

# 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)
8月26日(金)	9:30~11:30	秩父消防本部 (同)
	13:30~16:00	特定医療法人俊仁会 介護老人保健施設うらら (同)
9月2日(金)	11:30~12:30	埼玉県秩父地方庁舎 (同)
9月4日(日)	10:00~11:45	ヘルク公園橋店
	13:00~16:00	

※急な変更もありますので事前に確認をお願いします。

### 成人保健事業のお知らせ

#### ■特定健診時に受けられるがん検診等

特定健診の会場で、下記のがん検診等を行います。対象年齢の方は、事前予約なしでどなたでも受診することができます。

▶健康カレンダーP.4参照

検診名	対象年齢	料金	内容
肺がん検診	40歳以上	無料	胸部レントゲン撮影
痰の検査	50歳以上で喫煙指数 (1日の本数×年数) 600以上の方	600円	胸部レントゲン撮影および3日間の番痰(※)
大腸がん検診	40歳以上	500円	便中潜血反応検査(※)
前立腺がん検診	50歳以上の男性	300円	血液検査
肝炎ウイルス検診	今年度中に40・45・50・55・60歳になる方で、過去に受けたことのない方	500円	血液検査

※当日は受付のみで、後日検体の提出が必要

ところ	とき	ところ	とき
秩父保健センター	8/22・23・25・26・27	高篠公民館	9/12・13・14
尾田蒔公民館	8/29・30・31	久那公民館	9/16
秩父保健センター	9/3・5・6	秩父保健センター	9/23・24
影森公民館	9/7・8・9	福祉女性会館	9/26・27・28・29・30

受付時間はいずれも12:50~14:00です。

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

▶保健センターの窓口で随時受け付けます。(受付時間8:30~17:15、土・日・祝日を除く)

▶健康カレンダーをご覧ください。

#### ■10月に各保健センター等で受けられる検診(集団検診:胃・乳・子宮頸がん検診)の申し込み

▶9月1日(木)から各保健センターへ電話または窓口にて(先着順) ▶健康カレンダーをご覧ください。

検診名	ところ	とき
胃がん検診	秩父保健センター	10月28日(金)
		10月29日(土)
乳・子宮頸がん検診	吉田保健センター	10月17日(月)
	秩父保健センター	10月28日(金)
		10月29日(土)

#### ■秩父市言語教室「えがおの会」

▶8月25日(木)13:30~15:30 ▶場影森公民館

▶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

▶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 ▶各保健センターへ

#### ■ソーシャルクラブ(まごころの会)

▶9月13日(火)9:30~11:30 ▶場秩父保健センター

▶いろいろ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。

▶このころの病気がある方 ▶各保健センターへ

#### ■健康相談

▶9月6日(火)9:30~10:30 ▶場秩父保健センター

▶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。面接相談をご希望の方は、事前にご連絡ください。

#### ■~コレステロールが気になる方へ~

##### 基礎から学ぶ脂質異常症予防教室(3日間コース)

とき	ところ	内容
【1日目】 9月30日(金) 13:30~15:00	吉田公民館(2階)	医師の講話 「コレステロールの正しい知識と病気の予防について」 講師 新井医院 新井 康弘先生
【2日目】 10月4日(火) 13:30~15:00	やまなみ会館	運動指導士の講話と運動実習 「脂肪を燃やしてスリムアップ体操」 運動指導士 町田 明子先生
【3日目】 10月20日(木) 9:30~11:30	吉田保健センター	管理栄養士の講話と調理実習 「コレステロールの上手な摂り方」 管理栄養士 羽田 裕美先生

▶一般市民 ▶定3日目のみ先着25人 ▶無料

▶吉田保健センターへ電話または窓口にて

#### ■生活習慣病予防講座 確認しよう!健康診査結果

▶8月31日(水)13:30~15:00 (受付時間13:15~)

▶場荒川農村環境改善センター

▶講話『健康診査結果の見方と生活習慣病予防対策』(講師:三上医院 三上 倫先生) ▶対40歳以上の市民 ▶無料

▶持健康診査の結果、健康手帳(※お持ちの方)

#### ■女性のための健康セミナー(3日間コース)

##### ~知っておきたい乳がんのこと~

とき	ところ	内容
【1日目】 9月6日(火) 13:30~14:30	荒川農村環境改善センター	医師の講話 「乳がんを正しく知ろう」 医師 新井医院 新井 康弘先生
【2日目】 9月16日(金) 9:30~11:30		管理栄養士の講話と調理実習 「がんを予防する食生活」 管理栄養士 新井 浩美先生
【3日目】 9月28日(水) 9:30~11:30		運動指導士の講話と運動実習 「がんを予防する体づくり」 介護予防運動指導士 加藤 雪絵先生

