

教室のご案内

費用…無料 場所…保健センター

| 教室名 | 日時 | 内容 | 講師 | 対象 | 申込締切(必着日) |
|--------------------|---|---|-----------------------------|---|-----------|
| 両親教室 | 8月13日(木) 12:45~16:00 | ①講義「赤ちゃんの健康と病気について」 ②実習「赤ちゃんの沐浴」など | ①医師 ②保健師 など | 出産予定月 平成21年11月~平成22年 1月の夫婦 定員 36組 | 7月22日(水) |
| 母親教室 | 1日目 8月11日(火) 13:00~16:00 | ①妊娠中から産褥期の過ごし方 ②妊娠後期の生活について | ①医師 ②保健師 | 出産予定月 平成21年11月~平成22年 1月の妊婦 定員 48人 | 7月15日(水) |
| ※(3日目の実習のみ参加もできます) | 2日目 8月12日(水) 13:00~16:00 | ①妊産婦の栄養 ②赤ちゃんの育て方 | ①栄養士 ②保健師 | ※3日目は体を動かします ので主治医に相談の上 参加ください。 | |
| | 3日目※実習 8月21日(金) 13:00~16:00 | ①お産の経過と妊婦体操 ②赤ちゃんの沐浴 | ①助産師 ②保健師 など | | |
| マタニティママの歯の健康教室 | 9月1日(火) 13:00~15:40 | ①講義「ママと赤ちゃんの歯の健康」、 歯科健診 ②ブラッシング指導 | ①歯科医師 ②歯科衛生士 | 出産予定月 平成21年11月~平成22年 3月の妊婦 定員 50人 | 8月13日(木) |
| 離乳食講習会 | 8月25日(火) Aコース10:00~11:10 Bコース11:15~12:25 (希望のコースに添えないことがあります。) | 離乳食初期の進め方のお話、試食 | 栄養士 | 平成21年3月~5月生まれの乳児とその保護者 定員 各コース30組 | 7月17日(金) |
| かばさんの歯の教室 | 7月24日(金) 9:45~12:30 | むし歯の話 幼児食とおやつ 生活リズム ブラッシング指導 | 歯科医師 栄養士 保健師 歯科衛生士 | 平成21年1月~4月に川口市の1歳6カ月歯科健康診査を受診した幼児とその保護者 定員 15組 | 7月10日(金) |

★申し込み・問い合わせ…保健センター

はがきに「〇月〇〇教室〇コース希望」(母親教室実習のみ参加希望者は「実習のみ参加」と記入の上、参加者の氏名(ふりがな)、生年月日、〒、住所、電話番号、出産予定日または子の生年月日を記入し保健センターへ。申し込み多数の場合は抽選。先着順ではありません。抽選結果は教室開催日1週間前までに通知。託児はありません。1つの教室につき、1枚のはがきで申し込みください。

予防接種

問い合わせ…保健センター

○法律で定められた子どもの予防接種のうち、ポリオは年に3期、公民館などの会場で集団接種を行っています。それ以外(三種混合、二種混合、B・CG、麻しん・風しん)は個別で行っています。市が委託している医療機関で予約の上、受けてください。費用は無料、実施期間は通年です。

○接種の際には、母子健康手帳、黒のボールペン、体温計、予診票を持参ください。体温は医療機関または会場で測ります。

○接種を行う前に予診を行いますので、心配なことがある場合は医師に相談してください。また接種前に接種の意思を確認しますので、乳幼児・児童は必ず、中学生以上も原則として保護者同伴でお越しください。

○生ワクチン(ポリオ、麻しん、BCG、風しん、おたふくかぜ、水ぼうそう、麻しん風しん混合)の予防接種をしてから27日間以上、そのほかの予防接種をしてから6日間以上の間隔をあけて、次の予防接種を受けてください。

予防接種の個人通知

子どもの定期予防接種(法律で定められた予防接種)について、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」を以下のとおり送付しています。

| 予防接種 | 個人通知発送時期 |
|-----------------|---|
| 三種混合(DPT)・BCG | 生後3カ月を迎える前の月(3・4カ月児健診の通知を同封) |
| ポリオ | 前年10月~本年1月生まれのかた:4月末発送 それ以外のかた:生後3カ月を迎える前の月(三種混合などに同封) |
| 麻しん風しん混合(MR)第1期 | 満1歳を迎える前の月 |
| 麻しん風しん混合(MR)第2期 | 小学校就学となる年度の前の月 |
| 麻しん風しん混合(MR)第3期 | 中学1年(相当年齢)となる年度の前の月 |
| 麻しん風しん混合(MR)第4期 | 高校3年(相当年齢)となる年度の前の月 |
| 二種混合(DT) | 満11歳を迎える前の月 |

