



教室のご案内

費用…無料

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) (2日目のみの参加もできます)	保健センター	1日目 4月18日(木) 13:00~16:00	「妊娠後期の過ごし方」「妊娠婦の栄養」「分娩の経過」など	医師 栄養士 保健師	出産予定月 7月~9月の妊婦 定員:40人	2月28日(木)
		2日目 4月26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	※2日目はパパとママでご参加ください。ママのみでも可。	
マタニティママの歯の健康教室	保健センター	4月30日(火) 13:00~15:40	「ママと赤ちゃんの歯のお話」「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 6月~10月の妊婦 定員:50人	2月28日(木)
離乳食講習会	保健センター	3月19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。	「離乳食初期の進め方」の話、試食	栄養士 保健師	平成24年10月~12月生まれの乳児とその保護者 定員:各コース30組	2月22日(金)
さくらんぼの会	鳩ヶ谷分室	2月25日(月) 10:00~11:30	双子・三つ子のいる家族や多胎妊娠中のかたの交流	保育士 保健師 など	双子・三つ子のいる家族、多胎妊娠中のかたとその家族 定員:20組(定員になり次第締め切り) 電話予約	2月12日(火) ~15日(金)

★申し込み・問い合わせ…保健センター

はがきに「〇月〇〇教室希望」(ウェルカムBaby教室2日目のみ参加希望者は「2日目のみ参加」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郵送。(申し込み多数の場合は抽選。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。

※5月(平成25年8月~出産予定)以降の日程は、お問い合わせください。



予防接種

子どもの予防接種が変わりました

◆ポリオ

平成24年9月1日から、ポリオの予防接種は不活化ワクチンを使用しています。

●対象…生後3ヶ月~7歳6ヶ月未満

●接種回数…初回接種: 20~56日の間をあけて3回
追加接種: 初回接種3回目から12~18ヶ月の間をあけて1回

※生ポリオワクチンの接種を2回受けているかたは、接種を受ける必要はありません。

※今まで受けたポリオの接種と合わせて4回接種を受けてください。(接種歴で、回数は異なります。4回目は平成24年10月23日から定期接種となりました。)

●実施場所…指定の医療機関(医療機関へ予約)

●費用…無料

※現在、ポリオワクチンの流通が十分とはいせず、医療機関での予約が取りにくい状況です。ポリオの初回1~3回目の標準的な接種間隔は20日~56日までとなっていますが、当分の間は56日以上(上限はありません)空いてもいいとされています。

◆四種混合(DPT-IPV)

平成24年11月1日から、ジフテリア・百日せき・破傷風・不活化ポリオの四種混合の予防接種が導入されました。

●対象…生後3ヶ月~7歳6ヶ月未満

※三種混合、ポリオの予防接種を受けたことがあるか

たは、三種混合、ポリオの予防接種をそれぞれ4回ずつ受けてください。三種混合とポリオの予防接種を受ければ、四種混合の予防接種を受ける必要はありません。

●実施場所…指定の医療機関(医療機関へ予約)

●費用…無料

※現在、四種混合ワクチンの流通が十分とはいせず、医療機関での予約が取りにくい状況です。四種混合ワクチンでの接種が困難な場合は、生後3ヶ月を過ぎたらできるだけ早く三種混合(ジフテリア・百日せき・破傷風)ワクチンの接種を受けてください。

麻しん風しん予防接種 第2期、第3期、第4期の接種をまだ受けていないかたへ

平成24年度、麻しん風しん第2期、第3期、第4期の対象となっているかたが定期接種として無料で接種を受けることができるるのは、3月31日までです。母子健康手帳の記録を確認の上、未接種のかたは接種可能期間内に早めに接種を受けましょう。

●対象

第2期: 5~7歳未満のうち、小学校就学前の1年間
(平成18年4月2日~平成19年4月1日生)

第3期: 中学1年生相当のかた
(平成11年4月2日~平成12年4月1日生)

第4期: 高校3年生相当のかた
(平成6年4月2日~平成7年4月1日生)

※平成23年度、高校2年生時に麻しん風しんの第4期

の接種を受けたかたは、今年度麻しん風しんの予防接種を定期接種として受けることはできません(接種を受けた場合有料になります)。

●定期接種期間…平成25年3月31日まで

高齢者肺炎球菌ワクチン接種の費用助成

●対象…市民で満70歳以上のかた

●助成金額…3,000円

●接種回数…1回(費用助成を利用して接種を受けることができるのは、生涯に1回です)

※過去に接種を受けたかたで、前回の接種との間隔が5年以内の場合、接種部位の腫れなどの副反応が強く出ることがありますので、ご注意ください。

●実施期間…平成24年4月1日~平成25年3月31日

●実施場所…指定医療機関

●接種方法…接種を希望するかたは、事前申し込みが必要です。所定の申込書(公民館、支所などで配布)またははがきに住所、氏名、性別、生年月日、電話番号、肺炎球菌ワクチンの接種歴を記入し、保健センターへ提出(郵送または持参)してください。受け付け後、保健センターから接種に必要な書類を送付します。

