

●保健センター鳩ヶ谷分室
☎048-284-2325 ㊟048-284-0052

●神根保健ステーション
☎048-297-8300

●新郷保健ステーション
☎048-280-1725

●芝保健ステーション
☎048-264-3506

●南平保健ステーション
☎048-225-2724

●戸塚保健ステーション
☎048-298-0271

●青木保健ステーション
☎048-256-9711

■もしもし健康相談 乳幼児・妊婦・生活習慣病・その他
☎048-251-9222 月～金曜日(祝日を除く)13:00～16:00

第19回生活習慣病予防講座

「エコな健康法! in 安行
～ウォーキングで健康生活を手に入れよう～」

いますぐ使えるウォーキングのポイント

日 10月3日(出) 10:00～12:00

場 安行スポーツセンターと周辺歩道

対 医師から運動制限を受けていない市民

講師…東京学芸大学名誉教授・

宮崎県ウォーキング協会名誉会長

波多野 義郎 氏

定 70人(先着順)

¥無料

申 9月8日(火)～25日(金)に保健センターへ電話で
※駐車場に限りがあるため、公共交通機関をご利用ください。

こころの健康フェア

自殺予防週間にあわせ、こころの健康に関するパネルや関連資料、図書などの展示をします。自身や身近な人のこころの健康づくりに、ぜひお立ち寄りください。

日 9月10日(木)～16日(火)

平日10:00～20:00 土・日9:00～18:00

場 中央図書館入口

こころの健康相談

精神保健福祉士・保健師による心の悩みや病気、ひきこもり、社会復帰などの相談

日 9月1日(火)・8日(火)・15日(火)午後(予約制)

場 申 保健センター

¥無料

教室のご案内

¥無料 場・申 保健センター

教室名	場所	日時	内容	講師	対象	申込締切(必着日)
ウェルカムBaby教室(母親・両親教室)	保健センター	1日目 11月12日(木) 13:00～16:00	「赤ちゃんの健康と病気」「妊産婦の栄養」「分娩の経過」など	医師 栄養士 保健師	出産予定月 平成28年1月～5月の妊婦 定 36組 ※1日目は妊婦のみの参加 2日目はご夫婦での参加	10月9日(金)
(2日目のみの参加もできます)		2日目 11月13日(金) 13:00～16:00	「赤ちゃんの育て方」「沐浴・妊婦疑似体験」	保健師 など		
マタニティママの歯の健康教室	鳩ヶ谷分室	11月24日(火) 13:00～15:40	「ママと赤ちゃんの歯の話」 歯科健診 ブラッシング指導	歯科医師 歯科衛生士	出産予定月 平成28年1月～5月の妊婦 定 30人	10月23日(金)
離乳食講習会	保健センター	10月2日(金) Aコース10:00～11:10 Bコース11:30～12:40 ※コースは選べません。	「離乳食の進め方」のお話、試食	栄養士	平成27年4月～6月生まれの乳児とその保護者 定 各コース30組	9月11日(金)
		11月6日(金) Aコース10:00～11:10 Bコース11:30～12:40 ※コースは選べません。	「離乳食の進め方」のお話、試食	栄養士	平成27年5月～7月生まれの乳児とその保護者 定 各コース30組	10月6日(火)
さくらんぼの会	保健センター	9月14日(月) 10:00～11:30	双子・三つ子の家族や多胎妊娠中のかたの交流	保育士 保健師 など	多胎児とその家族、多胎妊娠中のかたとその家族 定 20組(先着順)	9月4日(金) までに電話で

はがきに「〇月〇〇教室希望」(ウェルカムBaby教室2日目の実習のみ参加希望者は「実習のみ参加」と記入の上、参加するかたの氏名(ふりがな)・〒・住所・電話番号・出産予定日・または子ども名前・生年月日を記入し保健センターへ郵送。(申込多数の場合は抽選。さくらんぼの会を除く)。託児はありません。1つの教室につき、1枚のはがきでお申し込みください。

