

きょうしつ あんない 教室のご案内

ひよう むりよう ばしょ ほけん 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 | 7月8日(水) 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 | 出産予定月 平成21年10月～12月の夫婦 定員 各コース36組 | 6月11日(木) |
| 母親教室 | 1日目 7月2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10月～12月の妊婦 定員 48人 | 6月11日(木) |
| ※(3日目の実習のみ参加もできます) | 2日目 7月3日(金) 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 7月10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 | 7月14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9月～平成22年 1月の妊婦 定員 50人 | 6月11日(木) |
| 離乳食講習会 | 7月28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2月～4月生まれの乳児とその保護者 定員 各コース30組 | 6月17日(水) |
| 幼児食講習会 | 7月22日(水) Aコース10:00～11:30 Bコース11:00～12:30 (希望のコースに添えないことがあります。) | 幼児食のお話、試食 | 栄養士 | 平成19年8月～平成20年 7月生まれの幼児とその保護者 定員 各コース25組 | 6月17日(水) |

★申し込み・問い合わせ…保健センター

はがきに「7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。



よぼうせつ 予防接種

問い合わせ…保健センター

○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防票を送付しています(ただし、日本脳炎の予防接種は積極的勧奨を見合わせているため、個人通知はしていません)。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するようにしてください。

○接種の際には、母子健康手帳、黒のボールペン、体温計、予防票を持参ください。体温は会場で測ります。

○接種を行う前に予防票を行いますので、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。

せつしゅほうほう 接種方法

ポリオ…5月、9月、1月に市内公民館などで集団接種

ポリオ以外…市の委託した医療機関で個別接種(通年)

| 予防接種の種類 | 回数 | 受けることが可能な期間(対象年齢) |
|----------------------|-----------------|-----------------------------|
| ポリオ | 2回 | 3カ月～7歳6カ月未満 |
| BCG | 1回 | 出生時～6カ月未満 |
| ジフテリア 百日せき 破傷風 | 1期 三種混合(DPT) | 初回 3回 3カ月～7歳6カ月未満 |
| | 追加 | 1回 7歳6カ月未満 |
| 麻しん 風しん混合(MR) | 2期 | 1回 1歳～2歳未満 |
| | 3期※ | 1回 5歳～7歳未満のうち 小学校就学前の1年間 |
| 日本脳炎※ | 1期 | 初回 2回 6カ月～7歳6カ月未満 |
| | | 追加 1回 7歳6カ月未満 |
| | 2期 | 1回 9歳～13歳未満 |

※麻しん風しん混合(MR) 予防接種の3期、4期は平成20年度から24年度までの実施です。

※日本脳炎の予防接種は平成21年6月現在、積極的に勧められていません。日本脳炎流行地域に渡航するかたなど、特に接種を希望する場合は、医師や保健センターにご相談ください。

ほけん 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

ほけん えいせい か しゅみん かい かん ない 保健衛生課(市民会館内)

☎258-1110

〒332-8601 青木2-1-1

さい たま けん か わ ぐ ち ほ けん じょ 埼玉県川口保健所

☎262-6111

〒333-0842 前川1-11-1

さい たま ぎやくたい 埼玉県子どもを虐待から

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

けんこう そうだん ところの健康相談

日時…6月9日(火)・16日(火)・23日(火) 午

後(予約制)

内容…心の悩みや病気、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

しなやか健骨チェック

日時…7月17日(金) 午前

内容…骨密度測定、結果説明、希望者は個別相談

場所…保健センター 定員…70人(先着順)

対象…市民で18歳以上のかた。ただし、

治療中のかたは除く。(1回/年) 費用…無料

申込期間…6月15日(月)～30日(火)まで

申し込み…保健センター

※測定は、かかとに超音波を当てて測定しま

す。妊娠中のかたも受けることができます。

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。詳細は通知をご確認ください。届いていない場合はご連絡ください。

