

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	6月20日(土) Aコース9:00~11:25 Bコース10:40~13:05 Cコース13:30~15:55 ※コースは選べません。 保健センターから ご案内します。	実習中心 「赤ちゃんの沐浴」 など	保健師	出産予定月 平成21年8月~11月の夫婦 定員 各コース36組	5月20日(水)
母親教室	1日 6月4日(木) 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医師または 助産師 ②保健師	出産予定月 平成21年9月~11月の妊婦 定員 48人	5月13日(水)
※(3日目の 実習のみ の参加も できます)	2日 6月5日(金) 13:00~16:00	①妊婦の栄養 ②赤ちゃんの育てか た	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 6月12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	6月16日(火) 13:00~15:40	①「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8月~12月の妊婦 定員 50人	5月20日(水)
離乳食 講習会	6月30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1月~3月生まれの 乳児とその保護者 定員 各コース30組	5月18日(月)

★申し込み・問い合わせ…保健センター

はがきに「6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、BCG、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。

○それぞれの予防接種について、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送付しています。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してください。

○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。体温は会場で測ります。

■中学1年生、高校3年生相当のかたへの麻しん風しん予防接種について

平成20年度から5年間、中学1年生と高校3年生相当のかたを対象に麻しん風しんの予防接種を定期接種(法律で定められた予防接種)として実施しています。これは、2回目の麻しん風しん予防接種を受けることで、より高い予防効果を得るためのものです。平成21年度の対象者には3月末に個人通知を郵送しています。接種できる期間は4月1日から来年の3月31日までです。忘れずに受けるようにしましょう。

■ポリオ(急性灰白髄炎)

対象…生後3カ月~7歳6カ月未満の乳幼児(41日以上の間隔をあけて2回接種)

受付時間…13:30~14:15

※予約不要、受付時間内に直接会場にお越しください。
※母子健康手帳を忘れたかたは、接種できません。

9月実施日	実施場所
7日(木)	神根公民館①(注1)、南平公民館①(注1)
8日(金)	戸塚公民館①(注2)、中央ふれあい館①(注3)、青木公民館
12日(火)	戸塚西公民館、芝公民館①(注3)、新郷公民館①(注1)
13日(水)	西公民館①(注3)、青木東公民館、芝南公民館
14日(木)	戸塚公民館②(注2)、神根公民館②(注1)
15日(金)	南平公民館②(注1)、上青木公民館
19日(火)	戸塚公民館③(注2)、安行東公民館、芝園公民館
20日(水)	新郷公民館②(注1)、前川公民館、並木公民館
21日(木)	南平公民館③(注1)、西公民館②(注3)、神根公民館③(注1)
22日(金)	保健センター、芝北公民館
26日(火)	新郷公民館③(注1)、芝公民館②(注3)、中央ふれあい館②(注3)
27日(水)	戸塚公民館④(注2)、芝西公民館

◇自動車での来場はご遠慮ください。神根・新郷・西・芝北公民館は特に駐車場の混雑が予想されます。中央ふれあい館の駐車場は有料です。◇2日間以上実施する会場は、実施日により該当児が異なります。

◇お父さんが生後6カ月未満で、まだBCGを接種していない場合は、なるべくBCGを優先して接種してください。次回のポリオは9月を予定しています。(注1)神根公民館・南平公民館・新郷公民館
①奇数月(1・3・5・7・9・11月)生まれの乳幼児
②偶数月(2・4・6・8・10・12月)生まれの乳幼児
③①または②の日程で接種できなかった乳幼児

(注2)戸塚公民館
①1・5・9月生まれの乳幼児
②2・6・10月生まれの乳幼児
③3・7・11月生まれの乳幼児
④4・8・12月生まれの乳幼児

(注3)中央ふれあい館・芝公民館・西公民館
①奇数月(1・3・5・7・9・11月)生まれの乳幼児
②偶数月(2・4・6・8・10・12月)生まれの乳幼児

健康ひろば

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 ☎・FAX 297-8300
〒333-0835 道合1421

■芝保健ステーション ☎・FAX 264-3506
〒333-0865 伊刈20

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

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

■戸塚保健ステーション ☎・FAX 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・そのほか)

☎251-9222

月~金曜日(祝日を除く)
13:00~16:00

こころの健康相談

日時…5月12日(火)・19日(火)・26日(火)

午後(予約制)

内容…心の悩み、病気、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

今月の献血

期日	時間	場所
5月5日(祝)	9:30~15:30	安行スポーツセンター
5月19日(火)	10:00~16:00	イオンモール川口キャラ
5月21日(木)	10:00~16:00	西川口駅西口
5月26日(火)	10:00~15:30	南平公民館
5月27日(水)	10:00~12:00	芝南公民館
	13:30~15:30	芝北公民館

※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…☎0120-353-6111

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ご連絡ください。

5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2月生まれ	委託医療機関
10カ月児	平成20年7月生まれ	集団(相談)
1歳6カ月児	平成19年11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17年11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。ぜひ受け
ましょう。

幼児相談

日時・場所…5月8日(金)・6月5日(金)

9:00~10:00 保健センター

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

乳がんセット検診申し込みについて

対象…川口市に住居登録のある40歳以上の
女性(年齢は平成22年3月31日現在)

