

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
 もしもし健康相談 ☎048-251-9222 13:00～16:00

予防接種

高齢者のインフルエンザ予防接種

「平成29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。
 (公民館、支所、駅連絡室、市役所1階ロビー、保健衛生課、長寿支援課、介護保険課、保健センターに水色のチラシが置いてあります。また、保健センターのホームページにも掲載しています。)

☎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)

☎1月31日(木)まで

☎指定医療機関(医療機関へ要予約)
 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確認ください。

¥1,000円(生活保護受給者は無料)

※1回のみ

☎健康保険証など年齢の確認できるもの、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

☎市民で、今までに高齢者肺炎球菌ワクチン(23価肺炎球菌英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29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

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)

☎3月31日(木)まで

☎指定医療機関(医療機関へ要予約)

¥5,000円(生活保護受給者は無料)

☎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31年度からは65歳のみとなりますので、今年度の対象者は、5年後に対象となることはありません。

教室

¥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8日(木) 13:00～16:00	妊娠後期の過ごし方 分娩の経過 妊産婦の栄養など	医師、栄養士 保健師	出産予定月 平成30年4月～8月の妊婦 ☎36組 ※1日目は妊婦のみ ※2日目は夫婦で参加 (妊婦のみの参加可)	1月9日(木)
		2日目 2月23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		
	鳩ヶ谷庁舎	2月19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	出産予定月 平成30年4月～8月の妊婦 ☎15組 妊婦のみの参加も可	1月9日(木)
マタニティママの 歯の健康教室	鳩ヶ谷庁舎	2月13日(火) 13:00～15:40	ママと赤ちゃんの歯の話 歯科健診 プラッシング指導	歯科医師 歯科衛生士	出産予定月 平成30年4月～8月の妊婦 ☎30人	1月12日(金)
離乳食講習会	鳩ヶ谷庁舎	1月9日(木) 10:00～11:00	離乳食の進め方	栄養士	平成29年6月～9月生まれの乳児と 保護者 ☎15組	12月15日(金)
離乳食講習会	保健センター	2月6日(火) ※コースは選べません。 Aコース10:00～11:10 Bコース11:30～12:40	離乳食の進め方 試食	栄養士	平成29年8月～10月生まれの乳児と 保護者 ☎各30組	1月17日(木)
さくらんぼの会	鳩ヶ谷庁舎	1月22日(月) 10:00～11:30	多胎児を持つ家族や多胎妊娠中 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 ☎20組(先着順)	12月25日(月) ～28日(木) 電話予約

☎はがきに「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、または子どもの氏名(ふりがな)、生年月日を記入し、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)。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。

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19日(木)	10:00～12:00 13:45～16:30	武 南 警 察 署
12月27日(木)	9:00～11:30	川 口 市 役 所

☎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)

☎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)

☎川口保健所 ☎048-262-6111

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

☎1月30日(火)午前 ☎上青木公民館

☎健診を受ける機会のない39歳以下の市民(昭和53年4月2日以降生まれ、参加は年度内1回) ☎50人程度(予約制)

¥無料 申12月25日(月)～保健センターへ電話で

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。

☎血圧測定、歌、近況報告、口の体操、ゲーム、茶話会など

☎第4水曜日(予約制) ☎鳩ヶ谷庁舎

☎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・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対象外です。※家族だけの参加も可能です。

☎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のグループ活動です。

☎スポーツ、音楽レク、料理など

☎毎週水曜日(月4回)9:30～15:00 ☎保健センター

☎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

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

☎12月12日(火)、19日(火)、26日(火) ☎保健センター ¥無料

ワンポイントアドバイス

大腸がん

川口市立医療センター

消化器外科 平本 悠樹



日本人の2人に1人はがんにかかり、3人に1人はがんで亡くなっていると、テレビなどで見たことがあるかたは多いと思います。現在、大腸がんの罹患率は男性女性ともに2位（男性1位は胃がん、女性1位は乳がん）、死亡率は男性3位、女性1位となっており、決して珍しいがんではありません。

