

いまいま健康・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23日(木)	14:00~16:00	秩父生協病院 (同)
9月14日(金)	9:30~10:30	ナチュラルファームシティ 農園ホテル (同)

※急な変更もありますので事前にご確認ください。

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

☞健康カレンダーP.18、19

検診名	対象年齢	料金	内容
肺がん検診	40歳以上	無料	胸部エックス線検査
痰の検査	50歳以上で喫煙指数 (1日の本数×喫煙年数) 600以上の方	600円 (容器代を含む)	胸部エックス線検査および3日間の畜痰(※)
大腸がん検診	40歳以上	500円 (容器代を含む)	便潜血検査(※)
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 ☑対象外	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	無料	血液検査

※当日は受付のみ。後日提出する必要があります。

☑各保健センター等で受けられる検診 (集団検診: 胃がん・乳がん・子宮頸がん検診) の申し込み

☞電話、窓口または電子申請・届出サービスにて (先着順、定員になり次第締め切り) ☞健康カレンダー

☑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

☞各保健センターの窓口で随時受け付け (受付時間8:30~17:15、土・日・祝日を除く) ☞健康カレンダー

☑肥満を解消! メタボ予防講座 (3日間コース)

とき	内容	ところ
【1日目】 9月11日(火) 13:30~15:00	講話「肥満とメタボリックシンドロームの知識と予防について」 講 新井医院 新井 康弘先生	吉田保健センター
【2日目】 9月19日(水) 9:30~11:30	講話と調理実習「おいしく健康的な食事でメタボ予防」 講 管理栄養士 茂木 光子先生	吉田保健センター (調理室)
【3日目】 9月27日(木) 10:00~11:30	運動実習「お家でできる簡単体操でメタボ予防」 講 ダイエットインストラクター 加藤 雪絵先生	やまなみ会館 (吉田総合支所裏)

☞一般市民 ☞定2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

とき	内容
【1日目】 9月5日(水) 13:30~15:00	講話「特定健診の結果の見方」「運動を始めたらと言われたら~膝痛、腰痛予防のために~」 講 三上医院 三上 倫先生 持 特定健診などの結果
【2日目】 9月12日(水) 13:30~15:00	「食習慣を点検しよう!」「よく噛んでゆっくり食べるために」~かむ効用と方法、実際~ 講 管理栄養士 新井 浩美先生 持 エプロン、三角巾

場 荒川農村環境改善センター ☞一般市民 ☞無料

申 荒川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」

☞8月30日(木)、9月18日(火)13:30~15:30

場 影森公民館

☞内歌やゲーム、口の体操、参加者同士の交流等

☞対脳血管疾患等の後遺症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)

☞9月11日(火)9:30~11:30 場 秩父保健センター

☞内いろいろな体験等を通し、自立や社会復帰を目指す活動

☞対こころの病気がある方 ☞詳各保健センターへ

母子保健事業のお知らせ

※①、③~⑦、⑨の会場は全て秩父保健センターです。

①母乳♡育児相談室 ほほえみ

助産師による個別相談やお子さんの身体計測を随時行っています。

☞相談希望の方は秩父保健センターに電話または窓口へ

②秩父市の母子保健教室

マタニティ&ママの教室を実施。全て参加の方には、記念品をプレゼント! ☞秩父保健センターへ

③マタニティ教室(育児体験コース)

☞9月9日(日)9:30~12:00 ☞対妊娠5か月を過ぎた妊婦さんとご家族等 ☞持母子健康手帳、筆記用具、各自必要なもの ☞申8月31日(金)までに秩父保健センターへ電話、窓口または電子申請・届出サービスにて

☞詳健康カレンダーP.6

④産後ママのリフレッシュ教室

☞9月10日(月)13:30~15:00 ☞対1か月児健診受診後~8か月児までの親子 ☞持母子健康手帳、バスタオル(2枚)、フェイスタオル、オムツ、授乳用品等、動きやすい服装 ☞定20組 ☞申8月31日(金)までに秩父保健センターへ電話または窓口にて

⑤楽しく簡単! 離乳食モグモグクッキング教室

☞9月26日(水)10:00~12:30 ☞対5か月から1歳までのお子さんご家族の方 ☞持母子健康手帳、エプロン、ハンダナ、タオル、おんぶひも、オムツ、授乳用品等 ☞定15組 ☞申8月31日(金)までに秩父保健センターへ電話または窓口にて ☞詳健康カレンダーP.7

⑥あそびの教室

☞9月25日(火)9:30~11:10 (受付は9:50まで)

☞対1歳6か月児健診受診後のお子さんご家族の方

☞持水分補給の飲み物 (お茶・水等甘くないもの)

