

●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

## 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です。

【内容】血圧測定、歌、近況報告、口の体操、ゲーム、茶話会など

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。※家族だけの参加もできます。

㊟第4水曜日(予約制)

場鳩ヶ谷庁舎 ㊟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です。

【測定】尿、体重・体脂肪、腹囲、血圧、むし歯菌、血糖(簡易)、骨密度

【健康相談】保健師、栄養士、歯科衛生士(医師の診察はありません。禁煙相談も行なっています。)

㊟3月18日(金)午前 場鳩ヶ谷庁舎

対健診を受ける機会のない39歳以下の市民(昭和51年4月2日以降生まれ、参加は年度内1回です)

定50人程度(予約制) ㊟無料

申2月15日(月)から電話で

## 戸塚保健ステーションの臨時休所

施設点検のため2月24日(木)～26日(金)は終日休所します。期間中の問い合わせは、保健センターへお願いします。

## 予防接種

### 子どもの予防接種

予防接種は、予防接種を受けたかたが病気になる、また、かかったとしても症状が軽くすむようにすることで、多くの方が予防接種を受けることで、病気を周りの人に感染させたり、拡大させないために行います。

子どもの予防接種は個別接種で行っています。市が委託している医療機関に予約の上、接種を受けてください。

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。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を受けてください。

※日本脳炎ワクチン:平成7年4月2日～平成19年4月1日生まれのかたは、対象年齢を過ぎても20歳未満の間、日本脳炎を定期接種として受けることができます。(ただし、2期は9歳以上)

※子宮頸がんワクチン:平成25年6月14日付の厚生労働省からの勧告により積極的に勧められておりません。接種後の副反応などは、医師または保健センターへお問い合わせください。

### 高齢者の肺炎球菌感染症定期予防接種

対市に住民登録があり、今まで高齢者肺炎球菌ワクチン(23価肺炎球菌莢膜ポリサッカライドワクチン)を受けたことがない①、②のかた

## 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7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28年6月～10月の妊婦 定36組 ※1日目は妊婦のみの参加 2日目はご夫婦での参加(妊婦のみの参加可)	3月7日(月)
(2日目目の参加もできます)		2日目 4月11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		4月19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 6月～10月の妊婦 定30人	3月18日(金)
離乳食講習会		4月12日(火) 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、	栄養士	平成27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8日(火)

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)。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。

①平成27年度中に65歳、70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、100歳になるかた  
・65歳(昭和25年4月2日～昭和26年4月1日生まれ)  
・70歳(昭和20年4月2日～昭和21年4月1日生まれ)  
・75歳(昭和15年4月2日～昭和16年4月1日生まれ)  
・80歳(昭和10年4月2日～昭和11年4月1日生まれ)  
・85歳(昭和5年4月2日～昭和6年4月1日生まれ)  
・90歳(大正14年4月2日～大正15年4月1日生まれ)  
・95歳(大正9年4月2日～大正10年4月1日生まれ)  
・100歳(大正4年4月2日～大正5年4月1日生まれ)

②満60歳以上65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)

場指定の医療機関(医療機関へ要予約)

㊟5,000円(生活保護世帯は無料)

㊟3月31日(木)まで

◎対象期間を過ぎると定期接種として接種できません。平成30年度までは経過措置として対象年齢は5歳ごととなっていますが、平成31年度からは65歳のみ対象となります。

### 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27年度、麻しん風しん第2期の対象者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(木)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21年4月2日～平成22年4月1日生)

㊟3月31日(木)まで

### 共通項目

◎ほか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または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。

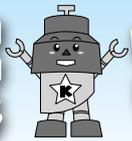
◎副反応

接種後に、軽い副反応がみられることがあり極めてまれですが、重い副反応がおこることがあります。すぐに医師の診察を受けてください。

### 子宮頸がんなどワクチン健康被害に関する救済制度の請求期限

平成25年3月31日までに市町村助成で、ヒトパピローマウイルスワクチン、ヒブワクチン、小児用肺炎球菌ワクチンのいずれかを接種したかたのうち、接種後に何らかの症状が生じ医療機関を受診したかたは、接種との関連性が認定されると医療費・医療手当が支給される場合があります。心当たりのあるかたは、独立行政法人医薬品医療機器総合機構の救済制度相談窓口(☎0120-149-931または03-3506-9411(有料))に急急お問い合わせください。

