

●保健センター鳩ヶ谷分室  
☎048-284-2325 ㊟048-284-0052

●神根保健ステーション  
☎・㊟048-297-8300

●新郷保健ステーション  
☎・㊟048-280-1725

●芝保健ステーション  
☎・㊟048-264-3506

●南平保健ステーション  
☎・㊟048-225-2724

●戸塚保健ステーション  
☎・㊟048-298-0271

●青木保健ステーション  
☎・㊟048-256-9711

■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

## 健康相談

地域のかたの“こころ”と“からだ”の健康に関する相談を随時受け付けています。まずはお電話ください。

場保健センター、鳩ヶ谷分室、保健ステーション

## 胃がん検診申込(5～9月実施)

胃がん検診(検診車でバリウムを飲んで行うエックス線検査)を公民館などで実施します。

用2月24日(火)～3月18日(水)に公民館、支所などにある申込書に記入し窓口へ提出、または市ホームページから申込書をダウンロードし保健センターに郵送してください。

対40歳以上で市に住民登録のあるかた(平成27年度に40歳となるかたも含まれます)  
※胃がん検診の実施時期は前期(5～9月)と後期(10～2月実施)に分かれています。後期の申込は7月中旬～8月の予定です。

## ソーシャルクラブ

地域で生活している、主に慢性期・回復期の統合失調症のかたのグループ活動です。社会復帰の第1歩として参加してみませんか。

対市民で、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。

日毎週水曜日(月4回)9:30～15:00

場保健センター

活動内容…スポーツ、音楽レク、料理など

## こころの健康相談(予約制)

精神保健福祉士・保健師による心の悩みや病気、ひきこもり、社会復帰などの相談

日2月10日(火)・17日(火)・24日(火) 午後

¥無料 場保健センター

## 教室のご案内

¥無料

教室名	場所	日時	内容	講師	対象	申込締切(必着日)
ウェルカムBaby教室(母親・両親教室)	保健センター	1日目 4月9日(木) 13:00～16:00	「妊娠後期の過ごし方」「妊産婦の栄養」「分娩の経過」など	医師 栄養士 保健師	出産予定月 平成27年7月～9月の妊婦 定40組 ※1日目は妊婦のみの参加 2日目はご夫婦での参加(妊婦のみも可)	3月9日(月)
(2日目のみの参加もできます)		2日目 4月13日(月) 13:00～16:00	「赤ちゃんの育て方」「沐浴・妊婦疑似体験」	保健師 など		
マタニティママの歯の健康教室	保健センター	3月24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27年5月～9月の妊婦 定30人	2月24日(火)
マタニティママの歯の健康教室	保健センター	4月21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27年6月～10月の妊婦 定30人	3月20日(金)
離乳食講習会	保健センター	4月3日(金) Aコース10:00～11:10 Bコース11:30～12:40 ※コースは選べません。	「離乳食の進め方」 のお話、試食	栄養士	平成26年10月～12月生まれの乳児とその保護者 定各コース30組	3月3日(火)
さくらんぼの会	保健センター	2月18日(水) 10:00～11:30	双子・三つ子の家族や多胎妊娠中のかたの交流	保育士 保健師 など	双子・三つ子とその家族、多胎妊娠中のかたとその家族 定20組(定員になり次第締め切り)	2月2日(月)～6日(金) 電話予約
かばさんの歯の教室	保健センター	3月13日(金) Aコース9:30～11:45 Bコース9:55～12:05 ※コースは選べません。	むし歯の話 幼児期のおやつについて 口腔内チェック ブラッシング指導	歯科医師 栄養士 保健師 歯科衛生士	平成26年7月～12月に川口市の1歳6カ月歯科健康診査を受診した幼児とその保護者 定30組	2月20日(金)

はがきに「〇月〇〇教室希望」(ウェルカムBaby教室2日目の実習のみ参加希望者は「実習のみ参加」と記入の上、参加するかたの氏名(ふりがな)・〒・住所・電話番号・出産予定日・または子どもの名前・生年月日・子どもが歯科健診を受けた日にち(かばさんの歯の教室のみ)を記入し保健センターへ郵送(申し込み多数の場合は抽選。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。

## 予防接種

### 水痘(水ぼうそう)

対接種日時時点で市に住民登録がある1歳以上3歳未満で、水ぼうそうにかかったことがなく、今までに水ぼうそうワクチンを2回接種していないかた ¥無料

#### ◎接種を受けるのに適した期間

1回目接種:1歳以上1歳3カ月までに接種

2回目接種:1回目接種から6カ月～1年の間隔をあけて接種(3カ月以上で接種可)

#### ◎接種を受けることが可能な期間

1歳以上3歳未満

場指定の医療機関(医療機関へ要予約)

