

●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

## ○しなやか健骨チェック

かかると超音波を当てて骨密度を測定します。妊娠中のかたも受けることができます。

【内容】骨密度測定、結果説明、相談(希望者)  
※医師による診察はありません。

日11月16日(月)午後  
※時間は申し込み後に案内します

対18歳以上の市民のかた  
※下記に該当するかたは申し込みできません。

①現在医療機関で骨粗しょう症の治療を受けているかた

②定期的に検査を受けているかた

③平成27年5月のしなやか健骨チェックに参加したかた

定140人(先着順) ¥無料

場保健センター

申10月13日(火)～23日(金)に電話で

## ○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

申保健センター

## 予 防 接 種

### 高齢者のインフルエンザ予防接種

「平成27年度 高齢者のインフルエンザ予防接種」を読んでから接種を受けてください。(水色のチラシ。公民館、支所、駅連絡室、市役所保健衛生課、長寿支援課、介護保険課、保健センターに置いてあります。)

対市民で

①満65歳以上のかた  
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10月1日(木)～平成28年1月31日(日)

場指定の医療機関(医療機関へ要予約)

※10月20日(火)～12月25日(金)は市の指定医療機関以外に、埼玉県内の一部の医療機関でも市の補助による予防接種が可能です。接種日の10日前までに保健センターへ必ずご連絡ください。

¥1,000円

※生活保護受給者は自己負担免除

回1回

持ち物…健康保険証など年齢の確認できるもの、黒のボールペン、体温計、該当するかたは生活保護受給証、身体障害者手帳の写しなど。

## ○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<br>(2日間コース<br>2日目のみの参加もできます) | 保健センター     | 1日目<br>12月10日(木)<br>13:00～16:00   | 「妊娠後期の過ごし方」<br>「妊産婦の栄養」<br>「分娩の経過」など        | 医師<br>栄養士<br>保健師            | 出産予定月<br>平成28年2月～6月の妊婦<br>定40組                   | 11月10日(火)              |
|  |            | 2日目<br>12月14日(月)<br>13:00～16:00   | 「赤ちゃんの育て方」<br>「沐浴・妊婦疑似体験」                   | 保健師<br>など                   | ※1日目は妊婦のみの参加<br>2日目はご夫婦で参加                       |                        |
| マニティマの歯の健康教室                             | 土曜日<br>コース | 12月12日(土)<br>Aコース 9:15～11:25<br>Bコース 10:55～13:05<br>Cコース 13:45～15:55<br>※コースは選べません。 | 実習中心<br>「赤ちゃんの沐浴」<br>など                     | 保健師                         | 出産予定月<br>平成28年2月～6月の妊婦<br>定36組                   | 11月10日(火)              |
| 離乳食講習会                                   | 保健センター     | 12月15日(火)<br>13:00～15:40  | 「ママと赤ちゃんの歯の話」<br>歯科健診<br>ブラッシング指導           | 歯科医師<br>歯科衛生士               | 出産予定月<br>平成28年2月～6月の妊婦<br>定50人                   | 11月13日(金)              |
| 幼児食講習会                                   | 保健センター     | 12月4日(金)<br>Aコース 10:00～11:10<br>Bコース 11:30～12:40<br>※コースは選べません。                     | 「離乳食初期の進め方」<br>のお話、<br>試食                   | 栄養士                         | 平成27年6月～8月生まれの乳児とその保護者<br>定各コース30組               | 11月4日(火)               |
| 食育講座                                     | 保健センター     | 11月17日(火)<br>Aコース 10:00～11:30<br>Bコース 11:00～12:30<br>※コースは選べません。                    | 「離乳食から幼児食への進め方」<br>のお話、<br>試食               | 栄養士                         | 平成26年6月～11月生まれの幼児とその保護者<br>定各コース30組              | 10月20日(火)              |
| かばさんの歯の教室                                | 保健センター     | 1月5日(火)<br>10:00～13:00  | ・親子でお料理教室<br>・見直そう食事や生活リズム                  | 栄養士                         | 平成21年4月～平成22年3月生まれの幼児とその保護者<br>定各コース20組          | 12月4日(金)               |
| さくらんぼの会                                  | 鳩ヶ谷分室      | 12月11日(金)<br>Aコース 9:40～11:45<br>Bコース 10:05～12:05<br>※コースは選べません。                     | むし歯の話<br>幼児期のおやつについて<br>口腔内チェック<br>ブラッシング指導 | 歯科医師<br>栄養士<br>保健師<br>歯科衛生士 | 平成27年4月～9月に川口市の1歳6カ月児歯科健康診査を受診した幼児とその保護者<br>定30組 | 11月20日(金)              |
|  | 鳩ヶ谷分室      | 10月19日(月)<br>10:00～11:30  | 多胎児を持つ家族<br>や多胎妊娠中のかた<br>の交流                | 保育士<br>保健師<br>など            | 多胎児とその家族、多胎妊娠中のかたとその家族<br>定20組(定員になり次第締め切り)      | 10月5日(月)～9日(金)<br>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・子どもが歯科健診を受けた日にち(かばさんの歯の教室のみ)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。

