

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	10月5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	保健師	出産予定月 平成24年1月~3月の夫婦 定員:36組	8月31日(水)
母親教室 (3日目の実習のみの参加もできます)	1日目 10月6日(木) 13:00~16:00	「妊娠中から出産後の過ごし方」	保健師	出産予定月 平成24年1月~3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。	8月31日(水)
	2日目 10月7日(金) 13:00~16:00	「妊産婦の栄養」「赤ちゃんの育て方」	栄養士 保健師		
	3日目(実習) 10月14日(金) 13:00~16:00	「お産の経過と妊婦体操」「赤ちゃんの沐浴」	助産師 保健師 など		
マタニティママの歯の健康教室	10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12月~平成24年4月の妊婦 定員:50人	8月31日(水)
離乳食講習会	9月27日(火) Aコース10:00~11:10 Bコース11:15~12:25 *コースは選べません。	「離乳食初期の進め方」のお話、試食	栄養士 保健師	平成23年4月~6月生まれの乳児とその保護者 定員:各コース30組	8月17日(水)
さくらんぼの会	8月29日(月) 10:00~11:30	子どもと別室で参加者同士の交流(託児あり)	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)	8月15日(月)~19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枚のはがきで申し込んでください。



予防接種

問い合わせ…保健センター

ポリオ(急性灰白髄炎)

- 対象年齢…生後3カ月~7歳6カ月未満(41日以上の間隔をあけて2回接種)
- 受付時間…13:30~14:15 ※予約不要です。受付時間内に会場に直接お越しください。*当日、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	場	所
1日(木)	新郷公民館(注1)①、戸塚公民館(注2)①	
2日(金)	青木公民館、戸塚西公民館、南平公民館(注1)①	
6日(火)	安行東公民館(安行スポーツセンター)、芝南公民館、西公民館(注3)①	
7日(水)	芝公民館(注3)①、新郷公民館(注1)②、並木公民館	
8日(木)	青木東公民館、神根西公民館(北スポーツセンター)(注3)①	
9日(金)	中央ふれあい館(注3)①、戸塚公民館(注2)②	
13日(火)	戸塚公民館(注2)③、保健センター	
14日(水)	神根西公民館(北スポーツセンター)(注3)②、西公民館(注3)②、前川公民館	
15日(木)	芝園公民館、南平公民館(注1)②	
16日(金)	芝北公民館、新郷公民館(注1)③、中央ふれあい館(注3)②	
21日(水)	上青木公民館、芝西公民館、戸塚公民館(注2)④	
22日(木)	芝公民館(注3)②、南平公民館(注1)③	

◇自動車での来場はご遠慮ください。新郷・西・並木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。

- (注1)新郷・南平公民館
①奇数月生まれの乳幼児 ②偶数月生まれの乳幼児
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月生まれ乳幼児 ②2・6・10月生まれ乳幼児
③3・7・11月生まれ乳幼児 ④4・8・12月生まれ乳幼児
(注3)芝・西公民館・中央ふれあい館・神根西公民館(北スポーツセンター)
①奇数月生まれの乳幼児 ②偶数月生まれの乳幼児
次回のポリオは平成24年1月を予定しています。

子宮頸がん予防ワクチン

- 対象者…中学1年生相当年齢~高校2年生相当年齢の女子(全対象年齢のかたが接種できます。)
- 助成実施期間…平成23年3月1日~平成24年3月31日
*高校2年生相当年齢のかたは、平成23年9月30日までに助成制度を利用して接種をした場合のみ、以降平成24年3月31日までの接種についても助成の対象となります。
- 接種回数…半年の間に3回 ●接種費用…無料

●接種方法…市の委託した医療機関で接種してください。医療機関の一覧は市ホームページ、もしくは保健センター、各支所などに置いてあるチラシで確認してください。

●その他…助成の期間内に標準的なスケジュールで3回の接種を済ませるためには、平成23年9月30日までに1回目の接種を済ませる必要があります。

日本脳炎予防接種

平成23年5月20日に予防接種関係の法令の一部が改正され、日本脳炎の予防接種について平成17年度から21年度までの積極的勧奨の差し控えにより接種の機会を逃してしまっただけは、以下のとおり日本脳炎の予防接種を受けることができるようになりました。

