かな人生をおくるため、「8020」（80歳の平均残存歯数20本）を目指しましょう。

助成期間	平成30年8月1日 ～ 平成30年12月31日								
対 象 者	平成30年度（平成30年4月1日～平成31年3月31日）中に40歳、50歳、60歳、70歳になる人 <table border="1"> <tr> <td>40歳</td><td>昭和53年4月1日 ～ 昭和54年3月31日 生まれ</td></tr> <tr> <td>50歳</td><td>昭和43年4月1日 ～ 昭和44年3月31日 生まれ</td></tr> <tr> <td>60歳</td><td>昭和33年4月1日 ～ 昭和34年3月31日 生まれ</td></tr> <tr> <td>70歳</td><td>昭和23年4月1日 ～ 昭和24年3月31日 生まれ</td></tr> </table>	40歳	昭和53年4月1日 ～ 昭和54年3月31日 生まれ	50歳	昭和43年4月1日 ～ 昭和44年3月31日 生まれ	60歳	昭和33年4月1日 ～ 昭和34年3月31日 生まれ	70歳	昭和23年4月1日 ～ 昭和24年3月31日 生まれ
40歳	昭和53年4月1日 ～ 昭和54年3月31日 生まれ								
50歳	昭和43年4月1日 ～ 昭和44年3月31日 生まれ								
60歳	昭和33年4月1日 ～ 昭和34年3月31日 生まれ								
70歳	昭和23年4月1日 ～ 昭和24年3月31日 生まれ								
助成医療機関	山形県内の歯科医療機関								
自己負担額	1,500円 ・生活保護受給者には全額助成しますので、受診前に子育て健康課成人健康係の窓口へお越しください。								
受診方法	・7月下旬に受診券を送付します。事前に歯科医療機関へ予約し、受診券をお持ちのうえ受診してください。								
注意事項	・現在治療中の人は、助成対象外です。								

お問い合わせ 子育て健康課 成人健康係 TEL43-1201・43-1202

た〜んと健康マイレージ

「た〜んと健康マイレージ」は市民の健康意識の向上や健康づくりを応援します。健康づくりに取り組んで、ポイントカードにポイントを貯めていきましょう。50ポイントが貯まったら、特典をプレゼントします。

- 【対 象】 東根市にお住まいの20歳以上の人（H31.3.31時点）
 【実施期間】 平成30年5月15日から平成31年3月15日まで（予定）
 【手 順】

●ポイントカードをもらおう

子育て健康課の窓口または健康づくり事業への参加時、ご希望の人にポイントカードをお渡しします。

●ポイントを貯めよう

下記の対象メニューの実施・参加で、ポイントが貯まります。

- ・健康目標の設定 10ポイント
- ・健康診査、がん検診、歯科検診の受診 10ポイント
- ・指定の健康づくり事業への参加 10ポイント

●50ポイントで特典をもらおう

合計50ポイントが貯まったら、子育て健康課の窓口のポイントカードを提出してください。特典をさしあげます。

<特典内容>

- ・全員に「やまがた健康づくり応援カード」プレゼント
（県内協力店に応援カードを提示するとサービスが受けられます）
- ・抽選で素敵な景品プレゼント
（当選者には3月下旬に直接景品を発送します。）

*詳しい内容については、お問い合わせください。



お問い合わせ

子育て健康課成人健康係
TEL：43-1201・43-1202

「こころの体温計」をご利用ください

「こころの体温計」は、パソコンや携帯電話を使って簡単にストレス度や落ち込み度をチェックできるセルフチェックシステムです。結果のページには、こころの健康に関する相談窓口も表示されます。

みなさん、お気軽にご利用ください。

【こころの体温計のチェックメニュー】

「こころの体温計」には、6つのチェックメニューがあります。

- 本人モード（ストレス度・落ち込み度が分かります。）
- 家族モード（あなたの大切な方の心の健康状態が分かります。）
- 赤ちゃんママモード（赤ちゃんのいるお母さんの心の健康状態をチェックします。）
- アルコールチェックモード（飲酒が心にどのような影響を与えているかがわかります。）
- ストレス対処タイプテスト（あなたのストレス解消法はどのタイプ？）
- こころのエンジンチェック



【こころの体温計へのアクセス】

市のホームページ（<https://www.city.higashine.yamagata.jp>）からアクセスできます。

サイトアドレスは、<https://fishbowlindex.jp/higashine/> です。

携帯電話からは、右記のQRコードが便利です。



【ご利用にあたって】

※利用料は無料です。（通信料金は自己負担になります。）

※チェック開始前に性別・年代等をお聞きますが、個人が特定されるような情報は取得いたしません。統計学的なデータとしてのみ使用いたします。

医学的診断をするものではありません。結果にかかわらず、心配が続くときは早めに相談機関や医療機関にご相談されることをおすすめします。

こころの健康相談

疲れやすい、眠れないなどの症状や精神的な悩みことはありませんか。臨床心理士が相談を行います。

◆開催日・申込期間

開催日	申込期間
H30年 4月25日（水）	4月2日（月）～ 20日（金）
5月23日（水）	5月1日（火）～ 18日（金）
6月27日（水）	6月1日（金）～ 22日（金）
7月25日（水）	7月2日（月）～ 20日（金）
8月29日（水）	8月1日（水）～ 24日（金）
9月26日（水）	9月3日（月）～ 21日（金）
10月24日（水）	10月1日（月）～ 19日（金）
11月28日（水）	11月1日（木）～ 22日（木）
12月26日（水）	12月3日（月）～ 21日（金）
H31年 1月23日（水）	1月4日（金）～ 18日（金）
2月27日（水）	2月1日（金）～ 22日（金）
3月27日（水）	3月1日（金）～ 22日（金）

◆開催時間 午前9時～正午 1人1時間程度の相談となります。

◆会場 さくらんぼタントクルセンター

◆相談員 臨床心理士

◆申込方法 申込期間内に電話でお申し込みください。

休日診療所診療日

■住 所 東根市中央一丁目5番1号
(さくらんぼタントクルセンター内)

■電 話 43-2120

■受付時間 午前9時～正午、午後1時～4時
(ただし1月1日は午前10時～正午、午後1時～3時)