申し込み期間…5月8日(金)~27日(水)

申し込み場所…市役所保健衛生課、保健セン
ター、各支所、川口駅前行政センター、
西川口駅・蕨駅前芝連絡室、各公民館など

検診期間…7月1日(水)~11月30日(月)

自己負担金…900円(検診時支払い)

検診機関は、希望があれば申込時に記入し
てください。日時については、検診案内はがき
で通知します。

※セット検診は、2年に1回の受診です。

※その他個別のがん検診については、保健セン
ターからのお知らせ(7月発行)をご覧ください。

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…5月22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 5月11日(月)~15日(金)

ウエストサイズダウンストーリー序章

~メジャー(巻尺)への挑戦!!~

メタボリックシンドローム予防・解消を目的と
した運動プログラム中心の教室です。

場所…西スポーツセンター

対象…30~64歳の市民25人(予約制)

体重が気になるかた、運動習慣がないかた、
運動初心者のかた(医師による運動制限の
ないかた、特定保健指導の対象者、過去に受
講したかたは除きます。)

講師…健康運動指導士・保健師・栄養士など

託児…10人(先着予約制 申し込み時に希望
をお伝えください。)

費用…無料

申し込み…保健センター成人保健係へ

電話予約 5月8日(金)~5月22日(金)

9:00~

日 時	内 容
5月28日(木) 10:00~12:00	自分を知ろう(身体計測など) オリエンテーション・休養の取り方
6月4日(木) 10:00~12:00	自分にぴったり食事量
6月11日(木) 13:00~15:30	おうちで簡単エクササイズ 1カ月の目標を立てよう
6月16日(火) 11:30~13:00	水中運動体験1…希望者
6月25日(木) 13:00~15:00	エクササイズ
6月30日(火) 11:30~13:00	水中運動体験2…希望者
7月2日(木) 10:00~11:30	1カ月の成果を見てみよう (身体計測など)まとめ

*エクササイズは、ピラティス、ボール運動など、家でも続
けられる楽しいプログラムです。お楽しみに!

結核・肺がん検診

期 日	場 所	受付時間
5月の検診日は、ありません。		
6月12日(金)	青木東公民館	男性 13:30~14:00
6月16日(火)	芝公民館	女性 14:00~14:30
6月17日(水)	神根公民館	
6月23日(火)	根岸公民館	

※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。
詳細は6月号でお知らせします。

妊婦一般健康診査の公費負担拡充のお知らせ

市では、すこやかな妊娠出産のために平成
21年4月から妊婦健康診査の公費負担回
数を14回に拡充しました。また、超音波検査
が4回分(妊娠後期に使用)公費負担にな
ります。妊娠届出時に、母子健康手帳の交付と
ともに妊婦一般健康診査の受診票5回分と
子宮頸がん検査受診票・HIV抗体検査受診票・
超音波検査受診票4回分、助成券9回分をお
渡します。

妊婦健康診査は母体の健康と赤ちゃんの
健全な発育のためにとても大切です。必ず
受診しましょう。

問い合わせ…保健センター

※妊娠届出書は、市ホームページからダウン
ロードできます。

成人健康相談

日 程	受付時間	場 所	追加の相談
毎週月曜日 5月15日(金) 6月19日(金)	9:30~11:00	保健センター	栄養(5月25日) 栄養(6月15日)
5月14日(木)	9:30~10:30	芝南公民館	栄養・歯科
6月12日(金)	13:30~14:30	青木東公民館	栄養・リハ・歯科
6月16日(火)	13:30~14:30	芝公民館	栄養
6月18日(木)	9:30~10:30	前川公民館	
6月23日(火)	13:30~14:30	根岸公民館	栄養・リハ
6月26日(金)	13:30~14:30	旭(市立)公民館	栄養・歯科

※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、5月から
毎週月曜日と第3金曜日になります。

おとなの食育講座

~1日で食生活のポイントを学ぶ教室~

日 時	内 容	講 師
6月19日(金) 9:30~13:30	「簡単にヘルシーなお昼ごはん」 ~調理実習と討食~ ・健康的な生活習慣について ・食品選びのポイント	栄養士 保健師

対象…メタボリックシンドロームに関心のある

かた、食生活を改善したいと思っているかた

費用…無料 定員…20人(先着順)

場所・申し込み…保健センター

持ち物…筆記用具、エプロン・三角巾・ハンドタ
オル ※5月11日(月)から受け付け

歯の健康フェスティバル

日時…6月7日(日) 10:00~12:00

(12:30閉場)

場所…リリア1階(展示ホール、催し広場)

内容…◎お口の中のチェック◎子どもと大人
のブラッシング指導◎アトラクション…劇団

ちよっぴ「ベルサイユ歯科物語」◎フッ素体験
…歯の一部分への塗布・洗口(ぶくぶくが洗い)

の体験※健診は行いません。◎石こう指型模
型づくり◎歯の健康相談◎健康、栄養、育児な
どに関する相談◎8020コンクール…

歯科医師による歯科健診、相談を行います。※
80歳以上(平成21年6月1日現在)のかたで
自分の歯が20本以上あるかた。対象のかたは
事前に保健センターまで申し込みください。

※駐車場(有料)に限りがあるため、ほかの
交通機関をご利用ください。

問い合わせ…保健センター