

けんこう 健康ひろば

| 教室名 | 日時 | 内容 | 講師 | 対象 | 申込締切(必着日) |
|--|---|---|---------------------------------------|--|----------------------------|
| 両親教室 | 12月4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。 | 実習中心 赤ちゃんの沐浴 | 保健師 | 出産予定月 平成23年3月~5月の夫婦 定員:各コース36組 | 10月29日(金) |
| 母親教室 (3日目の 実習のみの 参加もでき ます) | 1日目 12月1日(水) 13:00~16:00 2日目 12月3日(金) 13:00~16:00 3日目(実習) 12月10日(金) 13:00~16:00 | 妊娠中から産褥期の 過ごし方 妊娠後期の生活 妊産婦の栄養 赤ちゃんの育て方 お産の経過と妊婦 体操 赤ちゃんの沐浴 | 保健師 栄養士 保健師 助産師 保健師 など | 出産予定月 平成23年3月~5月の妊婦 定員:48人 ※3日目は体を動かすので 主治医に相談の上、参加 してください。 | 10月29日(金) |
| マタニティ ママの歯の 健康教室 | 平成23年 1月11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23年3月~7月の妊婦 定員:50人 | 11月30日(火) |
| 離乳食 講習会 | 11月30日(火) Aコース10:00~11:10 Bコース11:00~12:30 *コースは選べません。 | 離乳食初期の進め方 試食 | 栄養士 保健師 | 平成22年6月~8月生まれ の乳児とその保護者 定員:各コース30組 | 10月18日(月) |
| 幼児食 講習会 | 11月9日(火) Aコース10:00~11:30 Bコース11:15~12:25 *コースは選べません。 | 離乳食から幼児食へ の進め方 試食 | 栄養士 保健師 | 平成21年5月~11月生まれ の幼児とその保護者 定員:各コース30組 | 10月15日(金) |
| さくらんぼ の会 | 10月19日(火) 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 定員:20組(定員になり次第 締め切り) | 10月4日(月) ~8日(金) 電話予約 |

★申し込み・問い合わせ…保健センター
 保健センターへの申し込みは、はがきに「〇月〇〇教室希望」(母親教室3日目の実習のみ参加希望者は「実習のみ参加」と記入の上、参加者の氏名(ふりがな)・〒・住所・電話番号・出産予定日または子の名前・生年月日を記入し、郵送してください。申し込み多数の場合は抽選。先着順ではありません(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。

保健センター
 〒332-0026 南町1-9-20
 ☎048-256-2022 FAX 048-256-2023

■神根保健ステーション 〒333-0835 道合1421
 ☎・FAX 048-297-8300

■芝保健ステーション 〒333-0865 伊州20
 ☎・FAX 048-264-3506

■新郷保健ステーション 〒334-0073 赤井1055
 ☎・FAX 048-280-1725

■南平保健ステーション 〒332-0006 末広3-7-21
 ☎・FAX 048-225-2724

■戸塚保健ステーション 〒333-0811 戸塚4552
 ☎・FAX 048-298-0271

埼玉県川口保健所
 〒333-0842 前川1-1-1
 ☎048-262-6111

**埼玉こども虐待から
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)
 ☎048-251-9222 月~金曜日(祝日を除く)
 13:00~16:00

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医療機関で妊婦健診を受診するかたへ、4月健診分から一部助成制度を開始しました。未使用の受診票・助成券および医療機関の領収書、母子健康手帳、けんしんけっかきろく、印鑑、および振込先口座の通帳健診結果記録、印鑑、および振込先口座の通帳の写しを持って、出産後6カ月以内に保健センターに申請してください。詳細は市ホームページでお知らせしています。*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、保健センターへ問い合わせてください。 問い合わせ…保健センター

訪問歯科健康診査
 対象…おむね65歳以上の寝たきり、またはこれに準ずるかた
 内容…口のなかの衛生状況・入れ歯の使用
 方法 歯周病・虫歯予防などの相談
 歯科治療の必要性の判断
 費用…無料(ただし、健診のあと必要になった治療は有料です)
 申し込み・問い合わせ…保健センター

予防接種 問い合わせ…保健センター

接種回数…1回のみ
 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、生活保護受給者証、身体障害者手帳の写しなど。

新型インフルエンザ予防接種
 新型インフルエンザ株を含む季節性3価ワクチン、新型インフルエンザ(1価)ワクチン、輸入ワクチンを使用した接種
 実施期間…10月1日(金)~平成23年3月31日(木)
 実施場所…指定の委託医療機関(医療機関へ要予約)
 接種費用…1回目 4,300円 2回目 3,160円(1回目と同じ医療機関利用の場合)詳細は、市ホームページ、公共施設窓口のチラシなどをご確認ください。

