

保健センター鳩ヶ谷分室 ☎048-284-2325 FAX048-284-0052 新郷保健ステーション ☎・FAX048-280-1725  
 南平保健ステーション ☎・FAX048-225-2724 青木保健ステーション ☎・FAX048-256-9711  
 神根保健ステーション ☎・FAX048-297-8300 芝保健ステーション ☎・FAX048-264-3506  
 戸塚保健ステーション ☎・FAX048-298-0271 ももし健康相談 ☎048-251-922213:00~16:00

## 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 3月9日(休) 13:00~16:00	「赤ちゃんの健康」「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5月~9月の妊婦 定36組 ※1日目は妊婦のみの参加 ※2日目は夫婦での参加 (2日目は妊婦のみの参加も可)	2月9日(休)
		2日目 3月10日(金) 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		
		3月11日(土) Aコース 9:15~11:25 Bコース 10:55~13:05 Cコース 13:45~15:55 ※コースは選べません。	実習中心 「赤ちゃんの沐浴」など	保健師	出産予定月 5月~9月の妊婦 定各コース36組	
マタニティママの歯の健康教室	保健センター	3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 5月~9月の妊婦 定30人	2月24日(金)
離乳食講習会	保健センター	3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9月~11月生まれの乳児とその保護者 定各コース30組	2月8日(火)
幼児食講習会	保健センター	2月10日(金) Aコース 10:00~11:30 Bコース 11:00~12:30 ※コースは選べません。	「離乳食から幼児食への進め方」 のお話、試食	栄養士	平成27年9月~平成28年2月生まれの幼児とその保護者 定各コース30組	1月18日(火)
かばさんの歯の教室	保健センター	3月24日(金) Aコース 9:40~11:40 Bコース 10:05~12:05 ※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28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保護者定各コース15組	2月17日(金)
さくらんぼの会	鳩ヶ谷庁舎	1月23日(月) 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(先着順)	1月10日(火)~13日(金) 電話予約

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。(申込多数の場合は抽選。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)

※市外での接種が可能な期間は終了しましたので、市外医療機関で接種する場合は全額自己負担となります。

¥ 1,000円 ※生活保護受給者は無料。

接種回数…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歳ごととなっておりますが、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です。)

¥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るまいと、また、かかったとしても症状が軽く

すむようにする目的と、多くの人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。

1月の対象者	対象	方法	
(受診票がないと受けられません)	3・4カ月児	平成28年10月生まれ	委託医療機関
	10カ月児	平成28年3月生まれ	集団(相談)
	1歳6カ月児	平成27年7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7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 2月3日(金) 3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



## 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。

## 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

## 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(1月16日・2月20日)
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
2月2日(木)	南平公民館	栄養、介護予防、歯科
2月10日(金)	鳩ヶ谷庁舎	栄養、介護予防
2月16日(木)	神根公民館	栄養、介護予防、歯科
2月21日(火)	新郷公民館	栄養、介護予防

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きます。※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

## 第41回 こころの健康講座

睡眠とこころの健康

よい睡眠とは?睡眠と健康の関係など。

日 2月4日(土) 13:30~15:30(受付は13:00から)

講師…上級睡眠健康指導士

藤原 徳子 先生

場 西公民館(講座室) ※手話通訳が付きます

※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 申不要 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

## 失語症家族の集い(予約制)

脳卒中・事故の後遺症・脳腫瘍などで言葉に障がいがあるかたへの対応は、戸惑いや迷いが尽きません。失語症のこと、コミュニケーションのコツ、独りで抱えがちな悩みなど、すぐに生かして前向きになれる教室です。

日 2月8日(水) 13:30~15:30 場 中央ふれあい館 講座室1・2号

講師…言語聴覚士

対 市民で、失語症者(認知症者は除く)の家族、または失語症に関心のあるかた

定 50人程度(先着順) ¥無料

申 1月4日(火)から保健センターへ

## しなやか健骨チェック

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)を行います。

※医師による診察はありません。

日 2月17日(金)午後※時間は申し込み後に案内します。

対 18歳以上の市民

※下記に該当するかたは申し込みできません。

①現在医療機関で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28年8月・11月のしなやか健骨チェックに参加したかた

定 140人(先着順) ¥無料 場 保健センター

申 1月10日(火)~20日(金)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 1月10日(火)、17日(火)、31日(火)午後 場 保健センター

