

保健センター鳩ヶ谷分室 ☎048-284-2325 FAX048-284-0052
 南平保健ステーション ☎・FAX048-225-2724
 神根保健ステーション ☎・FAX048-297-8300
 戸塚保健ステーション ☎・FAX048-298-0271

新郷保健ステーション ☎・FAX048-280-1725
 青木保健ステーション ☎・FAX048-256-9711
 芝保健ステーション ☎・FAX048-264-3506
 もしもし健康相談 ☎048-251-9222 13:00~16:00

予防接種

子どもの予防接種

予防接種の目的は、病気の予防と、感染の拡大防止です。

子どもの予防接種は個別接種で行っています。指定医療機関に予約し、接種を受けてください。

新しく対象となるかたには、詳しい案内と接種時に必要な予約票を送付します。案内をよく読み、決められた期間内に接種を受けてください。

高齢者の肺炎球菌感染症定期予防接種

対市に住民登録があり、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29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
- 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)

日平成30年3月31日(出まで)
場指定医療機関(医療機関へ要予約)
料¥5,000円(生活保護世帯は無料)

◎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31年度からは65歳のみとなります。

ります。従って今年度の対象者は、5年後に対象となることはありません。

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シノイドの接種を受けてからは6日間以上間隔を空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、まれに重い副反応がおこることがあります。その場合は、すぐに医師の診察を受けてください。



教室のご案内

無料 申保健センター

教室名	場所	日時	内容	講師	対象	申込締切
ウェルカムBaby教室 (母親・両親教室) (2日目のみの参加もできます)	保健センター	1日目 10月12日(木) 13:00~16:00	妊娠後期の過ごし方、分娩の経過 妊産婦の栄養など	医師、保健師 栄養士	出産予定月 平成29年12月~平成30年4月の妊婦 36組	9月12日(木)
		2日目 10月20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	※1日目は妊婦のみの参加 2日目はご夫婦での参加 (妊婦のみの参加可)	
マタニティママの 歯の健康教室	保健センター	10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29年12月~平成30年4月の妊婦 30人	9月22日(金)
離乳食講習会	保健センター	10月3日(火)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。	離乳食の進め方の話、試食	栄養士	平成29年4月~6月生まれの乳児と その保護者 各コース30組	9月13日(木)
さくらんぼの会	保健センター	9月4日(月) 10:00~11:30	多胎児を持つ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 20組(先着順)	8月14日(月) ~18日(金) 電話予約

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、または子どもの名前、生年月日を記入し保健センターへ。(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。

こころの健康相談(予約制)

精神保健福祉士・保健師によるこころの悩みや病気、ひきこもり、社会復帰などの相談

日8月8日(火)、22日(火)、29日(火)午後 **場**保健センター **料**無料

今月の献血

地区献血会などで献血を実施しています。ご協力をお願いします。

期 日	時 間	場 所
8月2日(木)	9:30~11:00	安 行 公 民 館
	13:00~14:00	北 ス ポ ー ツ セ ン タ ー
	15:00~16:00	根 岸 公 民 館
8月6日(日)	10:00~15:00	オ ー ト レ ー ス 場
8月8日(火)	9:30~11:30	リ サ イ ク ル プ ラ ザ
	9:30~11:00	消 防 局
8月18日(金)	13:30~16:30	イ オ ン モ ー ル 川 口 前 川
	9:30~11:30	武 南 警 察 署
8月24日(木)	9:30~11:00	朝 日 東 公 民 館
	13:00~14:00	南 平 公 民 館
	15:00~16:00	鎮 家 公 民 館
8月25日(金)	9:30~11:00	朝 日 公 民 館
	13:00~14:00	青 木 公 民 館
	15:00~16:00	上 青 木 公 民 館
8月30日(木)	9:30~11:45	戸 塚 公 民 館
	13:00~16:00	

問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

平成29年度胃がん検診第2回申し込み

胃がん検診(バリウムを飲むレントゲン撮影)を公民館などで実施します。

対市に住民登録がある、40歳以上のかた(勤務先などで受診機会のあるかたは対象外)

【検診実施期間】…10月~平成30年2月

申①8月1日(火)~18日(金) (必着)に下記施設の窓口にある申込用紙に記入の上、提出。保健センター、介護保険課、支所、川口駅前行政センター、西川口駅・蕨駅前芝・鳩ヶ谷駅連絡室、公民館、中央ふれあい館、婦人会館、東・西・芝スポーツセンター

②市ホームページから申込用紙を印刷・記入の上、各受付窓口へ持参または保健センターへ郵送

※申込用紙の配布、ホームページの閲覧は8月1日(火)から。

※申込み期間前の受付はできません。

*検診日時・場所の通知は、9月中旬に発送予定

*検診結果は2カ月以内に通知します。

*詳細は申込用紙をご覧ください。

*症状のあるかたは、検診ではなく医療機関を受診してください。

料¥510円(検診時)