予防接種

高齢者の肺炎球菌感染症 定期予防接種

市内に住民登録があり、今までに高齢者肺炎球菌ワクチン(23価肺炎球菌莢膜ポリサッカライドワクチン)を受けたことがない①、②のかた

①平成27年度中に65歳、70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、100歳になるかた

・65歳(昭和25年4月2日～昭和26年4月1日生まれ)

・70歳(昭和20年4月2日～昭和21年4月1日生まれ)

・75歳(昭和15年4月2日～昭和16年4月1日生まれ)

・80歳(昭和10年4月2日～昭和11年4月1日生まれ)

・85歳(昭和5年4月2日～昭和6年4月1日生まれ)

・90歳(大正14年4月2日～大正15年4月1日生まれ)

・95歳(大正9年4月2日～大正10年4月1日生まれ)

・100歳(大正4年4月2日～大正5年4月1日生まれ)

②満60歳以上65歳未満のかたで心臓やじん臓、呼吸器、またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に厚生労働省令で定める身体障害者1級程度の障害を有するかた(身体障害者手帳の写し、または医師の診断書が必要)

場 指定の医療機関(医療機関へ要予約)

¥5,000円(生活保護世帯は無料)

日 平成28年3月31日(木)まで

◎対象期間を過ぎると定期接種として接種できません。平成30年度までは経過措置として対象年齢は5歳ごととなってい

すが、平成31年度からは65歳のみ対象となります。

子どもの予防接種

予防接種は、予防接種を受けたかたが病気になる、また、かかったとしても症状が軽くすむようにする目的と、多くの人が予防接種を受けることで、病気を周りの人にうつさないための目的があります。

子どもの予防接種は個別接種で行っています。市が委託している医療機関に予約の上、接種を受けてください。

新しく対象となるかたには、詳しい案内と接種の際に必要な予診票を送付します。送られてきた通知と、市が配布している予防接種の冊子をよく読み、決められた期間内に接種を受けてください。

¥無料

共通項目

◎ほかの予防接種との間隔

生ワクチンの予防接種を受けてから27日間以上、ほかの不活化ワクチンまたはトキソイドの接種を受けてからは6日間以上間隔をあけて接種してください。

◎副反応

接種後に、軽い副反応がみられることがあります。その場合は、すぐに医師の診察を受けてください。

子どもの予防接種一覧

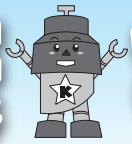
予防接種の種類	回数	受けることが可能な期間(対象年齢)
Hib(ヒブ)感染症	4回 ※1	2カ月～5歳未満
小児の肺炎球菌感染症	4回 ※1	2カ月～5歳未満
ジフテリア・百日せき・破傷風・ポリオ	1期四種混合(CPT-IPV) 追加1回	初回3回 3カ月～7歳6カ月未満 7歳6カ月未満
ジフテリア・破傷風	2期二種混合(DT)	1回 11歳～13歳未満
受けていないかた	ポリオ	初回3回 追加1回 3カ月～7歳6カ月未満 7歳6カ月未満
	ジフテリア・百日せき・破傷風	1期三種混合(DPT) 追加1回 初回3回 7歳6カ月未満
結核(BCG)	1回	1回 出生時～1歳未満
麻疹風しん混合(MR)	1期 2期	1回 1回 1歳～2歳未満 5歳～7歳未満のうち小学校就学前の1年間
水疱(みずぼうそう)	2回	2回 1歳～3歳未満
日本脳炎※2	1期 2期	初回2回 追加1回 1回 6カ月～7歳6カ月未満 7歳6カ月未満 9歳～13歳未満
ヒトパピローマウイルス感染症※3(子宮頸がん)	3回	3回 小学6年生～高校1年生相当の女性