- 対象者…平成7年6月1日~平成19年4月1日生まれのかた
- 接種可能期間…対象者が20歳未満の間
ただし、第2期に相当する接種は対象者が9歳以上20歳未満の間
※通知がなくても対象者であれば接種は受けられます。

学校行事などで海外へ行かれる高校2年生相当の年齢のかた

平成23年5月20日に予防接種関係の法令の一部が改正され、修学旅行や研修などの学校行事で海外へ行くために接種を受ける必要がある高校2年生相当のかたも、麻しん風しん混合接種(MR)第4期の対象になりました。

- 対象者…平成23年度に高校2年生相当の年齢のかた
*学校行事での海外渡航の予定のないかたは、高校3年生相当の年齢時に接種してください。
- 接種可能期間…平成23年5月20日~平成24年3月31日
*高校2年生相当のかたが第4期として麻しん風しん混合ワクチンを接種することができるのは今年度中のみです。

東日本大震災の影響で定期予防接種の対象期間を過ぎてしまったかた

平成23年5月20日に予防接種関係の法令の一部が改正され、東日本大震災の発生によりやむを得ず定期の予防接種の対象期間を過ぎてしまったかたの接種について、次の期間に限り定期の予防接種として取り扱われるようになりました。

- 対象されるかたは問い合わせてください。
- 接種可能期間…平成23年3月11日~8月31日

保健センター

〒332-0026 南町1-9-20
☎048-256-2022 FAX048-256-2023

■神根保健ステーション 〒333-0835 道合1421
☎・FAX048-297-8300

■芝保健ステーション 〒333-0865 伊刈20
☎・FAX048-264-3506

■新郷保健ステーション 〒334-0073 赤井1055
☎・FAX048-280-1725

■南平保健ステーション 〒332-0006 末広3-7-21
☎・FAX048-225-2724

■戸塚保健ステーション 〒333-0811 戸塚4552
☎・FAX048-298-0271

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

~委託外医療機関による

妊婦健康診査の助成~

委託契約をしていない医療機関で受けた妊婦健診費用の一部を助成しています。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、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。郵送での申請も可能です。

*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問い合わせてください。

問い合わせ…保健センター

こころの健康相談

日時…8月16日(火)・23日(火)・30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

費用…無料

担当…精神保健福祉士・保健師

場所・申し込み…保健センター

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。

8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23年5月生まれ	委託医療機関
10カ月児	平成22年10月生まれ	集団(相談)
1歳6カ月児	平成22年2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20年2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。

幼児相談

日時・場所…8月19日(金)・9月2日(金)
9:00～10:00 保健センター

対象…1～6歳の幼児
内容…言葉・発育・発達などの相談
申し込み…保健センター(予約制)

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。出生連絡票は、出産後、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

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!!～

場所…並木公民館 費用…無料
対象…64歳以下の市民で、体重が気になるかた、運動習慣がないかた、医師による運動制限のないかた

(過去に受講したかたは除きます)

定員…25人(先着順)
託児…10人(先着予約制:申込時にお伝えください)
申込期間…8/23(火)～9/22(木)
申し込み・問い合わせ…保健センター(平日9:00～17:00)

※実践は、運動初心者のかたでも気軽に楽しんで参加できる内容になっています。

日時	内容
10月4日(火) 10:00～12:00 (受け付け9:30～)	講義「知って得する生活習慣のウソ!ホント!」
10月18日(火) 10:00～12:00	実践「手軽にできる脂肪燃焼運動」 講義「バランス食でサイズダウン」
10月21日(金) 10:00～12:00	実践「簡単ストレッチで美しい体づくり」 講義「食べてみよう!ローカロリーデザート」
11月1日(火) 10:00～12:00	講義「必見!ウエストサイズダウン継続の秘訣!」

成人健康相談

期日	受付時間	場所	追加の相談
毎週月曜日 (祝日を除く)	9:30～10:30	保健センター	栄養 (8月15日) (9月12日)
8月10日(水)	9:30～10:30	並木公民館	栄養・歯科
8月12日(金)	9:30～10:30	実行スポーツセンター	栄養・リハ・介護
8月25日(木)	9:30～10:30	芝西公民館	栄養・介護
9月1日(木)	9:30～10:30	芝北公民館	栄養・歯科・介護
9月15日(木)	9:30～10:30	朝日東公民館	栄養・歯科・介護
9月30日(金)	9:30～10:30	戸塚公民館	栄養・歯科・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(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、介護:地域包括支援センター職員による相談も実施)

