

いよいよ健康・すくすく子育て

保健センターだより



共通のお知らせ

■愛の献血にご協力を

| とき | 実施時間 | ところ(主催団体) |
|----------|----------------------------|----------------------------|
| 6月28日(日) | 10:00~12:00 13:15~16:00 | ユニクス秩父ヤオコー前広場 (株)ユニクス秩父 |
| 7月7日(火) | 10:00~11:45 13:00~16:00 | 秩父神社 (公社)秩父青年会議所 |

成人保健事業のお知らせ

■指定医療機関で受けられる検診(個別検診:胃がん・乳がん・子宮がん・歯周疾患検診)および大腸がん検診の申し込み

■各保健センターの窓口にて随時受け付け。

(受付時間8:30~17:15、土・日・祝日を除く)

■健康カレンダーにて

■みんなで高血圧予防~目指せ健康長寿!~

■7月3日(金)13:30~15:00(受付13:15~)

■医師の講話「高血圧・腎臓病を予防するために」(講師:

石塚内科胃腸科医院副院長 石塚大輔先生)

■場 影森公民館 対 40歳以上の市民 費 無料

■申 秩父保健センターへ電話または窓口にて

■減塩クッキング教室~旬の食材を美味しく食べよう!~

■7月14日(火)9:30~12:00(受付9:15~)

■場 吉田保健センター 内 講話と調理実習、試食(講師:

管理栄養士 茂木光子先生)

■対 一般市民 定 先着20人 費 無料 持 エプロン、三角巾

■申 吉田保健センターへ電話または窓口にて

■秩父市言語教室「えがおの会」

■6月25日(木)13:30~15:30 場 影森公民館

■内 歌やゲーム、口の体操、参加者同士でのコミュニケーション等

■対 脳血管疾患等の後遺症により、「話す」「読む」「書く」「聴いて理解する」などでお困りの方と家族

■詳 各保健センターへ

■ソーシャルクラブ(まごころの会)

■7月8日(水)9:30~11:30 場 秩父保健センター

■内 色々な体験や交流を通して、自立や社会復帰を目指すグループ活動です。

■対 ところの病気がある方 詳 各保健センター

■健康相談

■7月7日(火)9:30~10:30 場 秩父保健センター

■内 健康相談、血圧測定等 持 健康手帳

※各保健センターでは、随時相談を受け付けています。面接にて相談をご希望の方は、あらかじめご連絡ください。

母子保健事業のお知らせ

■マタニティ教室(旧両親学級)

■7月7日(火)9:30~12:00 クッキングコース

■7月12日(日)9:30~12:00 育児体験コース

■場 秩父保健センター 内 詳細は健康カレンダーP.10にて

■対 妊娠5か月を過ぎた妊婦さんとその家族等

■申 6月30日(火)までに秩父保健センターへ電話または窓口にて

■楽しく簡単!離乳食モグモグクッキング教室

■7月24日(金)10:00~12:30 場 秩父保健センター

■内 栄養士の講話、簡単な調理実習・試食ほか

■対 5か月~1歳のお子さんとその家族の方 定 15組

■持 母子健康手帳、エプロン、バンダナ、タオル、おんぶひも、お子さんのオムツ、授乳用品等、各自必要なもの

■申 マタニティ教室と同様です

■産後ママのリフレッシュ教室

■7月27日(月)13:30~15:00 場 秩父保健センター

■内 産後のからだケア、簡単な体操等。お子さんの身体計測、育児相談、栄養相談(希望者)

■対 1か月児健診受診後~8か月児までの親子 定 20組

■持 母子健康手帳、バスタオル、お子さんのオムツ、フェイスタオル、授乳用品等、各自必要なもの(動きやすい服装でお越しください)

■申 マタニティ教室と同様です

■あそびの教室 9:30~11:10(受付は9:50まで)

親子で楽しくあそぶ経験づくりの教室です。

| | |
|------------|------------|
| ■7月29日(水) | 場 秩父保健センター |
| ■7月30日(木)★ | 場 荒川保健センター |
| ■7月31日(金) | 場 吉田保健センター |