月	日	曜日	月	日	曜日	月	日	曜日
4	1	日	8	5	日	12	2	日
	8	日		11	土		9	日
	15	日		12	日		16	日
	22	日		19	日		23	日
	29	日		26	日		24	月
	30	月	9	2	日		30	日
5	3	木		9	日		31	月
	4	金		16	日	1	1	火
	5	土		17	月		2	水
	6	日		23	日		3	木
	13	日		24	月		6	日
	20	日	10	30	日		13	日
6	27	日		7	日		14	月
	3	日		8	月		20	日
	10	日		14	日	2	27	日
7	17	日	11	21	日		3	日
	24	日		28	日		10	日
	1	日		3	土		11	月
	8	日		4	日		17	日
	15	日		11	日	3	24	日
7	16	月		18	日		3	日
	22	日		23	金		10	日
	29	日		25	日		17	日
							21	木
							24	日
							31	日

愛の献血にご協力をお願いします

～献血は、身近にできるボランティア～

なぜ献血が必要なの？

血液は、人工的に造ることも、長期間保存することもできません。ですから、病気やけがで血液を必要としている患者さんに血液を届けるためには、みなさんの継続的な献血が必要なのです。

誰でも献血できるの？

16歳から69歳までの健康な人で、採血基準を満たしている人（65歳以上の献血については、60歳～64歳までの間に献血経験がある人）

※採血基準の詳細はお問い合わせください。

献血に種類があるの？

献血バスでは、400ml献血を実施しています。また、山形市駅前にある献血ルーム「SAKURAMBO」では、400ml献血と成分献血を、随時受け付けています。

献血したことないんだけど・・・

献血バスで行う献血は、20～30分程度で終わります。わずかな時間で救える生命があります！

また、ご協力いただいた方へ感謝の気持ちとして、血液検査の結果をお知らせするサービスがありますので、自分の健康管理にも役立ちます。

あなたの勇気を心よりお待ちしております！



花がさけんつちゃん

平成30年度 献血バスの日程（予定）

月	日	曜日	献血会場	受付時間	月	日	曜日	献血会場	受付時間	
4	8	日	東根市消防署	9:30～12:30	10	4	木	東根郵便局	13:30～15:30	
			三日町公民館	14:30～16:00	11	3	土	イオン東根店	10:00～16:00	
5	5	土	イオン東根店	10:00～16:00	11	29	木	北村山公立病院	13:30～15:30	
	19	土	あそびあランド	11:00～15:00		1	5	土	イオン東根店	10:00～16:00
	27	日	ヨークベニマル東根店	10:00～16:00	31		木	さくらんぼタントクルセンター	9:30～15:30	
6	22	金	マルハン東根店	13:30～15:30	3	2	土	イオン東根店	10:00～16:00	
7	7	土	イオン東根店	10:00～16:00		13	水	東根市農業協同組合本所	9:30～11:30	
	19	木	クリーンピア	13:30～15:30			ヤマザワ神町店	13:30～15:30		
9	1	土	イオン東根店	10:00～16:00			26	火	北村山公立病院	13:30～15:30
	6	木	さくらんぼタントクルセンター	9:00～16:00						

※日程については変更になる場合がありますので、市報等でご確認ください。

お問い合わせ 子育て健康課 成人健康係 TEL43-1201・43-1202

平成30年度 高齢者の予防接種助成について

インフルエンザワクチン (毎年受けましょう)

インフルエンザにかかると重症化しやすい高齢者の人に対して、予防接種をお勧めします。

助成期間	平成30年10月15日～平成30年12月31日
助成回数	1回
対象者	①接種当日65歳以上の人 ②接種当日60歳～64歳で心臓・腎臓・呼吸器に日常生活が極度に制限されるほどの障害がある人、ヒト免疫不全ウィルスによって日常生活がほとんど不可能な人(身体障害者手帳1級に準ずる人)
助成医療機関	山形県内の医療機関
助成額	1,900円 (医療機関窓口で接種費用全額から助成額が差引されます。差額は医療機関窓口でお支払ください) (生活保護受給者の人は全額助成)
接種方法	・必ず医療機関に予約をして接種しましょう。 ・生活保護受給者の人は、証明書をお渡しいたしますので、接種前に子育て健康課成人健康係窓口までお越しください。

※接種にあたっての留意点

- ◎インフルエンザワクチンは重症化を予防するものです。ワクチンを接種した場合でもインフルエンザにかかる可能性があります。
- ◎副反応として、接種部位の腫れや発熱、まれに重篤な症状を引き起こすことがあります。かかりつけ医ともご相談し、十分理解したうえで、接種しましょう。

肺炎球菌ワクチン

高齢者に多い肺炎球菌による肺炎の重症化を予防するため、予防接種をお勧めします。

助 成 期 間	平成30年4月1日～平成31年3月31日		
助 成 回 数	1 回		
対 象 者	①平成30年度（平成30年4月1日～平成31年3月31日）中に65歳、70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、100歳になる人		
	65歳	昭和28年4月2日 ～ 昭和29年4月1日 生まれ	
	70歳	昭和23年4月2日 ～ 昭和24年4月1日 生まれ	
	75歳	昭和18年4月2日 ～ 昭和19年4月1日 生まれ	
	80歳	昭和13年4月2日 ～ 昭和14年4月1日 生まれ	
	85歳	昭和 8年4月2日 ～ 昭和 9年4月1日 生まれ	
	90歳	昭和 3年4月2日 ～ 昭和 4年4月1日 生まれ	
	95歳	大正12年4月2日 ～ 大正13年4月1日 生まれ	
	100歳	大正 7年4月2日 ～ 大正 8年4月1日 生まれ	
		②接種当日60歳～64歳で心臓・腎臓・呼吸器に日常生活が極度に制限されるほどの障害がある人、ヒト免疫不全ウィルスによって日常生活がほとんど不可能な人（身体障害者手帳1級に準ずる人） ※すでに肺炎球菌ワクチンの接種を受けたことがある人は、助成の対象外となります。	
助成医療機関	山形県内の医療機関		
助 成 額	4,000円（接種券を医療機関に提出することで4,000円分が助成されます） （医療機関窓口で接種費用全額から助成額が差引されます。差額は医療機関窓口でお支払ください。生活保護受給者には全額助成しますので、子育て健康課窓口で申し出てください。）		
手続き方法	・事前に子育て健康課の窓口で接種券の申請が必要です。 対象者は、子育て健康課窓口（さくらんぼタントクルセンター内）で申請をしてください。接種時に必要な接種券、予診票などを発行します。代理人による申請の場合は、予防接種を受ける本人がわかる書類（保険証など）と代理人が確認できる書類（運転免許証など）をご持参ください。		
接 種 方 法	・接種券、予診票をご持参のうえ医療機関で接種してください。 ・必ず医療機関に予約をして接種しましょう。		

