

保健センター鳩ヶ谷分室 ☎048-284-2325 FAX048-284-0052  
 南平保健ステーション ☎・FAX048-225-2724  
 神根保健ステーション ☎・FAX048-297-8300  
 戸塚保健ステーション ☎・FAX048-298-0271

新郷保健ステーション ☎・FAX048-280-1725  
 青木保健ステーション ☎・FAX048-256-9711  
 芝保健ステーション ☎・FAX048-264-3506  
 ももし健康相談 ☎048-251-9222 13:00~16:00

## こころの健康相談(予約制)

精神保健福祉士・保健師によるこころの悩みや病気、ひきこもり、社会復帰などの相談 **¥無料**  
 日12月13日(火)、20日(火)、27日(火)午後 **場**保健センター



## 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。赤ちゃんが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。

## 教室のご案内

**¥無料** **申**保健センター

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) (2日目のみの参加もできます)	保健センター	1日目 2月2日(休) 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29年4月~8月の妊婦 <b>定</b> 36組 ※1日目は妊婦のみの参加 ※2日目は夫婦の参加 (妊婦のみの参加可)	1月4日(休)
		2日目 2月6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		
	鳩ヶ谷庁舎	2月13日(月) 13:00~15:30	「赤ちゃんの育て方」 「沐浴・妊婦疑似体験」	保健師など	出産予定月 平成29年4月~8月の妊婦 <b>定</b> 15組 妊婦のみの参加可	1月4日(休)
マタニティママの歯の健康教室	鳩ヶ谷庁舎	2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 4月~8月の妊婦 <b>定</b> 30人	1月20日(金)
離乳食講習会	保健センター	2月14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、試食	栄養士	平成28年8月~10月生まれの乳児とその保護者 <b>定</b> 各コース30組	1月6日(金)
離乳食講習会	鳩ヶ谷庁舎	1月10日(火) 10:00~11:00	「離乳食の進め方」のお話	栄養士	平成28年6月~9月生まれの乳児とその保護者 <b>定</b> 20組	12月16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。さくらんぼの会を除く)。**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

### 高齢者のインフルエンザ予防接種

「平成28年度 高齢者のインフルエンザ予防接種」(水色のチラシ)を読んでから接種を受けてください。(公民館、支所、駅連絡室、保健衛生課、長寿支援課、介護保険課、保健センターに置いてあります。また、保健センターのホームページにも掲載しています。)

**対**市民で

① 満65歳以上のかた

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)

**日**平成29年1月31日(火)まで

**場**指定の医療機関(医療機関へ要予約)

※12月25日(日)までは市の指定医療機関以外に、埼玉県内の一部の医療機関でも市の補助による予防接種が可能です。接種日の10日前までに保健センターへ必ずご連絡ください。

**¥**1,000円※生活保護受給者は無料。

**回**1回

持ち物…健康保険証など年齢の確認できるもの、黒のボールペン、体温計、該当するかたは生活保護受給証、身体障害者手帳の写しなど。

### 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、今までに高齢者肺炎球菌ワクチン(23価肺炎球菌荚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

①平成28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26年4月2日~昭和27年4月1日生まれ)
- ・70歳(昭和21年4月2日~昭和22年4月1日生まれ)
- ・75歳(昭和16年4月2日~昭和17年4月1日生まれ)
- ・80歳(昭和11年4月2日~昭和12年4月1日生まれ)
- ・85歳(昭和6年4月2日~昭和7年4月1日生まれ)
- ・90歳(大正15年4月2日~昭和2年4月1日生まれ)

- ・95歳(大正10年4月2日~大正11年4月1日生まれ)
  - ・100歳(大正5年4月2日~大正6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)

**日**平成29年3月31日(金)まで

**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)

◎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。従って**今年度の対象者は、5年後に対象となりません。**

### B型肝炎ワクチンの定期予防接種

**対**接種日時時点で市に住民登録があり、平成28年4月1日以降生まれた1歳未満のかた(母親がB型肝炎のHbs抗原が陽性で免疫グロブリンとB型肝炎ワクチンの治療を受けたかたは定期予防接種の対象外になります。)

接種回数…3回

◎標準的な接種期間

1回目接種 生後2カ月

2回目接種 生後3カ月

3回目接種 1回目接種から139日以上(標準的には20~24週)の間隔をあけて接種

◎接種を受けることが可能な期間

1歳未満のかた(ただし、平成28年4月1日以降に生まれたかたに限りません。)

**¥**無料

◎接種方法 「指定医療機関」に予約の上、接種を受けてください。

※接種済のかたは、定期接種を受けているとみなします。

### 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

にならない、また、かかったとしても症状が軽くなるようにする目的と、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診票を送付します。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8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)