水ぼうそうワクチンを接種した回数	定期接種(自己負担なし)の対象・対象外
1歳以上で2回接種	対象外
1歳以上で1回接種	対象(前回から3カ月以上間隔をあけて1回接種)
接種していない	対象(接種を受けることが可能な期間で2回接種)

#### <特例措置>

対接種日時時点で市に住民登録がある3歳以上5歳未満で、水ぼうそうにかかったことがなく、1歳以上で接種していないかた

#### ◎接種を受けることが可能な期間

3月31日(火)まで

¥無料 回1回

### 高齢者の肺炎球菌感染症の定期予防接種

対市に住民登録があり、今までに高齢者肺炎球菌ワクチンを受けたことがない①、②のかた

①平成26年度中に65歳、70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳になるかたと100歳以上になるかた

・65歳(昭和24年4月2日～昭和25年4月1日生まれ)

・70歳(昭和19年4月2日～昭和20年4月1日生まれ)

・75歳(昭和14年4月2日～昭和15年4月1日生まれ)

・80歳(昭和9年4月2日～昭和10年4月1日生まれ)

・85歳(昭和4年4月2日～昭和5年4月1日生まれ)

・90歳(大正13年4月2日～大正14年4月1日生まれ)

・95歳(大正8年4月2日～大正9年4月1日生まれ)

・100歳以上(大正4年4月1日以前生まれ)

②満60歳以上65歳未満で心臓やじん臓、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)

場指定の医療機関(医療機関へ要予約)

¥5,000円

※生活保護世帯は自己負担金免除

日3月31日(火)まで 回1回

### 麻しん風しん予防接種第2期の接種をまだ受けていないかたへ

平成26年度、麻しん風しん第2期の対象となっているかたが定期接種として無料で接種を受けることができるのは、3月31日までです。母子健康手帳の記録を確認の上、未接種のかたは接種可能期間内に早めに接種を受けましょう。

対5～7歳未満のうち、小学校就学前の1年間(平成20年4月2日～平成21年4月1日生)

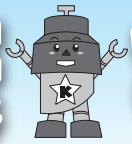
日3月31日(火)まで

#### 【共通項目】

◎他の予防接種との間隔

生ワクチンの予防接種を受けてから27日間以上、ほかの不活化ワクチンとトキソイドの接種を受けてからは6日間以上間隔をあけて接種してください。

◎接種後、副反応が起こることがあります。その場合はすぐに医師の診察を受けてください。



## 省略文字の見方

日 日時・期間 場 場所 対 対象 定 定員  
 ¥ 費用・料金 申 申込・提出・応募  
 問 問い合わせ Eメール

## 子どもの健康診査(相談)

該当のかたに通知を送付します。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。

### 2月の対象者

対象	方法
3・4カ月児 平成26年11月生まれ	委託医療機関
10カ月児 平成26年4月生まれ	集団(相談)
1歳6カ月児 平成25年8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23年8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、栄養士、保育士、保健師、看護師、臨床心理士など専門スタッフが実施しています。ぜひ受診して、お子さんの成長の記録を母子健康手帳に残しましょう。

## 第35回 こころの健康講座

### ～みんなで学ぶ依存症の話～

アルコール・薬物依存症(危険ドラッグ含む)の基礎知識、周囲の役割や対応方法など  
 日 2月14日(土)13:30～15:30(受付13:00～)

講師…埼玉県立精神医療センター  
 副病院長 成瀬 暢也 医師

対 依存症など精神保健福祉に関心のあるかた  
 場 西公民館(講座室)

\*駐車場には限りがあります。公共交通機関をご利用ください。

¥無料 定 100人(先着順)

## 幼児相談(予約制)

ことば・発育・発達などの相談

日 場 3月6日(金)  
 9:00～10:00 保健センター  
 2月10日(火)  
 9:30～10:30 鳩ヶ谷分室  
 対 1～6歳の幼児

## 妊産婦・新生児訪問

赤ちゃんが生まれたすべての家庭を保健師または助産師が訪問しています。生まれたらすぐに出生連絡票を保健センターへ提出してください。また妊婦のかたへも必要に応じて訪問しています。

## 小さく生まれた赤ちゃんへ

### ～未熟児養育医療給付～

入院を要する未熟児に対し、指定医療機関で公費負担による医療給付を行います。

対 指定医療機関に入院した1歳未満のお子さん(出生体重が2,000g以下または医師が入院養育を必要と認めた未熟児)