●注意事項…次のような接種は助成の対象になりませんのでご注意ください。

(1) 事前申し込みをせずに接種

(2) 平成24年3月31日以前の接種

(3) 市内の指定医療機関以外での接種

健康ひろば

女性の健康週間(3/1~8)に開催する講座です

輝く女性の健康講座「キレイになる!女の医学」

日時…3月3日(日)14:00~15:30

場所…鳩ヶ谷駅市民センター
(SR鳩ヶ谷駅内)

対象…市民のかた

講師…いいけした女性クリニック銀座
院長 池下 育子 氏

定員…130人(先着順)

費用…無料

申し込み…保健センター
(鳩ヶ谷分室では申し込みできません)



ナイスミディ教室「もっと輝く!女の健康塾」

日時	内容	講師
3月1日(金) 13:30~15:30	食事で内側から輝こう! (美肌スイーツ付) 筋肉を意識して若々しく	栄養士 運動指導士
3月8日(金) 13:30~15:30	女性の美は口元から やさしく時を過ごすための香り	歯科衛生士 アロマセラピードクター 講師

場所…鳩ヶ谷分室(鳩ヶ谷庁舎3階)

対象…市民でおおむね40~50代の女性のかた

定員…30人(先着順)

費用…無料

申し込み…保健センター
(鳩ヶ谷分室では申し込みできません)

子どもの健康診査(相談)

該当のかたには通知を送付します。詳細は通知をご覧ください。届いていない場合はご連絡ください。

2月の対象者 (受診券がないと受けられません)

対象	方法
3・4ヶ月児	平成24年11月生まれ
10ヶ月児	平成24年4月生まれ
1歳6ヶ月児	平成23年8月生まれ
〃 齢	〃
3歳児	平成21年8月生まれ

幼児相談(予約制)

日時・場所…3月1日(金)9:00~10:00

対象…1~6歳の幼児

内容…ことば・発育・発達などの相談

場所・申し込み…保健センター

妊娠婦・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に提出してください。また、妊娠のかたへも必要に応じて訪問しています。

巡回みんなの保健室

~成人健康相談~

期間	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(2月18日) 栄養(3月4日)
2月8日(金)	上青木公民館	栄養・歯科・介護
2月18日(月)	鳩ヶ谷分室	
2月22日(金)	戸塚公民館	栄養・介護
2月28日(木)	神根公民館	栄養・リハ・介護
3月4日(月)	鳩ヶ谷分室	リハ
3月5日(火)	芝北公民館	栄養・歯科
3月7日(木)	並木公民館	栄養・歯科・介護
3月14日(木)	芝西公民館	栄養・介護
3月15日(金)	安行スポーツセンター	栄養・介護

受付時間…9:30~10:30

※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・体重・体脂肪(素足で測定)・

腹囲測定・握力・肺活量測定・各種健康相談(栄養:栄養士の相談、歯科:歯科衛生士の相談、リハ:理学療法士のリハビリ相談、介護:地域包括支援センター職員の相談も実施)
※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

おとの食育講座

~あなたにぴったりな食事量がわかる教室~

日時	内容	講師	持ち物
3月6日(水) 9:30~13:30	・生活習慣病と食事について ・からだがよろこぶ健康食 ～調理実習と会食～ ・健康的な生活習慣について ～いつでもどこでも簡単 単体操～	栄養士 保健師	筆記用具 エプロン 三角巾 ハンドタオル ふきんなど

対象…40歳位から64歳までの市民で、メタボリックシンドromeに关心があり、食生活を見直してみたいとい正在思っているかた。初めて受講されるかた大歓迎です。

費用…無料

定員…20人(先着順)

場所・申し込み…保健センター

第29回こころの健康講座

やさしく学べるてんかんの話

日時…2月23日(土) 13:30~15:30

(受付 13:00~13:30)

場所…西公民館(講座室)

※駐車場には限りがありますので、公共交通機関をご利用ください

対象…てんかんなどの精神保健福祉に关心のあるかた

内容…てんかんの症状や治療、家族など周囲の人々の対応

講師…埼玉医科大学名誉学長 医師 山内 俊雄 氏

定員…100人(申し込み不要)

費用…無料

問い合わせ…保健センター

今月の献血

期日	時間	場所
2月5日(火)	9:30~11:30	川口市消防局
	10:00~11:30	新郷公民館
	13:00~15:30	南平公民館
2月21日(木)	10:00~12:00	芝西公民館
	10:00~15:30	鳩ヶ谷庁舎
	14:00~16:30	芝園団地商店会広場
2月22日(金)	10:00~11:30	神根東公民館
	13:30~15:30	領家公民館

※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)

問い合わせ…川口駅献血ルーム 0120-353-611

こころの健康相談

日時…2月12日(火)、19日(火)、26日(火)

午後(予約制)

内容…心の悩みや病気、ひきこもり、社会復帰

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

施設の臨時休所

戸塚保健ステーションは、施設点検のため2月20日(水)~22日(金)終日休所します。