◎平成19年4月2日~平成21年10月1日生まれで、平成22年3月31日までに日本脳炎第1期予防接種(ワクチン3回接種)が終了していないかたは、9歳以上13歳未満の間、日本脳炎第1期(3回)の未接種分を定期予防接種として受けることができます。

※**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不明な点は、医師または保健センターへお問い合わせください。

### 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、まれに重い副反応がお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。

# 健康ひろば

申問保健センター 〒332-0026 南町1-9-20

☎048-256-2022 FAX048-256-2023

## 子どもの健康診査(相談)

該当のかたには通知と受診票を送付します。転入されたかたなど、受診票の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28年9月生まれ	委託医療機関
	10カ月児	平成28年2月生まれ	集団(相談)
	1歳6カ月児	平成27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25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、臨床心理士などが実施しています。ぜひ受けて、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 1月13日(金) 2月3日(金) 9:00~10:00 保健センター  
2月14日(火) 9:30~10:30 鳩ヶ谷分室 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、市ホームページで、委託医療機関かどうかご確認ください。記載がない病院は保健センターにお問い合わせください。

## 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

日 第4水曜日(予約制)

場 鳩ヶ谷庁舎 大会議室

対 市民で、脳卒中・事故の後遺症・脳腫瘍などで、言葉に障がい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・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。※家族だけの参加も可能です。

申 保健センター



## おとなの食育講座 あなたにピッタリな食事が分かる教室

日時	内容	講師	持ち物
1月19日(木) 9:30~14:00	・骨密度、体重などの身体計測 ・生活習慣病と食事 ・身体がよくなるヘルシーレシピ ~調理実習と会食~ ・骨密度説明、健康的な生活習慣	栄養士 保健師	筆記用具 エプロン 三角巾 ふきんなど
1月20日(金) 13:15~16:00	・お口の健康 ・エクササイズでサイズダウン	歯科衛生士 健康運動指導士	運動に適した服装と靴、タオル、筆記用具

対 64歳以下の市民で、メタボリックシンドロームなどに関心があり、食生活や生活習慣を見直したいと思っているかた。2日間とも参加できるかた。初めてのかた大歓迎です。

場 保健センター 定 24人(先着順) ¥無料

申 12月12日(月)から電話で。

## 巡回みんなの保健室 ~成人健康相談~

期 日	場 所	保健以外の相談
毎週月曜日(祝日を除く)	保健センター	栄養(12月19日・1月16日)
12月1日(木)	芝北公民館	栄養、介護予防
12月2日(金)	鳩ヶ谷庁舎	栄養、介護予防、歯科
12月6日(火)	安行スポーツセンター	栄養、介護予防、歯科
1月6日(金)	芝園公民館	栄養、介護予防、歯科
1月17日(火)	戸塚西公民館	栄養、介護予防、歯科
1月18日(水)	前川公民館	栄養、介護予防、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

健康相談…保健師のほか栄養・栄養士・介護予防: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せん。※医師の診察はありません。

対 市民 ¥無料

持ち物…健康手帳(ないかたは当日交付) 問 保健センター

## がん検診推進事業(クーポン券)の受診をお忘れなく

がん検診推進事業(乳がん検診・子宮頸がん検診)の無料クーポン券は、平成29年1月末まで使用できます。検診は平成28年度中、一人1回の受診です。終了間際は、混雑が予想されますので、早めの受診をお願いします。

がん健診推進事業対象者

年齢	生年月日	子宮頸がん(女)	乳がん(女)
20歳	平成 7.4.2~平成 8.4.1生	●	
40歳	昭和50.4.2~昭和51.4.1生		●

問 がん検診推進事業専用 ☎048-256-9100

## 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回のみです。

¥無料(健診後に必要になった治療は有料) 問 保健センター

## 39(Thank You)ヘルスチェック

39歳以下のかたの無料健康チェックです。

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※禁煙相談もあります。※医師の診察はありません。 日 1月24日(火)午前 場 上青木公民館

対 健診を受ける機会のない年度内で39歳以下の市民

(昭和52年4月2日以降生まれ、参加は年度内1回)

定 50人程度(予約制) ¥無料

申 12月26日(月)から保健センターへ電話で

## ソーシャルクラブ

地域で生活している、社会復帰を目指す精神障害者を対象に行っているグループ活動です。社会復帰の第一歩として参加してみませんか。

活動内容…スポーツ、音楽レク、料理など

日 毎週水曜日(月4回)9:30~15:00 場 保健センター

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。

## 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
12月16日(金)	14:00~16:00	神 根 公 民 館
12月19日(月)	10:00~11:45	武 南 警 察 署
	13:00~16:00	

問 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