



# アップ ゲット 特定健診受診率UPで報奨GET!

## 中間発表! 順位大変動! 前月1位だった地区がまさかの...

グループAでは上位陣が手堅く順位をキープ!  
 グループBでは小波津区が前月4位から1位に!  
 グループCでは前月10位の嘉手苅区が前月1位の徳佐田区を逆転しています!  
 まだまだここからです! 最後の集団検診を受けましょう!



グループA	全体			40-64歳			総合点数	総合順位	
	受診率	順位	点数	受診率	順位	点数		前月	
坂田	38.8%	1位	10	26.5%	1位	13	23	1位	(1位)
与那城	30.9%	2位	8	23.0%	2位	10	18	2位	(2位)
兼久	27.9%	5位	5	21.6%	3位	8	13	3位	(3位)
平園	29.9%	4位	6	19.2%	6位	4	10	4位	(5位)
幸地	27.5%	6位	4	19.4%	5位	5	9	5位	(7位)
小那覇	30.4%	3位	7	17.0%	9位	1	8	6位	(4位)
棚原	24.0%	9位	1	21.1%	4位	6	7	7位	(6位)
翁長	26.3%	8位	2	17.9%	7位	3	5	8位	(10位)
我謝	27.4%	7位	3	17.8%	8位	2	5	9位	(8位)
上原	22.7%	10位	1	16.7%	10位	1	2	10位	(9位)

グループB	全体			40-64歳			総合点数	総合順位	
	受診率	順位	点数	受診率	順位	点数		前月	
小波津	27.1%	7位	3	25.0%	1位	13	16	1位	(4位)
西原ハイツ	35.8%	1位	10	18.5%	5位	5	15	2位	(2位)
小橋川	29.3%	6位	4	23.9%	2位	10	14	3位	(5位)
美咲	30.5%	5位	5	22.8%	3位	8	13	4位	(3位)
津花波	31.3%	3位	7	17.1%	6位	4	11	5位	(1位)
小波津団地	31.2%	4位	6	15.6%	7位	3	9	6位	(8位)
西原台団地	34.3%	2位	8	13.8%	9位	1	9	7位	(9位)
池田	22.9%	8位	2	20.6%	4位	6	8	8位	(7位)
森川	21.7%	9位	1	14.0%	8位	2	3	9位	(6位)
県営内間団地	17.3%	10位	1	8.5%	10位	1	2	10位	(10位)

グループC	全体			40-64歳			総合点数	総合順位	
	受診率	順位	点数	受診率	順位	点数		前月	
県営坂田高層住宅	45.5%	1位	10	38.1%	1位	13	23	1位	(3位)
県営西原団地	32.8%	2位	8	29.7%	2位	10	18	2位	(5位)
内間	30.4%	4位	6	27.0%	3位	8	14	3位	(6位)
嘉手苅	28.9%	5位	5	21.6%	5位	5	10	4位	(10位)
県営幸地高層住宅	27.5%	8位	2	22.2%	4位	6	8	5位	(7位)
徳佐田	32.3%	3位	7	10.7%	11位	1	8	6位	(1位)
掛保久	28.6%	6位	4	15.8%	7位	3	7	7位	(8位)
安室	27.0%	9位	1	17.9%	6位	4	5	8位	(4位)
幸地ハイツ	27.7%	7位	3	12.5%	9位	1	4	9位	(2位)
呉屋	22.7%	10位	1	15.4%	8位	2	3	10位	(11位)
桃原	15.9%	12位	1	12.5%	9位	1	2	11位	(9位)
千原	16.7%	11位	1	5.9%	12位	1	2	12位	(12位)

**今すぐご予約を!** **最後の集団健診(追加開催)のお知らせ** **ラストチャンス!**  
 日程 3月10日(日) 受付8時~10時 場所 西原町保健センター  
 予約・お問い合わせ 福祉部 健康支援課 保健予防係 ☎945-4791



# 健康だより お子さまの生活習慣を見直してみませんか?

近年のスマートフォンやタブレット等の普及に伴い、子育てにもスマホ等が利用され、小さな子どもが操作する姿をよく見かけるようになりました。1歳6か月児と3歳児の健診結果を見てみると、年齢が上がるにつれ、テレビ・スマホ等を見る時間が長くなっています。