大腸がんは適切な時期に適切な治療を行えば治る可能性のあるがんです。症状がないものも多く、下血や便秘で発見される場合は進行していることが多いのが特徴です。よって、早期発見が重要となります。健康診断などで便に血が混じっているかどうかの検査（便潜血検査）が有用であり、早期がんでは50%、進行がんであれば90%が陽性となり、症状がなくても発見できるようになりました。確定診断は内視鏡検査で組織を採取することによる、病理組織診断となります。早期であれば、内視鏡で切除することが可能です。しかし、内視鏡治療が困難な進行がんでは手術が必要となります。開腹手術と腹腔鏡手術があり、術後に最終的なStageが決定します。StageⅢ以上では一定期間抗がん剤による治療を行い、放射線治療は補助的に行われることがあります。一般的に末期と言われるStageⅣにおいても、抗がん剤治療が進んでおり、長期生存の可能性がります。まずは健康診断で便潜血検査を受けましょう。また、気になる症状がある場合はかかりつけ医にご相談ください。

すこやか生活習慣

ノロウイルスを予防しよう！

ノロウイルスとは？

手指や食品などを介して感染し、嘔吐、下痢、腹痛などを起こすウイルスです。一年を通して発生しますが、特に冬季に流行します。健康なかたは軽症で回復しますが、子どもやお年寄りは重症化することもある、とても怖いウイルスです。

どうやって感染するの？

- ①ノロウイルスに感染した人の便や吐物から感染
- ②汚染された二枚貝を生または十分に加熱調理しないで食べた場合など

潜伏期間は？

感染から発症まで24～48時間です。

予防するには？

- ①加熱処理
熱に弱いので、加熱することでウイルスの力を失わせることができます。
- ②せっけんでの手洗い
せっけんを十分泡立て、ブラシなどを使用して手指を洗浄します。温水による流水で十分にすすぎを行い、清潔なタオルやペーパータオルで拭きましょう。
- ③調理器具などの洗浄
洗剤などを使用し十分に洗浄した後、次亜塩素酸ナトリウムに浸すことでウイルスの力を失わせることができます。また、まな板、包丁、へら、食器、ふきん、タオルなどは85℃以上の熱湯で1分以上の加熱が有効です。



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。転入されたかたなど、受診票がない場合はご連絡ください。

12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29年9月生まれ	委託医療機関
10カ月児	平成29年2月生まれ	集団(相談)
1歳6カ月児	平成28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26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歳児健康診査は多くの専門スタッフが子どもの心身の成長を確認し、子どもに関するさまざまな相談に対応するため集団で行います。ぜひ受診し、子ども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 12月26日(火)、2月6日(火)9:30～10:30 鳩ヶ谷分室
1月12日(金)、2月2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全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。

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18日・1月15日)
12月5日(火)	鳩ヶ谷庁舎	栄養、介護、歯科
12月8日(金)	並木公民館	栄養、介護、歯科
12月14日(木)	新郷公民館	栄養、介護、歯科
12月15日(金)	戸塚西公民館	栄養、介護
1月19日(金)	芝園公民館	栄養、介護、歯科
1月23日(火)	芝北公民館	栄養、介護
1月26日(金)	前川公民館	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

相談…保健師、栄養士、歯科衛生士、地域包括職員

対 市民 ￥無料 持健康手帳(ないかたは当日交付) 問 保健センター

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歳未満の子ども(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

がん検診総合支援事業(クーポン券)の受診をお忘れなく

がん検診総合支援事業(子宮頸がん検診・乳がん検診)の無料クーポン券は、1月末まで使用できます。検診は平成29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。

がん検診総合支援事業対象者

年齢	生年月日	子宮頸がん(女)	乳がん(女)
20歳	平成 8.4.2～平成 9.4.1生	●	
40歳	昭和51.4.2～昭和52.4.1生		●

問 がん検診総合支援事業専用 ☎048-256-9100