※接種にあたっての留意点

- ◎肺炎球菌ワクチンの効果は、1回接種すると持続するため、インフルエンザワクチンとは違い、毎年接種する必要はありません。
- ◎副反応として、接種部位が腫れたり熱が出るなどの症状が見られたりします。いずれも2～3日でよくなります。

お問い合わせ 子育て健康課 成人健康係 TEL43-1201・43-1202

子育て世代包括支援センターについて

妊娠中から、出産、子育ての時期を、切れ目なく支援していくために、子育て健康課内に、子育て世代包括支援センターを設置しています。

母子手帳交付時に一人ひとりと面談をして、妊娠中からの子育ての不安や体調の不安、里帰り出産などについて相談に応じます。

子育て中の悩みなども気軽にご相談ください。

【期 日】月～金曜日 祝日、年末年始休業期間を除く

【時 間】午前8時30分～午後6時30分



幸せパスポート事業について

妊娠届を提出した妊婦さんに、妊娠の確定のための診察について助成します。

- 【対 象 者】 ①診察受診時に東根市に住所を有する人
②東根市に妊娠届け出書を提出した人
③他の市町村から助成を受けていない人

【申請方法】母子健康手帳交付時又は、母子健康手帳交付日の翌月の末日までに子育て健康課に申請する。

【助 成 額】妊娠確定までにかかった診察の自己負担分（保険適用の有無に係わらず）について、合算した金額について1万円を上限に助成します。

【申請に必要な書類】

- ①妊娠届出前健康診査等費用助成交付申請書
- ②妊娠届出前の診察にかかった医療機関の発行した領収書
- ③本人名義の振込み用通帳（申請後指定の口座に振り込みます）
- ④印鑑（スタンプ印は不可）

●子育て相談●

臨床心理士による子育ての個別相談を実施しています。お子さんの発達のことや、子どもとの接し方、何となく育てにくさを感じる等、気軽にご相談ください。

【日 程】

月 日	曜日
4月23日	(月)
5月10日	(木)
5月21日	(月)
6月25日	(月)
7月31日	(火)
8月24日	(金)
9月21日	(金)
10月18日	(木)
10月24日	(水)
11月26日	(月)
12月20日	(木)
1月18日	(金)
2月7日	(木)
2月27日	(水)
3月18日	(月)

【会 場】さくらんぼタントクルセンター

【時 間】午後1時15分～4時15分

1回 3人まで 予約制

1人1時間程度の相談です。

【相 談 員】臨床心理士

【申込方法】電話で申込みください。

お問い合わせ

子育て健康課 母子健康係
TEL：43-1250

こうしたり支援事業について

特定不妊治療（体外受精・顕微授精に限る）の費用の助成を行います。

山形県の助成を受けた方に対して、市が残りの金額に対して、上限20万円まで助成致します。

詳しくは、お問い合わせください。

未熟児養育医療について

未熟児（出生時体重が2,000g以下）等で医師が入院治療が必要と認めた場合、医療が必要とされる期間（1歳未満）の医療費と食事代の自己負担分が公費で負担されます。

指定養育医療機関での医療が対象です。

詳しくは、お問い合わせください。

平成30年度 母子保健計画表

◎会場はさくらんぼタントクルセンターです

お問い合わせ 子育て健康課 母子健康係 TEL43-1250

種類	対象者	内容	会場・時間	持ち物	実施月
母子健康手帳交付	妊婦	母子健康手帳交付と健康相談	さくらんぼタントクルセンター 子育て健康課 8:30～18:30	妊娠届出書	毎 日 (土日祝日除き)
マタニティ教室	前期 妊娠16～27週の妊婦 後期 妊娠28週以降の妊婦 及び配偶者	前期 妊娠中の栄養と生活・妊婦体操 後期 お産の準備・赤ちゃんの保育・沐浴	さくらんぼタントクルセンター 時間 13:00～15:30	母子健康手帳	前期 偶数月 後期 奇数月
すこやか初孫学級	初めて祖父母になられる方 希望者はどなたでも おいでください。	祖父母のための育児学級 前期 赤ちゃんの生活と保育・沐浴 後期 赤ちゃんの栄養と病気		特になし	7・2月
赤ちゃん訪問	おおむね4か月までの乳児	児の体重測定・育児相談 健診、予防接種の紹介	※事前に日程を調整させていただいてから訪問いたします。		

乳幼児健康診査

乳児健診 (生後3～4か月児)	平成29年12月～ 平成30年11月生まれ	身体計測・医師の診察・育児相談・ 離乳食相談・ブックスタート	さくらんぼタントクルセンター 開場・受付時間 12:45～13:30	母子健康手帳 バスタオル 問診票	毎 月
1歳6か月児健診	平成28年8月～ 平成29年7月生まれ	身体計測・医師、歯科医師の診察・育児相談 フッ素塗布(希望者)		母子健康手帳 問診票	毎 月
2歳児歯科健診	平成27年11月～ 平成28年10月生まれ	身体計測・歯科医師の診察・育児相談 歯のブラッシング実技 フッ素塗布(希望者)		母子健康手帳 問診票 歯ブラシ・コップ	毎 月
3歳児健診	平成26年11月～ 平成27年10月生まれ	身体計測・医師、歯科医師の診察・尿検査 育児相談・フッ素塗布(希望者)		母子健康手帳 問診票・尿	毎 月

*各健診の問診票は、該当児へ事前に送付します。

乳幼児相談

すくすく育児相談	子育てについて相談したい方 希望者はどなたでも おいでください。	保健師・栄養士による育児相談 離乳食実習(生後5～6か月頃)*事前に予約が必要です	さくらんぼタントクルセンター 受付時間10:00～11:00 離乳食実習は、9:30まで来てください	母子健康手帳	毎 月
9か月児赤ちゃん教室	平成29年7月～ 平成30年6月生まれ	身体計測・離乳食指導(中期)・育児相談 はじめての歯みがき指導	さくらんぼタントクルセンター 受付時間10:00～10:30		

乳幼児健診・相談・教室の日程

乳児健診(3～4か月児)		
開場・受付時間 12:45～13:30		
月 日	曜日	対 象
4月12日	木	H29年 12月生
5月 8日	火	H30年 1月生
6月 6日	水	H30年 2月生
7月 3日	火	H30年 3月生
8月 1日	水	H30年 4月生
9月10日	月	H30年 5月生
10月 2日	火	H30年 6月生
11月 7日	水	H30年 7月生
12月 7日	金	H30年 8月生
1月 8日	火	H30年 9月生
2月 4日	月	H30年 10月生
3月 6日	水	H30年 11月生