## 子どもの発達にはどう影響するの?

乳幼児期は視力が発達する重要な時期。赤ちゃんの視力は0.01ほどで、小学校入学までに成人の視力まで発達していきます。スマホやタブレット等の小さな画面を近くで見る時間が長いと視力は発達せず、左右差も出てくることわかっていきます。

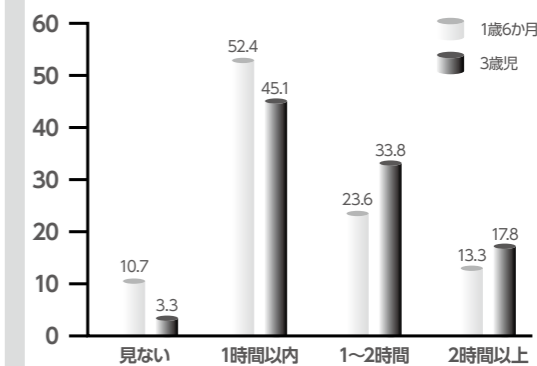
また、子どもの体力や運動能力、見る、聞く、嗅ぐ、味わう、触れるといった五感、体を動かして自由に遊ぶことで育ち、言葉や社会性の発達も、人とのコミュニケーションや実体験によって促されます。

## 早寝、早起き、朝ごはんをいっしょに!

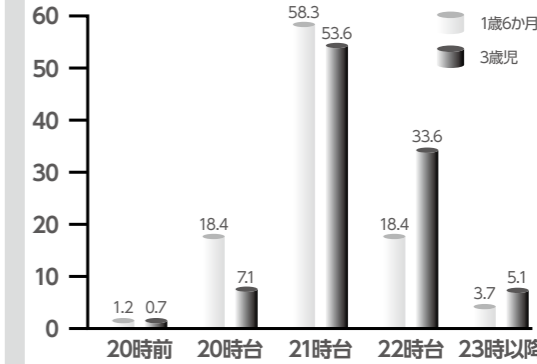
1歳6か月児と3歳児の就寝時間をみてみると、3歳児は22時以降に寝る子が約4割となっており、1歳6か月児より約2倍の増加となっています。

子どもの体や脳の成長発達の基盤は生活リズムです。この生活リズムを作るのは脳の視床下部というところで、生後3か月頃から働き始めます。朝の光を浴びることで、眠りを誘い情緒を安定させるホルモンが15~16時間後に視床下部から出ます。早寝のためにも、朝は眠たそうにしている時間になったら起こしてあげましょう。また、朝食を食べることは、内臓を目覚めさせ、消化や代謝のリズムを整えます。早寝、早起き、朝ごはんを元気に元気に! 楽しい新学期を迎えましょう。

(%) テレビ・スマホ・タブレット等を見る時間



(%) 1歳6か月児と3歳児の就寝時間の比較



平成29年度 沖縄県乳幼児健診結果より

福祉部 健康支援課 保健予防係 ☎945-4791

## ◆ 場所 西原町役場保健センター

事業名	月日	対象者	受付時間
乳児一般健診	3月 3日(日)	H30.5.3 ~ H30.5.31	9:00~ 9:30
	3月 3日(日)	H30.10.5 ~ H30.10.31	9:45~10:15
ベビースクールI	3月 6日(水)	H30.9.1 ~ H30.10.31	13:30~
2歳児歯科健診	3月 7日(木)	H28.8.21 ~ H28.11.30	13:30~15:00
ベビースクールII	3月13日(水)	H30.9.1 ~ H30.10.31	13:30~
3歳児健診	3月14日(木)	H27.10.6 ~ H27.10.31	13:30~14:15
ベビースクールIII	3月27日(水)	H30.9.1 ~ H30.10.31	10:00~
1歳半健診	3月28日(木)	H29.7.17 ~ H29.8.16	13:30~14:15

★乳幼児健診及びベビースクールにおいては対象のお子さまには健診日の2~3週間前までには通知をお送りします。  
 ★対象者数によっては人数の調整のため、対象となる生年月日に変更となる場合があります。健診の通知が届いているか確認をお願いします。

保健カレンダー