インフルエンザ予防接種の費用助成について
 高齢者インフルエンザ予防接種を受けた市民税非課税世帯のかた、および新型インフルエンザ予防接種を受けた生活保護受給者と市民税非課税世帯のかたの接種費用について助成を行います。該当するかたは、接種費用の領収証、接種済証など、接種時の書類を保管し、ご自身で手続きをしてください。詳細は、市ホームページ、公共施設窓口でのチラシなどをご確認ください。

日本脳炎予防接種について
 使用可能なワクチンの関係から、接種が行われていなかった日本脳炎第2期の予防接種について、第1期で使用されている「乾燥細胞培養日本脳炎ワクチン」を、第2期にも使用できることになり、再開となりました。対象年齢のかたは接種を進めるようお願いいたします。なお、該当児への個別通知などは行いません。接種歴などを確認の上、対応してください。
 また、積極的な接種勧奨差し控えの間に第1期の接種の機会を逃したかたは、経過措置として接種の機会が設けられました。該当される場合は接種履歴などを確認の上、お問い合わせください。また、市ホームページなどをご確認ください。
 問い合わせ…保健センター

高齢者のインフルエンザ予防接種
 昨年流行した新型インフルエンザ株を含む季節性3価ワクチンでの接種「平成22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。(水色のチラシで、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、保健センターにあります。保健センターのホームページでも閲覧できます。)
 対象…市民で①満65歳以上のかた②満60歳以上85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です)
 実施期間…10月1日(金)~平成23年3月31日(木)まで
 実施場所…指定の医療機関(医療機関へ要予約)
 ※10月20日(水)~12月25日(土)の期間は川口・鳩ヶ谷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。保健センターへ事前に(接種日の10日前まで)必ずご確認ください。
 個人負担…1,000円(上記対象者のうち、生活保護受給者は医療機関にて生活保護受給者証を提示することで、自己負担免除となります。)

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。

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22年7月生まれ | 委託医療機関 |
| 10カ月児 | 平成21年12月生まれ | 集団(相談) |
| 1歳6カ月児 | 平成21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19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が実施しています。ぜひ受診し、成長の記録を母子健康手帳に残しましょう。

成人健康相談

| 期 日 | 受付時間 | 場 所 | 追加の相談 |
|---|-------------|---------------|--|
| 11月15日と祝日を除く毎週月曜日 10月15日(金) 11月19日(金) | 9:30~11:00 | 保健センター | リハ(10月15日) 栄養(10月25日) 栄養(11月15日) |
| 11月15日(月) | 13:30~14:30 | | |
| 10月1日(金) | 13:30~14:30 | 神根公民館 | 栄養・歯科 |
| 10月5日(火) | 13:30~14:30 | 芝公民館 | 栄養・歯科・介護 |
| 10月7日(木) | 13:30~14:30 | 安行公民館 | 栄養・歯科・介護 |
| 10月28日(木) | 13:30~14:30 | 青木公民館 | 栄養・歯科・介護 |
| 11月12日(金) | 13:30~14:30 | 加(補)副(付)ア(ア)シ | 栄養・介護 |
| 11月25日(木) | 13:30~14:30 | 南平公民館 | 栄養・歯科・介護 |
| 11月30日(火) | 13:30~14:30 | 戸塚公民館 | 栄養・歯科・リハ介護 |

※受付時間内に、直接会場にお越しください。
対象…市民で、健康について相談のあるかた
内容…血圧測定、検尿、体重、体脂肪(素足で測定)、腹囲測定、各種健康相談
持ち物…健康手帳(持っているかたのみ)
問い合わせ…保健センター

失語症を語ろう~家族の集い~

脳卒中の後遺症などで言葉に障害のある家族をもつかた、言っている事が聞き取れない、気持ちがうまく伝わらないなど、苦労されていませんか?失語症やコミュニケーションのコツを学び、家族同士、日ごろの悩みについて考えましょう。

| 日時 | 会場 | 内容 |
|--------------------------|---|---|
| 10月22日(金) 13:30~15:30 | JR川口駅前「キョボラ M4階」 かわくち市民パートナー ステーション会議室1・2 | 「失語症ってどんな病気?」 「失語症を体験しよう!」 「コミュニケーションのコツは?」 |