▶一般市民(男性も可) ▶定2日目のみ先着20人

▶無料 ▶荒川保健センターへ電話または窓口にて

### 母子保健事業のお知らせ

#### ■妊娠届出書にマイナンバーの記入をお願いします

手続きの際にマイナンバーと申請者本人を確認できる書類を提示していただきます。ご協力をお願いします。

#### ■マタニティ育児体験教室

▶9月11日(日)9:30~12:00 ▶場秩父保健センター

▶詳細は健康カレンダーP.10をご覧ください。

▶対妊娠5か月を過ぎた妊婦さんとそのご家族等

▶持母子健康手帳、筆記用具等

▶8月31日(水)までに秩父保健センターへ

#### ■楽しく簡単!離乳食モグモグクッキング教室

▶9月20日(火)10:00~12:30 ▶場秩父保健センター

▶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 ▶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

▶8月31日(水)までに秩父保健センターへ

#### ■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。

▶9月12日(月)	▶場吉田保健センター
▶9月27日(火)	▶場秩父保健センター

▶対1歳6か月児健診受診後のお子さんとその家族

▶持水分補給の飲み物(お茶・水等甘くないもの)

▶初めての方は、秩父保健センターへ電話または窓口にて

#### ■乳幼児健診 13:00~13:45受付

※番号札の事前配布はしておりません。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

日 9月1日(休)	内 2歳児歯科健診 (H26.7月生)
日 9月7日(休)	内 4か月児健診 (H28.4月生)
日 9月8日(休)	内 3歳児健診 (H25.5月生)
日 9月14日(休)	内 10か月児健診 (H27.11月生)
日 9月15日(休)	内 1歳6か月児健診 (H27.2月生)

※持ち物等、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)

日 9月5日(月)★	場 荒川保健センター
日 9月6日(火)	場 吉田保健センター
日 9月28日(水)★	場 秩父保健センター
※随時	場 大滝保健センター (要問い合わせ)

★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。 場 秩父保健センター

日 9月16日(金)	内 運動発達相談
日 9月26日(月)	内 心理相談 ※保育あり
日 9月29日(休)	内 ことばの相談

申 予約制です。相談希望のある方は秩父保健センターへ

**予防接種のお知らせ**

○**高齢者肺炎球菌予防接種**

平成28年度の対象者は下記の表のとおりです。

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

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外です。平成31年度からは、65歳の方のみが対象になります。定期予防接種の対象となる機会は、生涯1回のみです。

日 平成29年3月31日(金)まで

費 2,500円 (生涯1回限り、指定医療機関窓口で支払い)

※期限を過ぎると全額有料となります。

※生活保護世帯の方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。

○BCG (予約は必要ありません)

日 8月29日(月)、9月27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

○**B型肝炎ワクチンについて**

10月1日より定期予防接種になります。対象者は平成28年4月1日以降生まれた方です。詳細については9月号でお知らせします。

**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

【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

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】
8月11日	8月11日 石塚内科胃腸科医院(内・胃) 下影森 ☎24-5010
14日	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	21日 片田医院(外・内) 下影森 ☎22-1801
28日	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
9月4日	9月4日 健生堂医院(外・内) 東町 ☎22-0270
11日	11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
18日	18日 近藤医院(婦・内) 日野田町 ☎22-0043
19日	19日 松本クリニック(内) 日野田町 ☎22-3000

【診療時間：午前8時30分~翌日午前8時30分】		
8月11日	秩父市立病院 桜木町	☎23-0611
14日	秩父病院 和泉町	☎22-3022
21日	皆野病院 皆野町	☎62-6300
28日	皆野病院 皆野町	☎62-6300
9月4日	秩父市立病院 桜木町	☎23-0611
11日	秩父病院 和泉町	☎22-3022
18日	秩父市立病院 桜木町	☎23-0611
19日	皆野病院 皆野町	☎62-6300

※平日、休日の救急医療体制については秩父郡市医師会のHP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。

※午後6時以降は必ず電話で確認の上受診してください。

**平日夜間小児初期救急**

**埼玉県小児救急電話相談**

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

電話番号 #8000(シャープ8000番)  
※NTTプッシュ回線の場合  
048-833-7911  
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

受付時間 午後7時30分~午後10時(祝日は行いません)  
※必ず電話で確認の上受診してください。

**埼玉県大人の救急電話相談**

**埼玉県精神科救急情報センター**

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  
相談時間 午後6時30分~午後10時30分(平日・土曜日)  
午前9時00分~午後10時30分(日曜・祝日・年末年始)  
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)

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