※6月から日本脳炎第1期予防接種は新ワクチンによる予防接種が受けられるようになりましたが、引き続き厚生労働省からの勧告により、現在も個人通知は送付していません。

※麻しん風しん混合第3期、第4期は平成20年度から24年度までの実施です。

※転入されたかたの場合、すでに対象年齢を迎えている予防接種の通知はしませんので、委託医療機関にある予診票を使用するか、保健センターにご連絡ください。

保健センター

☎256-2022 FAX 256-2023

〒332-0026 南町1-9-20

■神根保健ステーション ☎297-8300
〒333-0835 道合1421

■芝保健ステーション ☎264-3506
〒333-0865 伊刈20

■新郷保健ステーション ☎280-1725
〒334-0073 赤井1055

■南平保健ステーション ☎225-2724
〒332-0006 末広3-7-21

■戸塚保健ステーション ☎298-0271
〒333-0811 戸塚4552

保健衛生課(市民会館内)

☎258-1110

〒332-8601 青木2-1-1

埼玉県川口保健所

☎262-6111

〒333-0842 前川1-11-1

埼玉こどもを虐待から

守る会の電話相談

☎048-835-2699

月~金曜日(祝日を除く) 10:00~16:00

もしもし健康相談

(乳幼児・妊婦・生活習慣病・その他)

☎251-9222

月~金曜日(祝日を除く) 13:00~16:00

胃がん検診(第2回申し込み)

バリウムを飲みエックス線撮影による集団検診を公民館など(15会場)で実施します。

※検診結果通知は、2カ月ほどかかります。

受付…7月3日(金)~23日(木)

対象…40歳以上で川口市に住居登録があるかた(勤務先などで受診可能なかたは対象外)

費用…500円(検診時支払い)

実施期間…9月下旬~12月

申し込み…保健センター、市民会館1階保健衛生課、各支所、川口駅前行政センター、西川口駅・蕨駅前芝連絡室、各公民館、中央ふれあい館、婦人会館、東・西・芝スポーツセンターの窓口で申込用紙に必要事項を記入し、提出してください。

※実施日時、会場については、8月から順次、検診日順にはがきで通知します。

問い合わせ…保健センター

健康ひろば

子どもの健康診査・相談

個人通知でお知らせします。詳細は通知をご覧ください。届いていない場合は連絡ください。

7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21年4月生まれ | 委託医療機関 |
| 10カ月児 | 平成20年9月生まれ | 集団(相談) |
| 1歳6カ月児 | 平成20年1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18年1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、疾病や異常など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、臨床心理士、栄養士、保育士、保健師、看護師など専門スタッフに依頼して実施しています。ぜひ受診しましょう。

幼児相談

日時・場所…7月3日(金)・8月7日(金)
9:00~10:00 保健センター
7月21日(火)9:30~10:30
戸塚スポーツセンター

対象…1~6歳の幼児 **費用**…無料
内容…ことば・発育・発達などの相談。
申し込み…保健センター電話予約

さくらんぼの会(多胎の会)

多胎児をもつ家族や多胎妊娠中のかたの交流の場です。

日時…7月17日(金) 10:00~11:30

場所…保健センター

対象…多胎児とその家族、多胎妊娠中のかたとその家族

定員…先着20組 **費用**…無料

申し込み…保健センター電話予約

※申込期間 7月1日(水)~8日(水)

お父さんと子どもの食育講座

~夏休みに簡単にバランスのとれた

昼ごはんを作って食べましょう!!~

| 日時 | 内容 | 講師 |
|-----------------------|---|------------|
| 8月7日(金) 9:30~13:30 | 健康的な生活習慣について ・いつでもどこでも簡単に 「簡単にヘルシーな昼ごはん」 ~調理実習と試食~ | 保健師 栄養士 |

持ち物…筆記用具・エプロン・三角巾・ハンドタオル・布巾

※持ち物は参加人数分ご持参ください。

対象…父親と小学生のお子さん **費用**…無料
定員…16組(先着順)※7月1日(水)から受付
場所・申し込み…保健センター

結核・肺がん検診

| 期日 | 場所 | 受付時間 |
|----------|--------|----------------|
| 7月3日(金) | 戸塚公民館 | 男性 13:30~14:00 |
| 7月9日(木) | 上青木公民館 | |
| 7月16日(木) | 新郷公民館 | 女性 14:00~14:30 |
| 7月24日(金) | 保健センター | |

※受付時間内に、直接会場にお越しください。
対象…川口市に住居登録がある40歳以上のかた
※勤務先等で受診可能な場合は対象外です。
※受診は年度1回です。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。
内容…胸部エックス線撮影(問診で肺がんハイリスク者のみ喀痰検査の対象)

※検診結果通知は、2カ月ほどかかります。

費用…無料(なお、喀痰検査を受けるかたは容器代300円) **問い合わせ**…保健センター

パワーアップ講座・パワーアップ教室

| 名称 | パワーアップ講座(1日コース) | パワーアップ教室(2日間コース) |
|----|---------------------------------|--|
| 期日 | 7月22日(水) | 7月23日(木)・24日(金) |
| 内容 | 腰痛、膝痛、転倒・骨折などを予防するために必要な講義や体操など | パワーアップ講座の内容(講義と筋力アップやストレッチなどの体操)に加えて、体力測定を行う |
| 定員 | 30人程度 | 15人程度 |