★印の日は、「仕上げ磨き・むし歯予防」のミニ講話あり

■対 1歳6か月児健診受診後のお子さんとその家族の方

■持 水分補給の飲み物(お茶・水等甘くないもの)

■申 初めて参加する方は、希望する会場の保健センターへ、電話または窓口にて

※どの会場でも利用回数に制限なく参加できます。

■乳幼児健診 13:00~13:45受付

※平成27年4月より、番号札の事前配布は行いません。受付時間前にお越しの方は、所定の場所に並んでお待ちください。

■場 秩父保健センター

| | | |
|-----------|----------------------|--|
| ■7月2日(木) | 内 2歳児歯科健診(H25.5月生) | 持 母子健康手帳、歯科健診アンケート、普段使っている歯ブラシ、大きめのタオル、コップ |
| ■7月8日(水) | 内 4か月児健診(H27.2月生) | 持 母子健康手帳、健診・子育てアンケート |
| ■7月9日(木) | 内 3歳児健診(H24.3月生) | 持 母子健康手帳、健診アンケート、普段使っている歯ブラシ、採取した尿 |
| ■7月15日(水) | 内 10か月児健診(H26.9月生) | 持 母子健康手帳、健診アンケート、普段使っている歯ブラシ |
| ■7月16日(木) | 内 1歳6か月児健診(H25.12月生) | 持 母子健康手帳、健診アンケート、普段使っている歯ブラシ |

※詳細は、健康カレンダーP.12、13をご覧ください。

■育児相談 9:30~11:30(受付は10:30まで)

| | |
|-----------|------------------|
| ■7月6日(月) | 場 荒川保健センター |
| ■7月7日(火)★ | 場 吉田保健センター |
| ■7月28日(火) | 場 秩父保健センター |
| ※随時 | 場 大滝保健センター(要問合せ) |

★印の日は、乳児の方を対象にベビーマッサージを行います。(バスタオル持参・申し込み不要)

■内 育児相談、栄養相談、お子さんの身体計測

■対 乳幼児とその家族の方 持 母子健康手帳

■すこやか相談

お子さんのしつけ、ことば、運動発達等、子育てに心配・不安のある方は、ご相談ください。

| | |
|------------|--------------|
| 日 7月17日(金) | 内 ことばの相談 |
| 日 7月28日(火) | 内 心理相談 ※保育あり |
| 日 7月29日(水) | 内 運動発達相談 |

場 秩父保健センター **申** 予約制ですので、相談希望のある方は秩父保健センターへ電話または窓口にて

予防接種のお知らせ

■対象者が変わりました！

○高齢者肺炎球菌予防接種

高齢者肺炎球菌予防接種が予防接種法で定める定期予防接種となりました。平成27年度の対象者は下記の表のとおりです。

| | |
|------|------------------------|
| 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 |

満60歳以上65歳未満の方で、心臓・腎臓・呼吸器の機能に身体障害者手帳1級程度の障がいのある方

※既に肺炎球菌ワクチンを接種したことがある方は定期接種の対象とはなりません。

日 平成28年3月31日(木)まで

費 2,000円 (助成額4,500円) ※期限を過ぎると全額有料。(生

涯1回限り、指定医療機関窓口で支払い)

※生活保護世帯および中国残留邦人等支援受給の方は無料
申 各保健センター窓口へ。接種に必要な書類を配布します。

○水痘(水ぼうそう) 予防接種

対 1歳～3歳に至るまで (2回接種)

※水痘にかかったことがある、1歳から3歳の間に既に2回接種しているお子さんは定期接種の対象とはなりません。

費 無料 **申** 母子健康手帳を持参し、各保健センター窓口にて申し込み。接種に必要な書類を配布します。

■集団予防接種 13:30～14:15受付

○BCG(予約は必要ありません)

日 6月26日(金)、7月28日(火) **場** 秩父保健センター

対 生後5か月～1歳に至るまで

※至るまで…誕生日前日を示します

持 母子健康手帳、予診票、必要に応じて診断書

■指定医療機関で受けられる予防接種

○麻しん風しん

対 第1期…1歳～2歳に至るまで

第2期…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)