6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3月生まれ | 委託医療機関 |
| 10カ月児 | 平成20年8月生まれ | 集団(相談) |
| 1歳6カ月児 | 平成19年12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12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…6月5日(金)・7月3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…6月29日(月) 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 6月15日(月)~19日(金)

第18回こころの健康講座

「わかりやすい統合失調症の話

~よりよい生活のために~」

日時…7月4日(土) 13:30~15:30

内容…統合失調症とは?周囲の対応とは?再発の予防も含めた病気との上手な付き合い方の話し

講師…埼玉協同病院副院長 雪田慎二氏

対象…統合失調症などの精神保健に関心のあるかた

費用…無料

場所…神根西公民館(2階ホール)

定員…100人(申し込み不要)

問い合わせ…保健センター

結核・肺がん検診

| 期日 | 場所 | 受付時間 |
|----------|--------|----------------------------------|
| 6月12日(金) | 青木東公民館 | 男性 13:30~14:00 女性 14:00~14:30 |
| 6月16日(火) | 芝公民館 | |
| 6月17日(水) | 神根公民館 | |
| 6月23日(火) | 根岸公民館 | |
| 7月3日(金) | 戸塚公民館 | |
| 7月9日(木) | 上青木公民館 | |
| 7月16日(木) | 新郷公民館 | |
| 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り、40歳以上のかた
※勤務先等で受診可能なかたは対象外です。

※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

第6回生活習慣病予防講座

「Stop!ザ・メタボ!~We can change!!

やればできる生活習慣の改善~」

日時…7月12日(日) 13:30~15:30

内容…生活習慣病、メタボリックシンドローム

(内臓脂肪症候群)の予防と実践について

講師…フクダ内科院長 福田定男氏

費用…無料

場所…中央ふれあい館

定員…50人(定員になり次第締め切り)

申込期間…6月8日(月)~7月10日(金)

申し込み・問い合わせ…保健センターへ電話・FAX・Eメール

Eメール:087.05000@city.kawaguchi.lg.jp

※FAX、Eメールでの申し込みは、住所・氏名・年齢・電話番号と「第6回生活習慣病予防講座の申し込み希望」を記入してください。

妊婦健康診査のお知らせ

~健やかな妊娠と出産のために

妊婦健診を受けましょう~

市では、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、妊婦健康診査助成券9回分をお渡ししています。公費負担受診票は、埼玉県内、県外委託医療機関で使用できます。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。

※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。

問い合わせ…保健センター

成人健康相談

| 日程 | 受付時間 | 場所 | 追加の相談 |
|--|--|--------|-------------------------------|
| 毎週月曜日: 6月19日(金) 7月17日(金) 7月24日(金) | 9:30~11:00 (7月24日のみ 13:30~14:30) | 保健センター | 栄養(6月15日) 栄養・歯科 (7月24日) |
| 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 | 戸塚公民館 | 栄養・歯科 |
| 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 | 芝富士公民館 | 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、毎週月曜日と第3金曜日になります。

今月の献血

| 期日 | 時間 | 場所 |
|----------|----------------------------|--------------------|
| 6月17日(水) | 10:00~12:00 13:30~15:30 | 芝園地地商店会広場 前川公民館 |
| 6月18日(木) | 10:00~12:00 | 横曽根公民館 |
| 6月30日(火) | 13:30~15:30 | 神根公民館 |
| 7月7日(火) | 10:00~15:30 | 安行スポーツセンター |

※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

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) |
|----|---------------------------------|--|
| 日程 | 7月22日(水) | 7月23日(木) 7月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

のかた

時間…14:00~16:00

場所・申し込み…保健センターへ(6月29日(月)から電話受付(先着順))

胃がん検診

受付…7月3日(金)~23日(木)(予定)

対象…川口市に住居登録がある40歳以上のかた

検診実施期間…9月~12月(予定)

※申込詳細は広報かわぐち7月号でお知らせします。問い合わせ…保健センター