※1:接種開始月齢により異なります。

※2:平成7年4月2日～平成19年4月1日生まれのかたは、対象年齢を過ぎても20歳未満の間、日本脳炎を定期接種として受けることができます。(ただし、2期は9歳以上)

※3:平成25年6月14日付の厚生労働省からの勧告により積極的に勧められていません。

健康ひろば



申し込み・問い合わせは保健センターへ

保健センター 〒332-0026 南町 1-9-20
☎048-256-2022 FAX 048-256-2023

省略文字の見方

日日時・期間 場場所 対対象 定定員
¥費用・料金 申申込・提出・応募
問問い合わせ Eメール

子どもの健康診査(相談)

該当のかたに通知と受診票をお送りしています。転入されたかたなど、受診票のない場合は保健センターまでご連絡ください。

9月の対象者 (受診票がないと受けられません)

対象	方法
3・4カ月児 平成27年6月生まれ	委託医療機関
10カ月児 平成26年11月生まれ	集団(相談)
1歳6カ月児 平成26年3月生まれ	委託医療機関
〃 歯科	委託歯科医療機関
3歳児 平成24年3月生まれ	集団健診

乳幼児の健康診査は母子保健法に基づき実施しています。子どもの発育発達の確認、疾病や異常の予防や早期発見など、子どもの健康管理に必要な内容です。特に3歳児健康診査は幼児期の総合的な健診として大切な機会です。医師、歯科医師、歯科衛生士、栄養士、保育士、保健師、看護師、臨床心理士など専門スタッフが実施しています。ぜひ受けて、お子さんの成長の記録を母子健康手帳に残しましょう。

幼児相談(予約制)

発育・発達・ことばなどの相談
日場 10月2日(金)、11月6日(金)
9:00~10:00 保健センター
10月20日(火)
9:30~10:30 鳩ヶ谷分室
対 1~6歳の幼児

妊婦健康診査

~委託外医療機関における妊婦健康診査の助成~
委託契約をしていない国内の医療機関で受けた妊婦健診費用の一部を助成しています。申請期限は、出産後6カ月以内です(郵送可)。詳細は市ホームページをご覧ください。
※県外の医療機関で受診するかたは、必ず受診前に、委託医療機関かどうか保健センターにお問い合わせください。

妊産婦・新生児訪問

赤ちゃんが生まれたすべての家庭を保健師または助産師が訪問しています。赤ちゃんが生まれたらすぐに出生連絡票を保健センターへ提出してください。また妊婦のかたへも必要に応じて訪問しています。

小さく生まれた赤ちゃんへ

~未熟児養育医療給付~
入院を要する未熟児に対し、指定医療機関で公費負担による医療給付を行います。
対 指定医療機関に入院した1歳未満のお子さん(出生体重が2,000g以下または医師が入院養育を必要と認めた未熟児)
申 出生日から2週間以内に保健センターへ

巡回みんなの保健室

~成人健康相談~

期日	場 所	追加の相談
毎週月曜日(祝日を除く)	保健センター	栄養(9月14日) 栄養(10月19日)
9月1日(火)	青木公民館	栄養、介護
9月4日(金)	芝公民館	栄養、介護、歯科
9月9日(火)	戸塚公民館	栄養、介護、歯科
9月15日(火)	市役所本庁舎	栄養、介護
9月18日(金)	領家公民館	栄養、介護
10月1日(木)	根岸公民館	栄養、介護、歯科
10月7日(火)	安行公民館	栄養、介護
10月9日(金)	青木東公民館	栄養、介護
10月13日(火)	鳩ヶ谷庁舎	栄養、介護、歯科

【受付】9:30~10:30(本庁舎は10:30~14:30) 直接会場にお越しください。

【測定】尿(本庁舎では実施しません)、体重・体脂肪、腹囲、血圧、握力、肺活量
【健康相談】保健師のほか、栄養・栄養士、介護・地域包括支援センター、歯科・歯科衛生士(測定だけのご利用もできます。禁煙相談も行っています。医師の診察はありません。)
対 市民 ¥無料
持ち物…健康手帳(ないかたは当日交付)本庁舎は不要
問 保健センター



