

きょうしつ あんない 教室のご案内

ひよう むりよう 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	12月5日(土) Aコース 9:00~11:25 Bコース10:40~13:05 Cコース13:30~15:55 (コースは選べません。保健センターからご案内します)	実習中心 「赤ちゃんの沐浴」 など	保健師	出産予定月 平成22年3月~5月の夫婦 定員 各コース36組	11月11日(水)
母親教室	1日目 12月3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助産師 ②保健師	出産予定月 平成22年3月~5月の妊婦 (家族の参加も可) 定員 48人	11月11日(水)
※(3日目の実習のみ参加もできます)	2日目 12月4日(金) 13:00~16:00	①妊婦の栄養 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 12月11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	平成22年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	12月15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7月~9月生まれの乳児とその保護者 定員 各コース30組	11月17日(火)

★申し込み・問い合わせ…保健センター

はがきに「12月または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枚のはがきで申し込みください。

よぼう せつ しゅ 予防接種

お問い合わせ…保健センター

○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、実施期間が3通年です。

○子ども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。

○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。

■日本脳炎予防接種について

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

※新型インフルエンザの予防接種ではありません。
「平成21年度高齢者のインフルエンザ予防接種」を読んでから接種を受けてください。(水色のチラシ。公民館、支所、

駅連絡室、市役所保健衛生課、長寿支援課、介護保険課、保健センター、各たたら荘においてあります。保健センターのホームページでもご覧いただけます。)

対象…川口市市民で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)

実施期間…平成22年1月31日まで

実施場所…指定の医療機関(医療機関へ要予約)

※12月25日までの期間は川口・鳩ヶ谷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。保健センターへ事前に(接種日の10日前まで)必ずご確認ください。

個人負担…1,000円(上記対象者のうち、生活保護世帯のかたは無料。医療機関で生活保護受給者証を提示することで、自己負担免除となります。生活保護を受けているかたでも上記対象者に当てはまらない場合、全額自己負担となりますのでご注意ください。接種料金は医療機関によって異なります) 接種回数…1回のみ

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、生活保護受給者証、身体障害者手帳の写しなど。

こころの健康相談

日時…11月10日(火)・17日(火)・24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。
お問い合わせ…保健センター

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

保健衛生課(市民会館内)

☎258-1110
〒332-8601 青木2-1-1

埼玉県川口保健所

☎262-6111
〒333-0842 前川1-11-1

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)
☎251-9222 月~金曜日(祝日を除く)
13:00~16:00

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、白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ほか、早めに医療機関に相談、受診するなど、ご協力をお願いします。

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…11月30日(月) 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…保健センターで電話受付
申込期間…11月16日(月)~20日(金)

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。

11月の対象者 (受診票がないと受けられません)

対象	対象	方法
3・4カ月児	平成21年8月生まれ	委託医療機関
10カ月児	平成21年1月生まれ	集団(相談)
1歳6カ月児	平成20年5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5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…11月6日(金)・12月4日(金)

9:00~10:00 保健センター

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…保健センター電話予約

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

訪問歯科健康診査

対象…おおむね65歳以上の寝たきり、または
これに準ずるかた

内容…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。

費用…無料(ただし、健診のあと必要になった
治療は有料です)

申し込み・問い合わせ…保健センター

結核・肺がん検診

期 日	場 所	受付時間
11月16日(月)	保健センター	
11月19日(木)	戸塚公民館	
11月26日(木)	南平公民館	男性 13:30~14:00
12月10日(木)	芝園公民館	女性 14:00~14:30
12月15日(火)	根岸公民館	
12月18日(金)	青木東公民館	

※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

パワーアップ講座(1日コース)

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…11月20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…芝市民ホール

対象…医師から運動制限を受けていない市民

のかた

定員…30人程度

申し込み…10月26日(月)から保健センター
で電話受付中(先着順)

親子で作ろう~野菜を使ったおいしいおやつ~

日時…平成22年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、保護者と子の氏名(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。

がん検診の受診をお忘れなく

乳がん(視触診のみ)・子宮がん・大腸がん検
診は、11月末日までです。各検診は一人一回
の受診で川口市に住民登録をされ、職場など
で受診する機会のないかたが対象者です。忘
れずに受診しましょう。※女性特有のがん検診
(乳がん検診・子宮頸がん検診)の対象者は無
料クーポン使用の検診に限り22年1月末日ま
で受診できます。

成人健康相談

期 日	受付時間	場 所	追加の相談
毎週月曜日 11月20日(金) 12月18日(金)	9:30~11:00 (11月16日のみ 13:30~14:30)	保健センター	リハ(11月2日) 栄養(11月16日) 栄養(12月21日)
11月12日(木)	13:30~14:30	かぐつ館(1F~2F)	栄養
11月19日(木)	13:30~14:30	戸塚公民館	栄養・リハ・歯科
11月26日(木)	13:30~14:30	南平公民館	栄養・歯科
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・歯科・リハ

※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

第7回生活習慣病予防講座

「エコな健康法~ウォーキングでエコな健康生
活を手に入れよう~」

日時…12月12日(土) 13:30~15:30

内容…講義/実技「いますぐ使えるウォーキン
グのポイント」

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

費用…無料

場所…上青木公民館(上青木3-1-37)

定員…50人(定員になり次第締め切り)

申込期間…11月9日(月)~30日(月)

※ウォーキングできる服装・靴で参加いた
だき、タオル・飲み物などを持参ください。

申し込み・問い合わせ…保健センター(平日8:
30~17:15)

申込方法…☎256-2022、FAX256-2023

※FAXは「第7回生活習慣病予防講座の
申し込み希望」と明記の上氏名・住所・年齢・
電話番号を記入ください。

今月の献血

期 日	時 間	場 所
11月4日(水)	13:30~15:30	神根公民館
11月11日(水)	13:30~15:30	前川公民館
11月13日(金)	10:00~16:00	イオンモール川口キャラ
11月18日(水)	13:30~15:30	川口信用金庫本店
11月20日(金)	10:00~12:00 13:30~15:30	北スポーツセンター 新郷スポーツセンター
11月25日(水)	10:00~12:00	新郷公民館
11月27日(金)	10:00~12:00 10:00~15:30	青木公民館 安行公民館
12月1日(火)	10:00~12:00	上青木公民館

※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