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

39(Thank You)ヘルスチェック

39歳以下のかたの健康チェックを実施します。ご自身の健康管理にぜひお役立てください。(医師による診察はありません)

日時…10月14日(金)午後(予約制)
場所…神根西公民館(北スポーツセンター)
費用…無料

対象…健診を受ける機会のない39歳以下の市民(昭和47年4月2日以降に生まれたかた)※参加は年度1回です

内容…骨密度測定、簡易血糖検査、身長・体重・体脂肪・腹囲測定、検尿、血圧測定、保健師・栄養士・歯科衛生士による健康相談など

定員…30人程度(先着順)
申し込み・問い合わせ…保健センター
※8月15日(月)9:00から受け付け

第10回生活習慣病予防講座

「エコな健康法in並木 ～ウォーキングでエコな健康生活を手に入れよう～」
内容…講義・実技「いますぐ使えるウォーキングのポイント」

日時…10月8日(土)10:00～12:00
場所…並木公民館・青木町公園
講師…東京学芸大学名誉教授・宮崎県ウォーキング協会名誉会長 波多野 義郎 氏

定員…50人(定員になり次第締め切り)
申込期間…8月16日(火)から9月22日(木)まで電話受付

費用…無料
※医師による運動制限のあるかたはご遠慮ください。

※ウォーキングできる服装・靴で参加してください。タオル・飲み物などは持参してください。

申し込み・問い合わせ…保健センター(平日9:00～17:00)

第25回こころの健康講座

やさしい統合失調症の話
～症状の理解と対応について～

統合失調症とは。大切な薬の話。周囲の人は何が出来るかなど。

日時…9月3日(土)14:00～16:00
(受け付け13:30～14:00)

講師…埼玉協同病院 副院長 雪田慎二医師
場所…新郷公民館(視聴覚ホール)

対象…精神保健福祉に関心のあるかた
費用…無料

定員…100人程度(申し込み不要)受付時間内に直接会場にお越しください

※当日は手話通訳がつかます
※駐車場に限りがあるため、公共交通機関をご利用ください

統合失調症家族教室

～あせらず・のんびり・ゆっくりと～
病気のことや薬のこと・家族の対応など一緒に学びませんか。

日時	内容	講師	場所
8月26日(金) 13:30～15:30	本人・家族の声～体験談から学ぶ～	当事者 家族のかた	新郷公民館 講座室1
9月3日(土) 14:00～16:00	やさしい統合失調症の話(第25回こころの健康講座同時開催)	埼玉協同病院 雪田慎二医師	新郷公民館 視聴覚ホール
9月6日(火) 13:30～15:30	回復に役立つ情報～医療制度・福祉サービスの活用～	精神保健福祉士 保健師	新郷公民館 講座室1

対象…市内在住で統合失調症の患者がいる家族のかた

費用…無料 定員…30人(先着順)
申し込み…保健センター

いきいき健康増進セミナー

日時	内容	講師	持ち物
9月7日(水) 9:30～13:30	骨密度測定・シニアのためのバランス食からただかよるが骨太料理～調理実習と会食～	保健師 栄養士	筆記用具 エプロン 三角巾 ハンドタオル
9月8日(木) 13:15～15:30	骨結果返却・結果説明・健康的な生活習慣について・いきいき体操～自分のからだを見つけよう～質問コーナー	健康運動指導士 保健師 栄養士	運動のできる服装 運動靴 タオル 筆記用具

対象…現在、健康に生活しているかたで、健康増進に関心のあるかた。

2日間とも参加できるかた。
定員…24人※8月11日(木)から受け付け
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
8月2日(火)	9:30～12:00	川口市消防本部
8月7日(日)	10:00～15:00	川口オートレース場
8月9日(火)	10:00～16:00	イオンモール川口キャラ
8月18日(木)	10:00～11:30	前川南公民館
	10:00～12:00	朝日東公民館
	10:00～16:00	川口市役所
	13:00～14:00	豊富公民館
	13:30～15:30	鎮家公民館
8月26日(金)	10:00～15:30	芝公民館
8月30日(火)	13:30～16:00	川口市立医療センター
8月31日(水)	10:00～12:00	芝西公民館
	13:30～15:30	根岸公民館
9月2日(金)	13:00～16:00	西川口公民館

※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