1歳6か月児健診		
開場・受付時間 12:45～13:30		
月 日	曜日	対 象
4月16日	月	H28. 8. 1～H28. 8. 22
5月17日	木	H28. 8.23～H28. 9. 25
6月15日	金	H28. 9.26～H28. 10. 21
7月18日	水	H28. 10.22～H28. 12. 1
8月 7日	火	H28. 12. 2～H29. 1. 6
9月14日	金	H29. 1. 7～H29. 1. 26
10月12日	金	H29. 1.27～H29. 2. 19
10月29日	月	H29. 2.20～H29. 3. 24
11月13日	火	H29. 3.25～H29. 4. 22
12月10日	月	H29. 4.23～H29. 5. 16
1月16日	水	H29. 5.17～H29. 6. 10
2月15日	金	H29. 6.11～H29. 6. 30
3月12日	火	H29. 7. 1～H29. 7. 31

2歳児歯科健診		
開場・受付時間 12:45～13:30		
月 日	曜日	対 象
4月20日	金	H27.11. 1～H27. 11. 25
5月22日	火	H27. 11.26～H27. 12. 19
6月14日	木	H27. 12.20～H28. 1. 14
7月 4日	水	H28. 1.15～H28. 2. 7
7月24日	火	H28. 2. 8～H28. 3. 3
8月 8日	水	H28. 3. 4～H28. 4. 1
9月13日	木	H28. 4. 2～H28. 4. 22
10月15日	月	H28. 4.23～H28. 5. 13
11月15日	木	H28. 5.14～H28. 6. 15
12月14日	金	H28. 6.16～H28. 7. 13
1月11日	金	H28. 7.14～H28. 8. 6
1月28日	月	H28. 8. 7～H28. 9. 4
2月12日	火	H28. 9. 5～H28. 10. 3
3月11日	月	H28. 10. 4～H28. 10. 31

3歳児健診		
開場・受付時間 12:45～13:30		
月 日	曜日	対 象
4月25日	水	H26. 11. 1～H26. 11. 23
5月25日	金	H26. 11.24～H26. 12. 21
6月11日	月	H26. 12.22～H27. 1. 13
6月26日	火	H27. 1.14～H27. 2. 5
7月13日	金	H27. 2. 6～H27. 3. 4
8月20日	月	H27. 3. 5～H27. 3. 25
9月 5日	水	H27. 3.26～H27. 4. 17
9月27日	木	H27. 4.18～H27. 5. 3
10月17日	水	H27. 5. 4～H27. 6. 3
11月16日	金	H27. 6. 4～H27. 6. 24
12月 4日	火	H27. 6.25～H27. 7. 23
12月19日	水	H27. 7.24～H27. 8. 12
1月21日	月	H27. 8.13～H27. 9. 3
2月 5日	火	H27. 9. 4～H27. 9. 24
2月21日	木	H27. 9.25～H27. 10. 6
3月 4日	月	H27. 10. 7～H27. 10. 31

9か月児赤ちゃん教室		
受付時間 10:00～10:30		
月 日	曜日	対 象
4月13日	金	H29年 7月生
5月 7日	月	H29年 8月生
6月18日	月	H29年 9月生
7月20日	金	H29年 10月生
8月 9日	木	H29年 11月生
9月11日	火	H29年 12月生
10月11日	木	H30年 1月生
11月 8日	木	H30年 2月生
12月13日	木	H30年 3月生
1月15日	火	H30年 4月生
2月18日	月	H30年 5月生
3月15日	金	H30年 6月生

すくすく育児相談		
受付時間 10:00～11:00		
月 日	曜日	
4月20日	金	
5月22日	火	
6月14日	木	
7月24日	火	
8月 8日	水	
9月13日	木	
10月15日	月	
11月15日	木	
12月14日	金	
1月11日	金	
2月12日	火	
3月11日	月	

マタニティ教室					
前 期			後 期		
4月27日	金		5月19日	土	
6月21日	木		7月10日	火	
8月23日	木		9月 8日	土	
10月23日	火		11月27日	火	
12月18日	火		1月19日	土	
2月25日	月		3月 7日	木	

平日の開催は予約がいりません。
土曜の開催は予約が必要です。

すこやか初孫学級					
前 期			後 期		
7月 5日	木		7月30日	月	
2月 1日	金		2月19日	火	

市総合アプリ「東根 Living」を
ご利用ください。

親子手帳コンテンツ

妊娠や子どもの成長を写真とともに記録できるほか、予防接種などの情報を入力できます。
さらに入力した情報などを家族等の特定のユーザー間で共有することができます。
ほかに「防災」や「ごみ」のコンテンツが利用できます。

アプリのダウンロード方法

- ①Android 端末で、「Google play」または iPhone で「App Store」にアクセス
- ②「東根 Living」で検索
- ③アプリをインストール
- ④「親子手帳」をクリックし、「母子モ」アプリをインストール



(Google play)



(App Store)



子どもの発達や発育、食事などについて、悩んだり迷ったりしている人は、お気軽にお問い合わせください。

ホームページからも専用のページにアクセスできます。
<http://www.city.higashine.yamagata.jp/mama>

QRコードやホームページを利用できない人は、
e-mail mam@city.higashine.yamagata.jp



平成30年度 予防接種計画表

I. 予防接種の種類と内容

お問い合わせ 子育て健康課 母子健康係 TEL43-1250

予防接種法で定められている定期予防接種は、下記のとおりです。(H30.4.1現在)

