

きょうしつ あんない 教室のご案内		ひよう わりよう 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	平成22年 1月13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22年4月~6月の夫婦 定員 36組	12月10日(木)
母親教室  ※(3日目の 実習のみ の参加も できます)	1日目 1月7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 ②保健師	出産予定月 平成22年4月~6月の妊婦 (家族の参加も可) 定員 48人	12月10日(木)
	2日目 1月8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 1月15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	1月19日(火) 13:00~15:40 ※12月の実施は ありません。	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22年3月~7月の妊婦 定員 50人	12月10日(木)
離乳食 講習会	1月26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8月~10月生まれ の乳児とその保護者 定員 各コース30組	12月17日(木)

## ★申し込み・問い合わせ…保健センター

はがきに「1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氏名・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枚のはがきでお申し込みください。



## よぼう せつしゅ 予防接種

とあ 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。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。

平成22年1月

実施日	場 所
7日(木)	神根公民館①(注1)、南平公民館①(注1)
8日(金)	中央ふれあい館①(注3)、戸塚公民館①(注2)
13日(水)	新郷公民館①(注1)、芝西公民館、青木東公民館
14日(木)	神根公民館②(注1)、戸塚公民館②(注2)
15日(金)	南平公民館②(注1)、上青木公民館、芝園公民館
19日(火)	安行東公民館、芝公民館①(注3)、戸塚公民館③(注2)
20日(水)	西公民館①(注3)、青木公民館
21日(木)	神根公民館③(注1)、新郷公民館②(注1)
22日(金)	戸塚西公民館、南平公民館③(注1)、中央ふれあい館②(注3)
26日(火)	保健センター、戸塚公民館④(注2)、芝北公民館
27日(水)	前川公民館、並木公民館
28日(木)	芝公民館②(注3)、新郷公民館③(注1)、西公民館②(注3)

◇自動車で会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、実施日より該当児が異なります。

- (注1) 新郷・神根・南平公民館  
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  
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  
※かぜやインフルエンザ等の感染防止について  
接種を受ける子どもはもちろん、家族の中に、体調の悪いかたや、学年閉鎖や学校閉鎖などとなっている学校、幼稚園、保育所などに通っているかたがいたる場合は、集団接種会場への来場はご遠慮くださいますよう、お願いいたします。

○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するようにしてください。

○接種を行う前に予診を行いますので、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受診してください。

○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。

### ■日本脳炎予防接種

6月から日本脳炎第1期は新ワクチンによる予防接種が受けられるようになっていますが、引き続き厚生労働省からの勧告により、現在も個人通知は送付していません。予防接種を希望する場合は保健センターまでご相談ください。

### ■高齢者のインフルエンザ予防接種

65歳以上(一部60歳以上)対象の高齢者インフルエンザ予防接種は、1月31日まで実施しています。詳しくは「平成21年度高齢者のインフルエンザ予防接種」(公民館・支所などに置いてある水色のチラシ)またはホームページをご参照ください。

※新型インフルエンザの予防接種ではありません。

## 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 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

## けんこう そうだん 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

## しんがた 新型インフルエンザなどの感染拡大防止にご協力

現在、新型インフルエンザの感染者が増加しています。感染拡大を防止するために、日ごろから体調管理を心がけ、具合の悪いときは、不用な外出を避け、健診や予防接種の受診を控えるなど、みなさんのご協力をお願いいたします。

## しんがた 新型インフルエンザ予防接種

埼玉県内では、11月中旬から一部優先接種対象者への接種が開始されましたが、ワクチンの供給量が少ないため、各医療機関でも十分な対応が取れない状態となっています。お問い合わせの際には、市・県ホームページ、チラシなどで最新の情報を確認してください。また、市では優先接種対象者のうち、生活保護受給者、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、保健センター、市役所、各支所、川口駅前行政センター、公民館などの公共施設や医療機関の窓口で配布するチラシを参照の上、手続きしてください。

# 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。

12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9月生まれ	委託医療機関
10カ月児	平成21年2月生まれ	集団(相談)
1歳6カ月児	平成20年6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18年6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。ぜひ受診しましょう。

## 幼児相談

日時・場所…12月4日(金)・1月8日(金)