妊産婦・新生児訪問

赤ちゃんが生まれた全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。



ワンポイントアドバイス

抗血栓薬を飲んでいる患者さんは
高血圧に注意しましょう！

川口市立医療センター

しも だ けん た ろ う
脳神経外科 医師 下田 健太郎



脳卒中は日本人の死因の第4位ですが、後遺症が残存して要介護状態になる疾病としては第1位です。脳卒中には脳内出血、クモ膜下出血、脳梗塞があります。近年、日本では高齢化社会を迎え、心臓の血管や脳の血管が詰まる病気である、心筋梗塞や脳梗塞の患者さんが増えています。

血管が詰まる病気を予防するために血をサラサラにする薬（いわゆる抗血小板剤（バイアスピリン、クロピドグレル、シロスタゾールなど）や抗凝固薬（ワーファリン、プラザキサ、エリキュース、イグザレルト、リクシアナ）などの抗血栓薬を内服している患者さんが増えています。抗血栓薬は脳梗塞や心筋梗塞の予防には効果的ですが、高血圧が続くと脳内出血のリスクを上げてしまいます。抗血栓薬中に発症する脳内出血の患者さんは、抗血栓薬なしの患者さんに比べて、出血拡大を起こす割合が約2～9倍高く、死亡率も2～4倍高いといわれています。特に抗血小板剤と抗凝固薬を併用していると出血率や死亡率が高くなるので十分注意が必要です。

現在、数々の研究で抗血栓薬中の高血圧管理は、脳内出血の発症率を下げることが分かっています。それらの根拠を基に、2015年に改訂された脳卒中治療ガイドラインでは、抗血栓薬中の患者さんは、収縮期血圧（上の血圧）を130mmHg未満、拡張期血圧（下の血圧）を80mmHg未満を目指すことを推奨しています。抗血栓薬を内服している患者さんは、高血圧の管理に十分注意しましょう。

すこやか生活習慣

水の事故



夏休み真っ最中。海やプール、山や川へと家族や友人と出かける機会が増えるこの時期は水の事故が多く発生します。以下の対策を行い、事故を未然に防止しましょう。

<危険箇所の把握>

転倒、滑りやすい場所、水温変化や水流の激しい場所、深みのある場所などを事前に把握して近づかない。

<的確な状況判断>

天候不良時や水難の恐れが高い時は釣りや遊泳を中止する。体調が悪い時、飲酒した時は海や川、プールに入らない。

<ライフジャケットの活用>

水辺に行く時は、体のサイズに合ったライフジャケットを着用する。

<遊泳時の安全確保>

危険区域に入らない。遊泳区域以外では泳がない。ルールを守り、安全な方法で遊泳し、危険な行動をしない。

<保護者などの付き添い>

絶対に子ども一人では水遊びをさせない。保護する責任のある者が必ず付き添い、目を離さないようにする。

◎小さい子どもがいる家庭は風呂場などでの溺水に注意

入浴中は常に目を離さず、風呂場に鍵をつけ、残り湯は捨てておきましょう。

※洗面器に汲んでいた水でおぼれたり、排水溝に髪の毛などが吸い込まれたりする事故が起きることもあります。

子どもの健康診査（相談）

該当のかたに通知と受診票を送付します。転入されたかたなど、受診票がない場合はご連絡ください。

	対 象		方 法
8月の 対象者 (受診票がないと受けられません)	3・4カ月児	平成29年 5月生まれ	委託医療機関
	10カ月児	平成28年10月生まれ	集団(相談)
	1歳6カ月児	平成28年 2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26年 2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。

39(Thank You)ヘルスチェック

39歳以下のかたの健康チェックです。

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9月15日(金)午前 場芝公民館

対健診を受ける機会のない39歳以下の市民（昭和53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8月14日(月)から保健センターへ電話で

幼児相談（予約制）

発育・発達・ことばなどの相談

日場8月29日(火)、10月24日(火) 9:30～10:30 鳩ヶ谷分室

9月 8日(金) 9:00～10:00 保健センター

対1～6歳の幼児

巡回みんなの保健室 ～成人健康相談～

期 日	場 所	保健以外の相談
毎週月曜日(祝日を除く)	保健センター	栄養(8月21日・9月11日)
8月22日(火)	鳩ヶ谷庁舎	栄養、介護
8月31日(木)	安行スポーツセンター	栄養、介護
9月 5日(火)	芝 公 民 館	栄養、介護、歯科
9月21日(木)	青 木 公 民 館	栄養、介護
9月22日(金)	戸 塚 公 民 館	栄養、介護、歯科
9月28日(木)	神 根 公 民 館	栄養、介護、歯科

受付…9:30～10:30 直接会場にお越しください。

測定…尿、体重、体脂肪、腹囲、血圧、握力

健康相談…保健師、栄養・栄養士、介護予防・地域包括支援センター、歯科：歯科衛生士※測定だけの利用もできます。※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)

問保健センター

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。

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

日第4水曜日(予約制) 場鳩ヶ谷庁舎 大会議室

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対象外です。※家族だけの参加もできます。 問保健センター