### 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らない、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、多くの人々が予防接種を受けることで、病気を周りの人につ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。

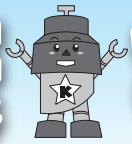
¥無料

### 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。

# 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。

10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7月生まれ | 委託医療機関   |
| 10カ月児 平成26年12月生まれ | 集団(相談)   |
| 1歳6カ月児 平成26年4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4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** 11月6日(金)、12月4日(金)  
 9:00~10:00 保健センター  
 12月15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(10月19日)<br>栄養(11月16日) |
| 10月1日(木)     | 根岸公民館      | 栄養、介護、歯科                 |
| 10月7日(水)     | 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                 |
| 11月5日(木)     | 芝南公民館      | 栄養、介護、歯科                 |
| 11月11日(水)    | 上青木公民館     | 栄養、介護                    |
| 11月18日(水)    | 戸塚スポーツセンター | 栄養、介護、歯科                 |
| 11月26日(木)    | 並木公民館      | 栄養、介護                    |

【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、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)  
**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** 11月20日(金)午前  
**場** 戸塚公民館  
**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** 10月19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。ご協力をお願いします。

| 期 日       | 時 間         | 場 所         |
|-----------|-------------|-------------|
| 10月8日(木)  | 10:00~11:00 | 新郷スポーツセンター  |
|           | 13:00~14:00 | 新郷公民館       |
| 10月9日(金)  | 13:30~16:00 | J R西川口駅西口   |
|           | 10月27日(火)   | 10:00~11:30 |
| 10月28日(水) | 9:30~11:00  | 神根東公民館      |
|           | 10:00~11:30 | 芝西公民館       |
|           | 10:00~11:45 | イオンモール川口前川  |
|           | 13:00~16:00 |             |
| 10月29日(木) | 13:30~15:30 | 芝北公民館       |
|           | 13:30~15:30 | 芝園地商店会広場    |

**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

## うつ病家族教室

うつ病患者さんを支える家族のための教室です。正しい知識や周囲の役割を一緒に学びませんか。

| 日時                       | 内容                                   | 講師             |
|--------------------------|--------------------------------------|----------------|
| 11月13日(金)<br>13:30~16:00 | 当事者・家族の声<br>~体験談から学ぶ~                | 当事者<br>家族      |
| 11月14日(土)<br>13:30~15:30 | 第37回こころの健康講座と同時開催<br>やさしく学べるうつ病の話    | 精神科医師          |
| 11月20日(金)<br>13:30~16:00 | 回復に役立つ情報~福祉サービスの活用~<br>再発防止のための周囲の役割 | 精神保健福祉士<br>保健師 |

**対** 市民でうつ病と診断されている家族のいるかた

**場** 新郷公民館(講座室1)※2日目のみ視聴覚ホール **¥** 無料

**定** 先着30人(3日間参加できるかたを優先)

**申** 保健センターへ電話で

※駐車場に限りがありますので、公共交通機関をご利用ください。

## 第37回 こころの健康講座

~やさしく学べる「うつ病」の話~  
 うつ病からの回復や社会復帰に向けて、周囲の対応方法など。

**日** 11月14日(土) 13:30~15:30

**対** うつ病などの精神保健福祉に関心のあるかた  
**講師**…精神科医師

**場** 新郷公民館(視聴覚ホール)

\*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

**¥** 無料

**定** 100人(先着順) **申** 不要

**問** 保健センター

## 訪問歯科健康診査

お口の中の衛生状況・入れ歯の使用状況・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)

## 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

## 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** 10月6日(火)・13日(火)・27日(火)午後(予約制)

**場** 保健センター

**¥** 無料