◎表中 ～未満の表示は、～の前日のことです。

	種 類 (主な予防効果)	対象年齢	標準的な接種年齢	接種間隔		回 数	接種場所
				接種開始時期	間隔		
1	ヒ ブ (乳幼児の髄膜炎・肺炎などの予防)	生後2か月～5歳未満	生後2か月～7か月未満	生後2か月～7か月未満	27日～56日までの間隔をあけて接種 3回目終了後、7か月～13か月までの間隔をあけて接種	3回 1回	医療機関
				生後7か月～1歳未満	27日～56日までの間隔をあけて接種 2回目終了後、7か月～13か月までの間隔をあけて接種	2回 1回	
				1歳～5歳未満		1回	
2	小児用肺炎球菌 (乳幼児の髄膜炎・肺炎などの予防)	生後2か月～5歳未満	生後2か月～7か月未満	生後2か月～7か月未満	27日以上(生後12か月までの間に完了) 3回目終了後、60日以上あけて1歳以上で接種 (生後12か月～15か月未満の間)	3回 1回	
				生後7か月～1歳未満	27日以上(生後12か月までの間に完了) 2回目終了後、60日以上あけて1歳以上で接種	2回 1回	
				1歳～2歳未満	60日以上あけて接種	2回	
				2歳～5歳未満		1回	
3	B型肝炎 (B型肝炎の予防)	生後2か月～1歳未満		27日以上の間隔をあけて2回接種 1回目接種後から、約5か月の間隔をあけて接種		3回	
4	4種混合 (三種混合にポリオを加えたもの)	生後3か月～90か月未満	1期初回 3か月～12か月 1期追加 18か月～30か月	20日～56日までの間隔をあけて接種 1期初回3回目終了後、12か月～18か月までの間隔をあけて接種		3回 1回	
5	BCG (結核の予防)	生後12か月未満	生後5か月～8か月未満			1回	
6	ポリオ (小児まひの予防)	生後3か月～90か月未満	1期初回 3か月～12か月 1期追加 18か月～30か月	20日～56日までの間隔をあけて接種 1期初回3回目終了後、12か月～18か月までの間隔をあけて接種		3回 1回	
7	麻しん風しん (はしかと風しんの予防)	1期 生後12か月～24か月未満 2期 小学校入学前年の1年間				1回 1回	
8	水痘 (水ぼうそうの予防)	1歳～3歳未満	1歳～2歳	1回目 1歳を過ぎたら早期に接種 2回目 1回目接種終了後、6か月～12か月の間隔をあけて接種		1回 1回	
9	日本脳炎(通常) (日本脳炎の予防)	1期 生後6か月～90か月未満	1期初回 3歳 1期追加 4歳	6日～28日までの間隔をあけて接種 1期初回2回目終了後、おおむね1年後に接種		2回 1回	
		2期 9歳～13歳未満	9歳	※日本脳炎2期の予防票は、該当年齢に達しましたら送付いたします。		1回	
	※日本脳炎(特例)	1期 平成10年4月2日～平成19年4月1日生まれの人が20歳未満まで				間隔・回数 は(通常)と 同じ	
		2期 1期と同じ対象者で、1期を終了した9歳以上の人 間隔は、医師の判断により1期終了後6日以上で可能であるが、5年以上の間隔をあけるのが望ましい					
10	二種混合 (ジフテリア・破傷風の予防)	11歳～13歳未満	11歳	※二種混合の予防票は、該当年齢に達しましたら送付いたします。		1回	
11	子宮頸がん (子宮頸がんの予防)	小学6年～ 高校1年相当の女子	中学1年の間	標準的な接種間隔 1回目 2回目(1回目終了後1か月又は2か月後)※ワクチンの種類によって異なります 3回目(1回目終了後6か月後)		1回 1回 1回	

【注意】 法律で定められた対象年齢や間隔からはずれた場合は任意接種となり、費用や健康被害に対する救済方法が変わります。

II.受ける時期と接種の間隔

1) 予防接種スケジュール

内は、定期予防接種の対象期間ですが、 は、病気にかかりやすい年齢を考慮して定められた期間（標準的な年齢）です。できるだけ の期間中に接種してください。
丸囲みの数字（①、②など）は、ワクチンの種類ごとに接種の回数を表しています。

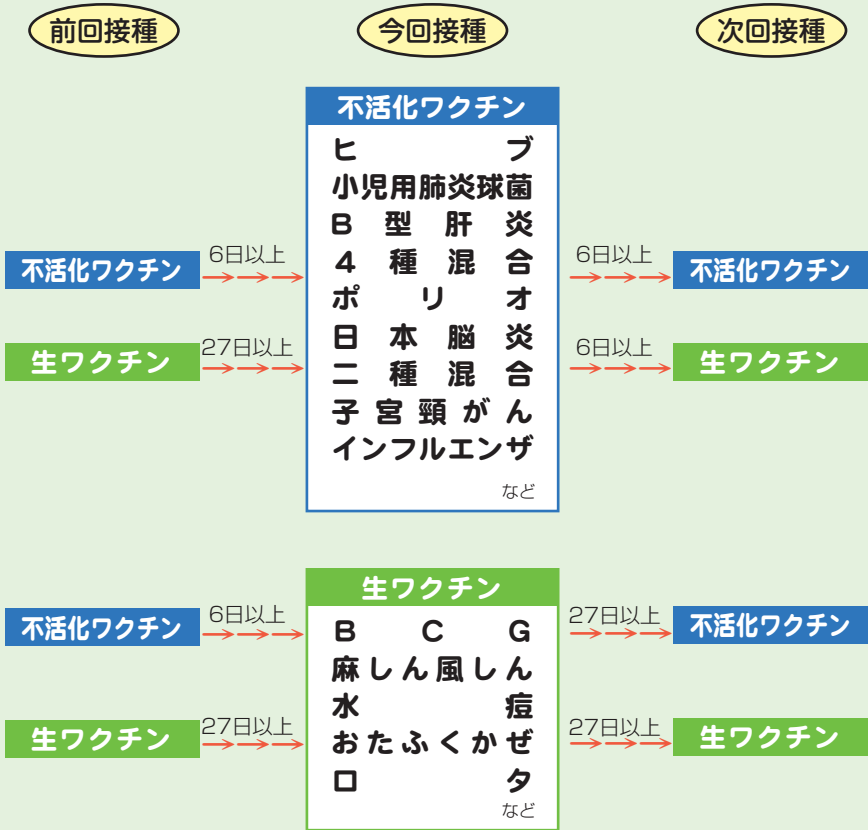
<定期接種>

ワクチン名	乳児期						幼児期						学童期													
	2 か 月	3 か 月	4 か 月	5 か 月	6~8 か 月	9~11 か 月	12 か 月	15 か 月	18 か 月	2 歳	3 歳	4 歳	5 歳	6 歳	7 歳	8 歳	9 歳	10 歳	11 歳	12 歳	13 歳	14 歳	15 歳	16 歳	17~20 歳	
ヒブ	2か月～7か月未満 ① ② ③						12か月～18か月未満 ④																			
小児用肺炎球菌	2か月～7か月未満 ① ② ③						12か月～15か月未満 ④																			
B型肝炎	2か月～12か月未満 ① ② ③																									
4種混合ポリオ	3か月～12か月未満 ① ② ③						1歳半～2歳半 ④																			
BCG	5か月～8か月未満 ①																									
麻しん風しん							1歳～2歳未満 ① 1期						就学前の1年間 ② 2期													
水痘							1歳～2歳未満 ① ②																			
日本脳炎							1期（3歳～4歳） ① ② ③						9歳以上13歳未満 ④ 2期													
日本脳炎（※特例）	※平成10年4月2日～平成19年4月1日生まれの方は20歳未満までの間に接種を受けることができます。																									
二種混合													11歳 ①													
子宮頸がん																			中学1年							