☞申初めての方は秩父保健センターへ電話または窓口にて

⑦乳幼児健診 13:00~13:45受付

※番号札の事前配布なし。受付時間までお待ちください。

☞9月6日(木) ☞内2歳児歯科健診 (H28.7月生)	☞持母子健康手帳、歯科健診アンケート、普段ご使用の歯ブラシ、大きめのタオル、コップ
☞9月12日(水) ☞内4か月児健診 (H30.4月生)	☞持母子健康手帳、健診・健やか親子21アンケート
☞9月13日(木) ☞内3歳児健診 (H27.5月生)	☞持母子健康手帳、健診アンケート、普段ご使用の歯ブラシ、大きめのタオル、コップ、採取した尿
☞9月19日(水) ☞内10か月児健診 (H29.11月生)	☞持母子健康手帳、健診アンケート、普段ご使用の歯ブラシ

日 9月20日(木) 内 1歳6か月児健診 (H29.2月生)
持 母子健康手帳、健診アンケート、普段ご使用の歯ブラシ

詳健康カレンダーP.8、9

⑨育児相談 9:30~11:30 (受付は10:30まで)

日 9月3日(月) 場 荒川保健センター

日 9月28日(金) 場 秩父保健センター

対 乳幼児とその家族の方 持 母子健康手帳

⑩すこやか相談

日 9月4日(火) 内 心理相談 ※保育あり

日 9月11日(火) 内 運動発達相談

日 9月14日(金) 内 ことばの相談

日 9月27日(木) 内 子育て相談 ※保育あり

申 秩父保健センターへ電話または窓口にて

⑩定住自立圏事業

助産師による「ほっとハグくむ…ママサロン」

日 毎週水曜日・金曜日 10:00~12:00、13:00~15:00

場 横瀬児童館他 (夏休み期間中の会場はくらしのカレンダーでご確認ください)

内 不妊・不育症相談、妊婦さんの育児準備相談、授乳・育児相談 申 各会場へ来館 (予約不要)

予防接種のお知らせ

○高齢者肺炎球菌予防接種 (平成30年度対象者一覧)

65歳：昭和28年4月2日~昭和29年4月1日生まれ

70歳：昭和23年4月2日~昭和24年4月1日生まれ
75歳：昭和18年4月2日~昭和19年4月1日生まれ
80歳：昭和13年4月2日~昭和14年4月1日生まれ
85歳：昭和8年4月2日~昭和9年4月1日生まれ
90歳：昭和3年4月2日~昭和4年4月1日生まれ
95歳：大正12年4月2日~大正13年4月1日生まれ
100歳：大正7年4月2日~大正8年4月1日生まれ
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対象外
日 平成31年3月30日(土)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。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28日(火)、9月28日(金) 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)

持 母子健康手帳、予診票、必要に応じて診断書

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 (荒川総合支所1階)

☎54-2231

秩父都市医師会

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】	
8月11日	医師会 休日診療所 (内・小) 熊木町 ☎23-8561	8月11日	石塚内科胃腸科医院(内・胃) 下影森 ☎24-5010
12日		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		19日	秩父生協病院(内) 阿保町 ☎23-1300
26日		26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2日		9月2日	石塚クリニック(内・呼) 大野原 ☎22-6122
9日		9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
16日		16日	大谷津医院(内・小) 阿保町 ☎22-6329
17日		17日	長瀬医新クリニック(内・外・泌) 長瀬町 ☎66-1000

※平日、休日の救急医療体制については秩父都市医師会の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。

【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】		
8月11日	秩父市立病院 桜木町	☎23-0611
12日	皆野病院 皆野町	☎62-6300
19日	秩父市立病院 桜木町	☎23-0611
26日	秩父病院 和泉町	☎22-3022
9月2日	秩父市立病院 桜木町	☎23-0611
9日	秩父病院 和泉町	☎22-3022
16日	秩父市立病院 桜木町	☎23-0611
17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上受診してください。

休日在宅歯科当番医

秩父都市歯科医師会

【初期救急医療】 応急処置

当番歯科医療機関 【診療時間：午前10時~午後1時】		
8月11日	萩原歯科医院	大野原 ☎24-9669
12日	しまだ歯科医院	小鹿野町 ☎72-7201
9月16日	野上歯科医院	長瀬町 ☎66-3418
17日	皆野歯科医院	皆野町 ☎62-3597

※必ず電話で確認の上受診してください。

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

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。)

※必ず電話で確認の上受診してください。

埼玉県救急電話相談

埼玉県救急電話相談は、24時間365日で実施しています。全国共通ダイヤル#7119の導入により、大人や子どもの相談に対応するとともに医療機関の案内をします。急な病気やけがに関して、看護師の相談員が医療機関を受診すべきかどうかなどをアドバイスしますので、判断に迷ったときはお気軽にお電話ください。

電話番号 #7119 (シャープ7119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、IP電話、PHSの場合

※従来と同様に、「大人の救急電話相談」「小児救急電話相談」の番号からも電話をかけられます。

○大人の救急電話相談 #7000 (シャープ7000番)
○小児救急電話相談 #8000 (シャープ8000番)
または 048-833-7911