9:00~10:00 保健センター

1月19日(火)

9:30~10:30 戸塚スポーツセンター

対象…1~6歳の幼児(市民) 費用…無料

内容…ことば・発育・発達などの相談

申し込み…保健センターで電話受付

## 親子で作ろう~野菜を使ったおいしいおやつ~

日時…1月6日(水) 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

対象…平成15年4月~平成16年3月生まれ

の子どもとその保護者(市民)

定員…20組 費用…無料

場所…保健センター

申し込み…はがきに「1月食育教室希望」と

明記の上、保護者の子の氏名(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。12月10日(木)必着。申

し込み多数の場合は抽選。

※8月実施の食育教室に参加されたかたの申し

込みはご遠慮ください。

## さくらんぼの会(多胎の会)

多胎児を持つ家族や多胎妊娠中のかたの交流の場です。

日時…12月22日(火) 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(市民)

定員…先着20組 費用…無料

申し込み…保健センター

申込期間…12月7日(月)~11日(金)

## 結核・肺がん検診

期日	場所	受付時間
12月10日(木)	芝園公民館	男性 13:30~14:00
12月15日(火)	根岸公民館	女性 14:00~14:30
12月18日(金)	青木東公民館	
1月18日(月)	保健センター	
1月19日(火)	上青木公民館	男性 9:30~10:00
1月26日(火)	新郷公民館	女性 10:00~10:30
1月28日(木)	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…川口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

リスクのかた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(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

## パワーアップ教室(2日間コース)

現在の体力を把握することで、自分にあった運動を知り、腰痛・膝痛や、転倒・骨折を予防することで、活動的な生活を維持したいかたのための教室です。

日時…1月25日(月)、29日(金) 14:00~16:00

内容…講義、筋力アップ体操、ストレッチ体操など

場所…保健センター

対象…医師から運動制限を受けていない市民

の定員…先着15人程度

申し込み…12月21日(月)から、保健センター

で電話受付(先着順)

## こころの健康相談

日時…12月8日(火)・15日(火)・22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。場所・申し込み…保健センター

担当…精神保健福祉士・保健師 費用…無料

## 妊婦健康診査

~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

とともに妊婦健康診査の受診票と助成券をお

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。転入

された妊婦さんは、前市町村の受診票は使用

できませんので、川口市の受診票で該当する

健康診査を受けましょう。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

期日	受付時間	場所	追加の相談
毎週月曜日・12月18日(金)・1月15日(金)	9:30~11:00 (1月18日のみ 9:30~10:30)	保健センター	栄養(12月21日) 栄養・歯科 (1月18日)
12月10日(木)	13:30~14:30	芝園公民館	栄養
12月15日(火)	13:30~14:30	根岸公民館	栄養・歯科
12月17日(木)	9:30~10:30	前川公民館	栄養・リハ・歯科
1月14日(木)	9:30~10:30	芝富士公民館	栄養
1月19日(火)	9:30~10:30	上青木公民館	栄養・歯科
1月26日(火)	9:30~10:30	新郷公民館	栄養
1月28日(木)	9:30~10:30	戸塚公民館	栄養

※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)

※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

## 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…3月2日(火)(予約制)

対象…健診を受ける機会のない39歳以下の

市民のかた(昭和45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…先着100人 費用…無料

受付期間…12月14日(月)~21日(月)

場所・申し込み・問い合わせ…保健センター

## 女性特有のがん検診の受診をお忘れなく

女性特有のがん検診(乳がん検診・子宮頸が

ん検診)の対象者の、無料クーポン使用の検診

については、1月末日まで受診できます

(子宮体がん検診は対象外です)。各検診は

ひとり一回です。

問い合わせ…女性特有のがん検診専用電話

256-9100

## 今月の献血

期日	時間	場所
12月18日(火)	10:00~12:00	上青木公民館
12月9日(水)	10:00~11:30	前川南公民館
	13:00~14:00	芝富士公民館
12月10日(木)	13:30~15:30	戸塚公民館
12月16日(水)	9:30~15:30	川口市立川口総合高等学校
12月18日(金)	14:00~16:00	川口市立医療センター
	14:00~16:00	リサイクルプラザ
12月28日(月)	10:00~16:00	川口市役所

※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