講師…言語聴覚士
対象…市内在住で、失語症者の家族、および関心のあるかた
費用…無料
定員…50人(先着申し込み順)
申し込み…保健センター 電話受け付け中

妊産婦・新生児訪問

保健センターでは、妊産婦や新生児の家庭を、保健師や助産師が訪問しています。赤ちゃんが生まれたら、母子健康手帳別冊についている出生連絡票を、早めに保健センターに提出してください。

問い合わせ…保健センター

こころの健康相談

日時…10月12日(火)・19日(火)・26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

親子で作ろう~野菜を使ったおいしいおやつ~

日時…12月27日(月) 13:00~15:30
内容…親子でおいしいおやつを作って楽しく食べよう
見直し・食事や生活リズム
費用…無料 場所…保健センター
対象…平成16年4月~平成17年3月生まれの年長児とその保護者(定員20組)

申し込み…はがきに「12月食育教室希望」と明記の上、保護者と子の氏名(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。11月19日(金)必着
申し込み多数の場合は抽選

ソーシャルクラブのご案内

対象…市内在住で、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
日時…毎週水曜日(月4回) 9:30~15:00
活動内容…スポーツ、音楽レク、料理など
場所・問い合わせ…保健センター

ことばのリハビリ教室

対象…市民で、脳梗塞などの後遺症で言葉に障害があり、日常生活に不自由を感じている
おおむね40~64歳のかた、およびその家族
申し込み・問い合わせ…保健センター

今月の献血

| 期 日 | 時 間 | 場 所 |
|-----------|-------------|-------------|
| 10月7日(木) | 10:00~12:00 | 芝北公民館 |
| | 14:00~16:00 | 芝園団地商店会広場 |
| 10月21日(木) | 10:00~16:00 | イオンモール川口キャラ |
| | 10:00~16:00 | JR西川口駅西口 |
| 10月22日(金) | 10:00~12:00 | 神根東公民館 |
| | 13:30~15:30 | 芝南公民館 |
| 10月28日(木) | 10:00~12:00 | 横曽根公民館 |
| | 13:30~15:30 | 西公民館 |

※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)。
川口駅献血ルームの問い合わせ…☎0120-353-611
問い合わせ…保健衛生課

結核・肺がん検診

| 期 日 | 場 所 | 受付時間 |
|-----------|--------|----------------------------------|
| 10月1日(金) | 神根公民館 | 男性 13:30~14:00 女性 14:00~14:30 |
| 10月5日(火) | 芝公民館 | |
| 10月7日(木) | 安行公民館 | 男性 13:30~14:00 女性 14:00~14:30 |
| 10月28日(木) | 青木公民館 | |
| 11月9日(火) | 青木東公民館 | 保健センター |
| 11月15日(月) | 保健センター | |
| 11月25日(木) | 南平公民館 | 戸塚公民館 |
| 11月30日(火) | 戸塚公民館 | |

※受付時間内に、直接会場にお越しください。
対象…市に住民登録がある40歳以上のかた(勤務先などで受診可能なかたは対象外)
※受診は年度(4月~翌年3月)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のかたのみ喀痰検査の対象)
※喀痰検査のみは行っていません。
※検診結果通知は、2カ月ほどかかります。
費用…無料(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

特定不妊治療助成金

対象…県の指定医療機関で、体外受精または顕微授精の治療を受けた夫婦の一方または双方が、県内に住民登録がある法律上の夫婦で、前年の夫婦の所得合計額が730万円未満のかた※卵子採取に至らず治療を中止した場合は対象外。
内容…1回の治療につき15万円まで、1年度あたり2回を限度に通算5年間
手続き…原則として治療を行った年度内に必要書類を添付して申請
申し込み…川口保健所
問い合わせ…川口保健所 ☎048-262-6111
県健康づくり支援課 ☎048-830-3561

パワーアップ教室

「最近体力が落ちてきたなあ…」と感じているかた、体力測定をしてみませんか?自宅のできる筋トレやストレッチも体験できます。2日目だけの参加も可能です。

| | 期 日 | 内 容 | 定 員 |
|-----|-----------|------------------------------|-----|
| 1日目 | 11月18日(木) | 体力測定、ストレッチなど | 20人 |
| 2日目 | 11月19日(金) | 体力測定結果返却、理学療法士の講義、体操、ストレッチなど | 35人 |

場所・時間…前川公民館 14:00~16:00
対象…市民で、医師から運動制限を受けていないかた(子ども連れでの参加はご遠慮ください)
申し込み…保健センター
10月18日(月)9時から電話受け付け