<任意接種> ※接種する場合は、自己負担となります。（ロタウィルス予防接種には、助成があります。P19をご覧ください。）

ワクチン名	2 か 月	3 か 月	4 か 月	5 か 月	6~8 月	9~11 月	12 か 月	15 か 月	18 か 月	2 歳	3 歳	4 歳	5 歳	6 歳	7 歳	8 歳	9 歳	10 歳	11 歳	12 歳	13 歳	14 歳	15 歳	16 歳	17~20 歳
	か	か	か	か	か	か	か	か	か	歳	歳	歳	歳	歳	歳	歳	歳	歳	歳	歳	歳	歳	歳	歳	歳
ロタウィルス	2回接種					※1回目は生後6週以後、2回目は4週間以上の間隔をあけて生後24週までに接種。																			
	3回接種					※1回目は生後6週以後、2回目・3回目は4週間以上の間隔をあけて生後32週までに接種。																			
おたふくかぜ						①					②														

2) 予防接種の間隔



注) ・ヒブの1回目・2回目・3回目の間隔は、27日~56日間あけてください。
・小児用肺炎球菌の1回目・2回目・3回目の間隔は、27日以上あけてください。
・B型肝炎の1回目と2回目の間隔は、27日以上あけてください。
3回目の接種は1回目の接種から約5か月の間隔をあけてください。
・4種混合の1回目・2回目・3回目の間隔は、20日~56日間あけてください。

生ワクチン

弱毒したウイルスなどを生きたまま接種するもので、通常1回の接種で免疫が得られます。
(ただし、例外もあり、麻しん風しんは2回)

不活化ワクチン

死菌ワクチンと呼ばれ、何回かに分けて接種を行い、数年後に追加接種を行う必要があります。

Ⅲ.接種できる市内の医療機関

医療機関名	住 所	電話番号	ヒ ブ	小児用肺炎球菌	B型肝炎	4種混合	B C G	ポリオ	麻しん風しん	水痘	日本脳炎	二種混合	子宮頸がん
宇賀神内科クリニック	中央南一丁目 6-28	53-6961	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
江口こども医院	中央二丁目 18-1	43-8118	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
大沼医院	神町中央一丁目 11-18	48-2830	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
金村医院	本丸西四丁目 1-24	48-6110	○	○		○			○	○	○	○	
菅クリニック	東根甲 655	42-0055							○				○
工藤医院	羽入 2098-4	47-3838	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
佐藤内科胃腸科医院	神町中央一丁目 9-35	47-1125	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
柴田内科循環器科クリニック	一本木二丁目 4-25	42-3917				○		○	○	○	○	○	
すずきこどもクリニック	神町北三丁目 2-18	53-6107	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
ひかり皮膚科	さくらんぼ駅前二丁目 13-1	43-1002							○			○	
藤田医院	六田一丁目 1-35	42-0256									○	○	○
保坂クリニック	さくらんぼ駅前二丁目 7-22	41-1188	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
宮崎外科胃腸科クリニック	宮崎一丁目 3-30	41-2357	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
山本内科医院	中央四丁目 5-24	43-0180	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
北村山公立病院	温泉町二丁目 15-1	42-2111	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

◎指定された市外の医療機関でも接種できます。(ただし、県内に限ります)

Ⅳ.接種方法

●県内で接種する場合

接種場所	持 ち 物	受 け 方
市内の医療機関	・ 母子健康手帳 ・ 予診票 ・ 保険証	・ 医療機関に直接予約をし、受けてください。(接種券は必要ありません。)
市外の医療機関	・ 母子健康手帳 ・ 予診票 ・ 保険証 ・ 接種券	・ 事前に接種券の申請が必要です。・ 医療機関に直接予約をし、受けてください。 【注意】 接種券を持たずに接種すると、全額自己負担になります。 また、医療機関(市町村)によっては、自己負担額が生じる場合があります。

●県外で接種する場合

接種場所	持 ち 物	受 け 方
県外の医療機関	・ 母子健康手帳 ・ 予診票 ・ 保険証	〈接種前〉 ・ 事前に、県外で予防接種を受診する申請が必要です。 【注意】 申請をせずに受診した場合は、全額自己負担になります。 〈接種後〉 ※ 料金は、受診時に自己負担してもらいますが、その後、払い戻しでの助成をしています。 (ただし東根市での助成金額分に限る) ・ 医療機関で発行された領収書、印鑑、通帳、母子健康手帳を持参のうえ、申請してください。

V. その他予防接種について

●ロタウィルス予防接種の助成について

生後6週～24週、または32週までの乳児に対し、ロタウィルス予防接種の接種費用を助成します。

対 象：生後6週～24週、または32週までの乳児（ワクチンの種類によって接種期間が異なります。）

助 成 額：ワクチンの種類によって異なります。

ロタリックス（2回接種の場合）…… 1回につき6,000円を上限に2回

ロタテック（3回接種の場合）…… 1回につき4,000円を上限に3回

医療機関：東根市と契約している医療機関でのみの助成です。

その他で受けた場合は助成の対象外です。

方 法：医療機関で決められている金額から、助成上限額を差し引いた額を直接お支払ください。

※予診票は新生児出生連絡票の提出時に配付します。指定の予診票をお持ちでない場合、助成を受けられないことがありますので、ご注意ください。

●大人の風しん予防接種について

風しんは、妊娠初期の妊婦さんが感染すると、先天性風しん症候群（白内障や難聴、先天性心疾患等）の症状が出る場合があります。これから妊娠を希望している人は、予防接種を受けることで、風しんへの感染を予防しましょう。

この事業の対象者は、下の①～③に該当する人ですが、平成25～29年度に当該事業の助成事業で受診した人、過去に風しんに罹患した人、予防接種を2回実施した人は対象外となります。（平成2年4月2日～平成7年4月1日生まれの方は、乳幼児期と中学生又は高校生ごろに麻しん風しん予防接種を2回受ける機会がありました。母子健康手帳で接種歴をご確認の上、申請してください。）