※2期該当者が無料で接種を受けられるのは、平成28年3月31日(木)までです。早めに接種を受けましょう。

■三種混合ワクチンについて

規定の回数(4回)がお済みでない場合は、保健センターまでお問い合わせください。

問い合わせ先

秩父保健センター ☎22-0648

※駐車場が満車の場合は第2駐車場をご利用ください。

吉田保健センター ☎77-1112

大滝保健センター ☎55-0102

荒川保健センター ☎54-2231

●秩父郡市医師会

休日急患当番医

【初期救急医療】 入院の必要がなく比較的軽い症状の患者に対応

| 休日診療所 【診療時間：午前10時～午後5時】 | 在宅当番医 【診療時間：午前9時～午後6時】 |
|----------------------------|--|
| 6月14日 | 小鹿野中央病院 (診療科はお問い合わせください) 小鹿野町 ☎75-2332 |
| 21日 | 健生堂医院 (外・内) 東町 ☎22-0270 |
| 28日 | 小鹿野中央病院 (診療科はお問い合わせください) 小鹿野町 ☎75-2332 |
| 7月5日 | 横田内科・呼吸器科クリニック (内・呼) 小鹿野町 ☎72-7447 |
| 12日 | 小鹿野中央病院 (診療科はお問い合わせください) 小鹿野町 ☎75-2332 |
| 19日 | 金子医院 (内) 皆野町 ☎62-0039 |
| 20日 | 松本クリニック (内) 日野田町 ☎22-3000 |

※平日、休日の救急医療体制については秩父郡市医師会の☎でもご確認いただけます。

※医療機関の都合で変更になることがあります。秩父消防本部 (☎21-0119) でご確認ください。

【二次救急医療】

入院治療を必要と思われる救急患者、救急車にて搬送された重症救急患者に対応

| 【診療時間：午前8時30分～翌日午前8時30分】 | | |
|--------------------------|--------|--------------|
| 6月14日 | 秩父病院 | 和泉町 ☎22-3022 |
| 21日 | 秩父市立病院 | 桜木町 ☎23-0611 |
| 28日 | 皆野病院 | 皆野町 ☎62-6300 |
| 7月5日 | 秩父病院 | 和泉町 ☎22-3022 |
| 12日 | 皆野病院 | 皆野町 ☎62-6300 |
| 19日 | 秩父市立病院 | 桜木町 ☎23-0611 |
| 20日 | 皆野病院 | 皆野町 ☎62-6300 |

※午後6時以降は必ず電話で確認のうえ受診してください。

平日夜間小児初期救急

| 曜日 | 病院名 | 電話 |
|--------|----------|----------|
| 月曜 | あらいクリニック | ☎25-2711 |
| 水曜 | 秩父病院 | ☎22-3022 |
| 火・木・金曜 | 秩父市立病院 | ☎23-0611 |

受付時間 午後7時30分～午後10時 (祝日は行いません。)

※必ず電話で確認のうえ受診してください。

埼玉県精神科救急情報センター

夜間・休日において、精神疾患を有する方やその家族などから緊急的な相談を電話で受け付けます。

電話番号 048-723-8699

(ハローキューキュー)

受付時間 平日 (月～金曜)：午後5時～翌午前8時30分

休日 (土曜・日曜・祝日)：午前8時30分～翌午前8時30分

埼玉県小児救急電話相談

電話番号 #8000 (シャープ8000番)

※NTTプッシュ回線の場合

048-833-7911

※I.P・ひかり・ダイヤル回線の場合

相談時間 月～土曜：午後7時～翌午前7時

日曜・祝日・年末年始：午前7時～翌午前7時

大人の救急電話相談

電話番号 #7000 (シャープ7000番)

※NTTプッシュ回線、ひかり電話、携帯電話の場合

048-824-4199

※ダイヤル回線、I.P電話、PHSの場合

相談時間 午後6時30分～10時30分 (毎日)

利用方法 ①電話番号をダイヤル ②音声ガイダンスに沿って、ボタン1をプッシュ

※受診可能な医療機関の案内を希望の場合は、ボタン2をプッシュ→救急医療機関案内につながります。(24時間対応)