健康づくり出前講座

健康に関する情報を保健師や栄養士がお届けします!ぜひご利用ください。

講座のテーマ
①がん検診の受け方・がん予防のポイント
②生活習慣病予防
③栄養バランス
講師:保健師・栄養士
対 市民で10人以上参加予定の団体・グループ
¥無料
申 希望のテーマを1つ選び、開催予定の1カ月前までに保健センターへ電話で
※平日9:00~17:00で1講座あたり60分以内
※会場(市内)の用意をお願いします。
詳細はお問い合わせください。

ことばのリハビリ教室

言語聴覚士の指導による、失語症者支援のグループ活動です。
【内容】血圧測定、歌、近況報告、口の体操、ゲーム、茶話会など
対 市民で、脳卒中・事故の後遺症・脳腫瘍などで、言葉に障害があり日常生活に不自由を感じる、おおむね40~64歳のかたと、その家族
※認知症者、医療機関・施設などで言語リハビリテーションを受けているかたは参加できません。※家族だけの参加も可能です。
日 第4水曜日(予約制)
場 鳩ヶ谷庁舎 申 問 保健センター

39(Thank You)ヘルスチェック

39歳以下のかたの無料健康チェックです。
【測定】尿、体重・体脂肪、腹囲、血圧、むし歯菌、血糖(簡易)、骨密度
【健康相談】保健師、栄養士、歯科衛生士(禁煙相談も行っています。医師の診察はありません。)
日 10月27日(火)午前
場 南平公民館
対 健診を受ける機会のない39歳以下の市民(昭和51年4月2日以降生まれ、参加は年度内1回)
定 50人程度(予約制)
¥無料
申 9月14日(月)から保健センターへ電話で
問 保健センター

今月の献血

地区献血会などで献血を実施しています。

期日	時間	場 所
9月3日(木)	14:00~16:00	前川公民館
9月8日(火)	10:00~16:00	リリア
	14:00~16:30	医療センター
9月15日(火)	9:30~11:00	横曽根公民館
	13:00~14:00	西公民館
	15:00~16:00	西川口公民館
9月17日(木)	13:30~16:00	戸塚環境センター

問 市献血推進連絡協議会事務局(保健衛生課)
☎048-258-1642

川口駅献血ルームでは毎日献血を受け付けています。(10:00~17:30 年末年始を除く)
問 川口駅献血ルーム ☎0120-353-611

エイズ検査は川口保健所で受けることができます。(匿名・無料)
問 川口保健所 ☎048-262-6111

ソーシャルクラブ

地域で生活している、主に慢性期・回復期の統合失調症のかたを対象に行なっているグループ活動です。社会復帰の第一歩として参加してみませんか。
対 市民で、精神科に通院している主に統合失調症のかたで主治医の推薦のあるかた
日 毎週水曜日(月4回)9:30~15:00
場 保健センター
活動内容…スポーツ、音楽レク、料理など

訪問歯科健康診査

お口の中の衛生状況・入れ歯の使用法・歯周病・虫歯予防などの相談。歯科治療の必要性の判断。
対 市民でおおむね65歳以上の寝たきり、またはこれに準ずるかた。(65歳未満のかたはご相談ください。)
※年度内1回のみです。
¥無料(健診後に必要になった治療は有料です)



乳がんセット検診、胃がん検診臨時申込

日 9月27日(日)10:00~13:00
場 リリア展示ホール
【健康フェスティバル】会場内
※定員は検診場所により異なります。(先着順)
※詳細は事前にお問い合わせください。
問 保健センター

休所のお知らせ

戸塚保健ステーションは、施設点検のため9月16日(火)~18日(金)終日休所します。