【対象者】 ①妊娠を希望している23歳～50歳（平成30年4月1日時点）の女性（妊婦および妊娠している可能性のある人を除く。）

②妊娠を希望している23歳～50歳（平成30年4月1日時点）の女性（抗体価がHI抗体換算で16を超える人、過去に風しんに感染した人、予防接種を2回受けている人を除く）の夫および同居家族

③妊婦（抗体価がHI抗体換算で16以下の人に限る。ただし妊娠初期の妊婦健診結果判明前の人はこの限りではない。）の夫および同居家族

※平成25～29年度中に申請した人は対象外となります。

【持参するもの】 母子健康手帳または妊婦の抗体価の値がわかるもの（妊婦の夫及び同居家族が申請する場合のみ）

<ロタウィルス予防接種の助成を受けられる医療機関>

医療機関名	TEL	医療機関名	TEL
宇賀神内科クリニック	53-6961	たておか小児クリニック(村山市)	0237-55-2960
江口こども医院	43-8118	吾妻クリニック(大石田町)	0237-35-2021
大沼医院	48-2830	山形済生病院(山形市)	023-682-1111
工藤医院	47-3838	橋本こどもクリニック(山形市)	023-681-4800
すずきこどもクリニック	53-6107	天童市民病院(天童市)	023-654-2511
保坂クリニック	41-1188	奥山こども医院(天童市)	023-653-1717
山本内科医院	43-0180	山形県立河北病院(河北町)	0237-73-3131
北村山公立病院	42-2111	小林医院(河北町)	0237-71-1323
羽根田医院(村山市)	0237-54-3888	国井クリニック(寒河江市)	0237-84-4103

<大人の風しんの助成を受けられる医療機関>

医療機関名	TEL	医療機関名	TEL
宇賀神内科クリニック	53-6961	すずきこどもクリニック	53-6107
江口こども医院	43-8118	ひかり皮膚科	43-1002
大沼医院	48-2830	藤田医院	42-0256
金村医院	48-6110	保坂クリニック	41-1188
菅クリニック	42-0055	宮崎外科胃腸科クリニック	41-2357
工藤医院	47-3838	山本内科医院	43-0180
佐藤内科胃腸科医院	47-1125	北村山公立病院	42-2111

お問い合わせ

さくらんぼタントクルセンター内
東根市子育て健康課 母子健康係
TEL：43-1250（直通）

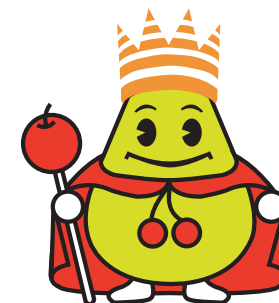
国民健康保険からのお知らせ

データヘルス計画を策定しています

データヘルス計画とは

「データヘルス計画」とは、健康・医療情報を活用して、PDCAサイクルに沿った効果的かつ効率的な保健事業の実施を図るための計画です。計画の策定に当たっては、特定健診の結果・診療実績等のデータを活用し分析を行っています。計画に基づく事業の評価についても健康・医療情報を活用しています。

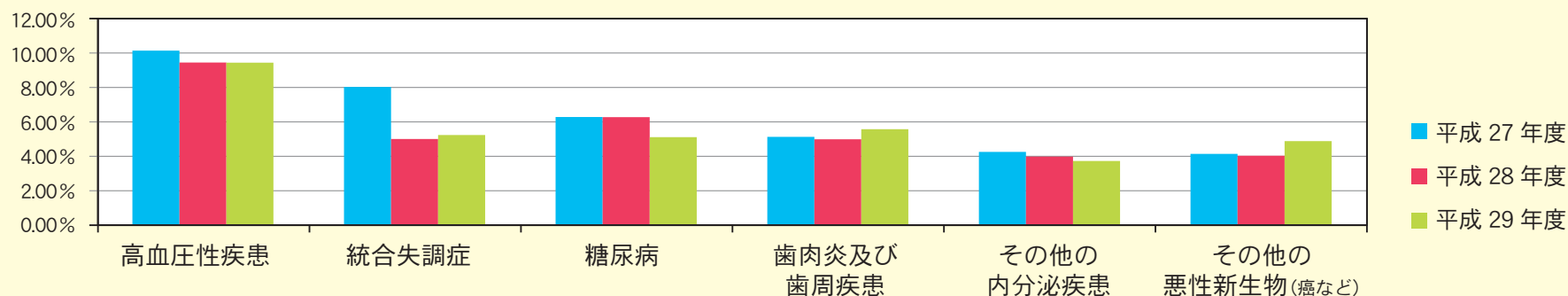
※PDCAサイクルとは、Plan（計画）⇒Do（実行）⇒Check（チェック）⇒Act（改善）を繰り返し継続的に内容改善することです。



東根市国民健康保険における疾病ごとの傾向

東根市国民健康保険における医療費の状況について、高血圧性疾患に要する医療費が3年連続1位となっています。また、糖尿病が若干減る一方、統合失調症と歯肉炎及び歯周病疾患が増えています。高血圧性疾患・糖尿病・歯肉炎及び歯周病疾患といった生活習慣病の占める割合も高くなっています。

上位6位の疾患



東根市では、データヘルス計画をもとに、より効果的な保健事業を実施し、みなさんと一緒に健康課題に取り組んでまいります。日ごろから健診を受けて健康状態を確認してみましょう。

～保健事業に参加し、生活習慣病改善のきっかけにしてみたいはいかがですか～

保険の給付

国民健康保険に加入している方に対し、次のような給付を行っています。

●保険給付の概要（主なもの）

給付の種類	こんなとき	給付と負担内容
療養の給付	医療機関で保険証を提示して治療を受けるとき	自己負担割合は、未就学児：2割、小学校就学時～69歳まで3割 70歳以上：1割～3割となり、残りは保険者が医療機関へ支払います。
高額療養費	同じ人が同じ月内に同じ医療機関に支払った自己負担金、一定の限度額を超えたとき	自己負担限度額（世帯の所得により異なります）を超えた分が払い戻しされます。 なお、国民健康保険に加入している方で該当する場合は、市役所から手続きについての通知を送ります。 ⇒入院が決まったら、「限度額適用認定証」の交付を受けてください。
療 養 費	急病などで保険証を提示することができず、医療費を全額支払った場合や医師の判断に基づきコルセット等を作成したとき	「療養の給付と同じ自己負担分」を除いた額が支給されます。
出産育児一時金	国民健康保険加入者が出産したとき	42万円が支給されます。 （産科医療補償制度未加入の医療機関での出産の場合は40万4千円）
葬 祭 費	国民健康保険加入者が死亡したとき	故人の葬祭（いわゆる葬式）を行った方に対し、5万円を支給します