# 健康ひろば



申し込み・問い合わせは保健センターへ

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

## 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)

該当のかたに通知と受診票を送付します。届いていない場合はご連絡ください。

2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27年11月生まれ	委託医療機関
10カ月児 平成27年4月生まれ	集団(相談)
1歳6カ月児 平成26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24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、心理相談員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。

## 幼児相談(予約制)

発育・発達・ことばなどの相談

日 場 2月16日(火)  
 9:30~10:30 鳩ヶ谷分室  
 3月4日(金)  
 9:00~10:00 保健センター

対 1~6歳の幼児

## 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。

## 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

## 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9日(火)・16日(火)・23日(火)午後  
 ¥無料 場 申 保健センター

## 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15日) 栄養(3月14日)
2月2日(火)	南平公民館	栄養、介護
2月4日(木)	神根公民館	栄養、介護、歯科
2月10日(火)	新郷公民館	栄養、介護
2月12日(金)	鳩ヶ谷庁舎	栄養、介護、歯科
3月3日(木)	青木保健ステーション	栄養、介護、歯科
3月9日(火)	芝公民館	栄養、介護
3月11日(金)	戸塚公民館	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】保健師のほか、栄養：栄養士、介護：地域包括支援センター、歯科：歯科衛生士(測定だけの利用もできます。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

## 訪問歯科健康診査

口の中の衛生状況・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

¥無料(健診のあと必要になった治療は有料です)

## 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。

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

## 今月の献血

地区献血会などで献血を実施しています。ご協力をお願いします。

期 日	時 間	場 所
2月18日(木)	10:00~15:30	鳩ヶ谷庁舎
2月24日(水)	9:30~11:00	消 防 局
	9:30~11:00	水 道 局
2月25日(木)	13:30~16:00	医 療 セ ン タ ー
	10:00~11:00	新郷スポーツセンター
	13:00~14:00	新郷公民館
2月26日(金)	15:00~16:00	安行スポーツセンター
	10:00~11:00	芝富士公民館
3月1日(火)	13:00~15:30	芝園地商店会広場

問 市献血推進連絡協議会事務局(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

## 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~8日を「女性の健康週間」と定めています。

これを機に、ご自身の健康について振り返ってみてはいかがでしょうか。

## 輝く女性の健康講座 パート1

ココロとカラダを若々しく、さらに輝くコツを見つけましょう。

日 時	内 容	講 師
3月1日(火) 10:00~12:30	女性の美は口元からお弁当箱で適量を知ろう!(お昼ご飯付き)	歯科衛生士 栄養士
3月8日(火) 10:00~12:00	ビューティーエクササイズでボディメイク(運動実践)やさしく時を過ごすための香り	健康運動指導士 アロマセラピー講師

場 保健センター

対 市民で30~50代女性の2日間参加できるかた

定 30人(先着順) ¥無料

申 2月8日(月)から電話で

## 輝く女性の健康講座 パート2

「体幹美人のすすめ」

美しい姿勢を手に入れて、輝くカラダに大変身!講演前には、血管年齢の測定ができます。

日 3月20日(木)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 市民の女性のかた(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26日(金)までに電話かかがきで。

申し込み多数の場合は抽選。後日通知。

※はがきに「体幹美人のすすめ希望」・希望者全員の名前・住所・電話番号・生年月日を記入。

## 第39回 こころの健康講座

暮らしに生かす精神医療

~今日からできるストレス対処~

日 2月21日(日)13:30~15:30

対 こころの健康・メンタルヘルスに関心のあるかた

講師…医療センター 精神科医 比嘉 謙介氏  
 場 西公民館(講座室)

\*駐車場には限りがありますので、公共交通機関をご利用ください。

¥無料 定 100人



## 胃がん検診申込

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。

申 3月1日(火)~18日(金)に公民館、支所など

※申込書配布は3月1日(火)から

対 40歳以上で市に住民登録のあるかた

検診実施期間…5月~7月(予定)

※詳細は広報かわぐち3月号でお知らせします。

問 保健センター