対象…医師から運動制限を受けていない市民
のたか 時間…14:00~16:00
場所・申し込み…保健センターで
電話受付中(先着順)

女性特有のがん検診推進事業

川口市に住居登録がある下記の年齢の女性が、子宮頸がん検診および乳がんセット検診を受診する場合、自己負担金が免除となるクーポン券を郵送します。クーポン券および検診手帳が検診対象者に送付されるのは8月以降になる見込みです。クーポン券などが送付される前に受診される場合は、検診実施機関の窓口へお申し出ください。また、自己負担金を既に支払っているかたは保健センターへご連絡ください。なお、領収書が必要となりますので、紛失しないようご注意ください。また、がん検診受診の際は、本人確認ができる書類を必ずお持ちください。

なお、5月にセット検診を申し込みなかったかたは、視触診のみの検診は受けずに通知をお待ちください。

| 子宮頸がん検診 | | 乳がん(視触診+マンモグラフィ)セット検診 | |
|---------|-------------------|-----------------------|-------------------|
| 年齢 | 生年月日 | 年齢 | 生年月日 |
| 20歳 | 昭和63.4.2~平成元.4.1 | 40歳 | 昭和43.4.2~昭和44.4.1 |
| 25歳 | 昭和58.4.2~昭和59.4.1 | 45歳 | 昭和38.4.2~昭和39.4.1 |
| 30歳 | 昭和53.4.2~昭和54.4.1 | 50歳 | 昭和33.4.2~昭和34.4.1 |
| 35歳 | 昭和48.4.2~昭和49.4.1 | 55歳 | 昭和28.4.2~昭和29.4.1 |
| 40歳 | 昭和43.4.2~昭和44.4.1 | 60歳 | 昭和23.4.2~昭和24.4.1 |

成人健康相談

| 日程 | 受付時間 | 場所 | 追加の相談 |
|---|---------------------------------------|------------|--|
| 毎週月曜日 7月17日(金) 7月24日(金) 8月21日(金) | 9:30~11:00 (7月24のみ 13:30~14:30) | 保健センター | 栄養・歯科 (7月24日) 栄養(8月17日) リハ(8月24日) |
| 7月3日(金) | 13:30~14:30 | 戸塚公民館 | |
| 7月9日(木) | 13:30~14:30 | 上青木公民館 | 栄養 |
| 7月16日(木) | 13:30~14:30 | 新郷公民館 | 栄養・リハ・歯科 |
| 7月23日(木) | 9:30~10:30 | 芝富土公民館 | 栄養・歯科 |
| 8月6日(木) | 9:30~10:30 | 領家公民館 | |
| 8月20日(木) | 9:30~10:30 | 芝西公民館 | 栄養 |
| 8月27日(木) | 9:30~10:30 | 安行スポーツセンター | 栄養 |

※受付時間内に、直接会場にお越しください。
対象…健康について相談のある市民のかた
内容…血圧測定、検尿、体脂肪(素足で測定)・腹囲・体重測定、各種健康相談(栄養・栄養士による相談、歯科・歯科衛生士による相談、リハ・理学療法士によるリハビリ相談を実施)

※禁煙相談も行っています。

持ち物…健康手帳(持っていないかたはその場で発行します)

問い合わせ…保健センター

※保健センターの成人健康相談は、毎週月曜日と第3金曜日です。

親子で作ろう~野菜を使ったおいしいおやつ~

日時…8月5日(水) 13:00~15:30

費用…無料 **場所**…保健センター

対象…平成15年4月~平成16年3月生まれの子どもとその保護者(定員20組)

内容…親子でおいしいおやつを作って楽しむ食べよう。

申し込み…はがきに「8月食育教室希望」と明記の上、保護者の子の氏名(ふりがな)、

〒、住所、電話番号、子の生年月日を記入して保健センターへ。7月13日(月)必着。申し込み多数の場合は抽選。

こころの健康相談

日時…7月14日(火)・21日(火)・28日(火)
午後(予約制)

内容…心の悩みや病気、社会復帰、ひきこもりなどの相談。

担当…精神保健福祉士・保健師 **費用**…無料
場所・申し込み…保健センター

今月の献血

| 期日 | 時間 | 場所 |
|----------|-------------|-------------|
| 7月7日(火) | 10:00~15:30 | 安行スポーツセンター |
| 7月15日(水) | 10:00~12:00 | 朝日公民館 |
| | 13:30~15:30 | 新郷公民館 |
| 7月17日(金) | 13:30~15:30 | 新郷スポーツセンター |
| | 10:00~12:00 | 北スポーツセンター |
| 7月23日(木) | 13:30~15:30 | 芝公民館 |
| | 10:00~12:00 | 前川南公民館 |
| 7月29日(水) | 10:00~15:30 | 青木公民館 |
| 7月31日(金) | 9:30~12:00 | 川口市消防本部 |
| 8月2日(日) | 10:00~15:00 | 川口オートレース場 |
| 8月6日(木) | 10:00~16:00 | イオンモール川口キャラ |

※なお、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)。
川口駅献血ルームの問い合わせ☎0120-353-611