申 出生日から2週間以内に保健センターへ

## 巡回みんなの保健室

### ～成人健康相談～

期 日	場 所	追加の相談
毎週月曜日(祝日を除く)	保健センター	栄養(2月16日) 栄養(3月16日)
2月3日(火)	根岸公民館	栄養、介護
2月5日(木)	南平公民館	栄養、介護、歯科
2月12日(木)	鳩ヶ谷庁舎	栄養、介護
2月17日(火)	新郷公民館	栄養、介護、歯科
3月3日(火)	芝公民館	栄養、介護、歯科
3月10日(火)	戸塚公民館	栄養、介護、歯科
3月13日(金)	青木公民館	栄養、介護、歯科

【受付】9:30～10:30

(直接、会場にお越しください)

【測定】尿、体重・体脂肪、腹囲、血圧、握力、肺活量

【健康相談】保健師、栄養:栄養士、介護:地域包括支援センター、歯科:歯科衛生士(測定だけでもできます。禁煙相談も行っています。医師の診察はありません。)

対 市民 ¥無料  
 持 持ち物…健康手帳  
 (ないかたは当日交付)

問 保健センター



## 骨密度測定

### ～しなやか骨健チェック～

かかると超音波を当てて骨密度を測定します。妊娠中のかたも受けることができます。骨密度測定、結果説明、相談(希望者)

\*医師による診察はありません

日 3月20日(金)午後

\*時間は申し込み後にご案内します

場 鳩ヶ谷分室

対 18歳以上の市民のかた

\*下記に該当するかたは申し込みできません。

①骨粗しょう症の治療を受けているかた

②定期的に検査を受けているかた

③平成26年5月・9月・11月に測定を受けたかた

定 140人(予約制) ¥無料

申 2月10日(火)～20日(金)に保健センターへ電話

\*鳩ヶ谷分室では申し込みできません

## 訪問歯科健康診査

お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。

対 市民でおおむね65歳以上の寝たきり、またはこれに準ずるかた。(65歳未満のかたはご相談ください。)\*年度内1回のみです。

¥無料(健診後に必要となった治療は有料です)

## 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国内の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。申請期限は、出産後6カ月以内です(郵送可)。詳細は市ホームページをご覧ください。

\*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にお問い合わせください。

## 3月1日～8日は「女性の健康週間」

女性が生涯を通じて健康で明るく充実した日々を自立して過ごせるように、厚生労働省は、毎年3月1日(日)から8日(日)までを「女性の健康週間」と定めています。

これを機に、自分のからだ向き合ってみましょう。

## 輝く女性の健康講座 パート1

「体幹美人のすすめ」昨年好評につき第2弾!講演前には、血管年齢の測定ができます。

日 3月1日(日)講演10:00～12:00

受付・血管年齢測定9:20～9:50

場 中央ふれあい館 講座室1・2号

対 市民で女性のかた(年齢制限はありません)

講師…澤木一貴氏(SAWAKI GYM代表)

定 100人(予約制) ¥無料

申 2月2日(月)から保健センターへ電話

## 輝く女性の健康講座 パート2

日時	内容	講師
3月3日(火) 13:30～15:30	女性の美は口元から 食事の内側から輝こう! (お肌にいっすいっすいっすい)	歯科衛生士 栄養士
3月10日(火) 13:30～15:30	素敵に見せる下着選びのポイント ビューティエクササイズ でボディメイク	ワコール専任講師 運動指導士

場 保健センター 定 30人(予約制)

対 30～40代の女性で2日間参加できる市民

¥無料 \*下着の販売はありません

申 2月12日(木)から電話

## ことばのリハビリ教室

言語聴覚士の指導による、失語症者支援のグループ活動(歌、口の体操、ゲームなど)です。

対 市民で、脳卒中・事故の後遺症・脳腫瘍などで、言葉に障害があり日常生活に不自由を感じる、おおむね40～64歳のかたと、そのご家族

\*認知症者、医療機関や施設などで言語リハビリテーションを受けているかたは参加できません。\*ご家族だけでも参加できます。

日 第4水曜日(予約制)

場 鳩ヶ谷庁舎 申 保健センター

## 今月の献血

期 日	時 間	場 所
2月18日(水)	13:00～15:30	南平公民館
2月24日(火)	9:30～11:00	水道局
2月24日(火)	9:30～11:00	消防局
2月25日(水)	13:30～16:00	医療センター
2月26日(木)	10:00～12:00	領家公民館
2月27日(金)	10:00～12:00	神根東公民館
2月27日(金)	14:00～16:00	芝園団地商店会広場

問 保健衛生課 ☎048-258-1642

\*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)

問 川口駅献血ルーム ☎0120-353-611

\*エイズ検査は川口保健所で受けることができます。(匿名・無料)

問 川口保健所 ☎048-262-6111

## 休所のお知らせ

戸塚保健ステーションは、施設点検のため2月25日(水)～27日(金)終日休所します。休所中は、保健センターへご連絡ください。