●「限度額適用認定証」について

医療費の自己負担限度額は世帯の所得により異なるため、1ヶ月あたりの限度額がいくらとなるのかを証明する限度額適用認定証を交付しています。

入院や外来で高額な自己負担が発生する場合、この認定証を医療機関へ提示すれば、医療機関での自己負担額（保険適用分）は限度額までとなります。

※この認定証の交付を受けずに受診した場合や、外来、複数の医療機関への支払が限度額を超えた場合は、後日、高額療養費の申請により限度額を超えた分を支給します。

～入院等高額の自己負担が発生する場合は、限度額適用認定証の交付を受けてください～

・70歳以上の自己負担が1・2割の人で、住民税課税世帯の方については、認定証の交付はありません。

被保険者証・高齢受給者証[※]を提示することで、医療機関への支払い（保険適用分）が限度額までとなります。

※高齢受給者証は平成30年8月1日から被保険者証と一体型となります。

お問い合わせ

市民課国保医療係

TEL：42-1111 内線 2137

●自己負担限度額は次のとおりです

70歳未満で住民税非課税世帯の人や70歳～74歳で低所得Ⅰ・Ⅱに該当する人は「限度額適用・標準負担額減額認定証」の交付を受けると、医療費が自己負担限度額までの支払いとなる他に、入院時の食事代(標準負担額)についても減額が受けられます。

◎70歳未満の人の自己負担限度額

対象所得(※1)の要件	自己負担限度額(月額)	
	高額該当3回目まで	4回目以降※2
901万円超	252,600円(医療費が842,000円を超えた場合は超えた分の1%を加算)	140,100円
600万円～901万円以下	167,400円(医療費が558,000円を超えた場合は超えた分の1%を加算)	93,000円
210万円～600万円以下	80,100円(医療費が267,000円を超えた場合は超えた分の1%を加算)	44,400円
210万円以下	57,600円	44,400円
住民税非課税世帯	35,400円	24,600円

※1 国民健康保険税の算定の基礎となる基礎控除後の総所得金額

※2 過去12か月以内に、同じ世帯で高額療養費の支給が4回以上あった場合の4回目以降

◎70歳～74歳の人の自己負担限度額

(平成30年7月まで)

所得区分	自己負担限度額(月額)	
	外来(個人)	外来+入院(世帯単位)
現役並み所得者 (課税所得145万円以上)	57,600円	80,100円(医療費が267,000円を超えた場合は超えた分の1%を加算)(4回目以降44,400円※2)
一般(課税所得145万未満)	14,000円 (年間上限 144,000円)	57,600円 (44,400円※2)
低所得者Ⅱ 同一世帯の世帯主及び国保被保険者が 住民税非課税で低所得者Ⅰ以外の人	8,000円	24,600円
低所得者Ⅰ 同一世帯の世帯主及び国保被保険者が住民税非課税でその世帯の各所得が必要経費・控除(年金の所得は控除額を80万円として計算)を差し引いたときに0円となる人	8,000円	15,000円



(平成30年8月～)

所得区分	自己負担限度額(月額)	
	外来(個人)	外来+入院(世帯単位)
現役並み所得者	課税所得 690万円以上	252,600円(医療費が842,000円を超えた場合は超えた分の1%を加算)(4回目以降140,100円※2)
	課税所得 380万円以上	167,400円(医療費が558,000円を超えた場合は超えた分の1%を加算)(4回目以降93,000円※2)
	課税所得 145万円以上	80,100円(医療費が267,000円を超えた場合は超えた分の1%を加算)(4回目以降44,400円※2)
一般(課税所得145万未満)	18,000円 (年間上限 144,000円)	57,600円 (44,400円※2)
低所得者Ⅱ	8,000円	24,600円
低所得者Ⅰ	8,000円	15,000円

医療費助成制度について

お問い合わせ 市民課国保医療係 TEL42-1111 内線2137

◎東根市では、お子さんやひとり親家庭、障がいをお持ちの方に医療費（保険適用分）の助成を行っています。それぞれの制度の概要については、次のとおりとなります。詳しくはお問合せ下さい。

◇子育て支援医療給付制度

0歳から中学校3年生までのお子さんの医療費（保険適用分）に対し助成を行っています。入院・通院（外来）ともに、自己負担はありません。
※助成を受けるには申請を行い医療証の交付を受ける必要があります。（出生時または転入時の初回の申請で中学3年生まで自動更新されます）

◇ひとり親家庭等医療給付制度

お子さんを扶養しているひとり親世帯の場合、お子さんと親御さんの医療費（保険適用分）の助成を行っています。
※お子さんの19歳の誕生日末までの間、扶養者の所得要件や就労要件を満たしていれば該当となります。要件等の詳細については、お問合せ下さい。

◇重度心身障がい（児）者医療給付制度

一定の障がいのある方に対して医療費（保険適用分）の助成を行っています。
※所得要件や障がいの程度によっては該当しない場合があります。詳しくはお問合せ下さい。

- すべての制度において、県外での受診や医療証を提示し忘れた場合は、一旦自己負担額を医療機関へお支払いいただき、後日申請によりお返しいたします。
- 小学校3年生以下のお子様は、子育て支援医療給付制度が優先になります。



山形県救急電話相談について

◎夜間や休日の急な病気で医療機関を受診しようか迷った時は、県の救急電話相談をご活用ください。医師の支援のもと専門の看護師が対応します。

◆相談日時 毎日 午後7時～10時

○小児救急電話相談（小児は15歳未満対象です）

電話番号 #8000（県内ブッシュ回線、携帯電話） TEL023-633-0299（ダイヤル回線、IP電話、PHS）

○大人の救急電話相談

電話番号 #8500（県内ブッシュ回線、携帯電話） TEL023-633-0799（ダイヤル回線、IP電話、PHS）



教育長賞
神町中学校2年 大川 暖莉さん



教育長賞
大富小学校2年 高梨 愛彩さん



特別賞
神町中学校1年 矢萩 愛子さん



特別賞
東郷小学校1年 鈴木 壮哉さん



特別賞
大富小学校5年 鈴木 陽人さん



特別賞
大森小学校6年 林 侑和さん