

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)
3月1日(金)	9:30~10:30	埼玉県秩父県土整備事務所(同)
	11:30~12:30	秩父市立南小学校(南小学校PTA)
	14:30~16:00	埼玉県秩父農林振興センター(同)

※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

■秩父市版健康マイレージ事業に参画する民間業者・団体を募集します

平成30年度より始まった秩父市版健康マイレージ事業は、新年度から民間業者・団体とも連携し、事業を拡大します。募集期間・条件等は[こちら](#)にて

☑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・歯周病検診)および大腸がん検診の申し込み(2月28日(木)まで)

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

☑家庭でできる体力づくり講座

日 3月7日(木)・14日(木)10:00~11:30 場 やまなみ会館

内 家庭でできる簡単なストレッチ、筋力体操等

講 加藤 雪絵先生(介護予防運動指導員、ダイエットインストラクター) 対 一般市民 費 無料

持 室内用運動靴、水分補給の飲み物、運動のできる服装、ヨガマットまたは大きめのバスタオル

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」

日 3月14日(木)13:30~15:30 場 影森公民館

内 歌やゲーム、口の体操、参加者同士での交流等

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)

日 3月12日(火)9:30~11:30 場 秩父保健センター

内 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。

対 こころの病気がある方 詳 各保健センターへ

■健康相談

体や心の健康に関する悩みや不安について、保健師または栄養士が随時相談に応じています。面談をご希望の方は、事前に各保健センターにご連絡ください。

母子保健事業のお知らせ

※①~⑦の会場は全て保健センターです。

①母乳♥育児相談室 ほほえみ

日 随時(予約制)

内 助産師による個別の授乳相談・お子さんの身体計測等

申 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お申し込みください。

②マタニティ教室(育児体験コース)

日 3月10日(日)9:30~12:00

対 妊娠5か月を過ぎた妊婦さんとその家族等

持 母子健康手帳、筆記用具、各自必要なもの(水分補給の飲み物等)

日 2月28日(木)までに秩父保健センターへ電話、窓口または秩父市電子申請・届出サービスにて

詳 健康カレンダーP.6

③産後ママのリフレッシュ教室

日 3月11日(月)13:30~15:00

内 産後のからだのケア、簡単な体操等。お子さんの体重計測、育児相談、栄養相談、授乳相談(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(1枚)、お子さんのオムツ、授乳用品等、動きやすい服装

日 2月28日(木)までに秩父保健センターへ電話または窓口にて

④楽しく簡単!離乳食モグモグクッキング教室

日 3月12日(火)10:00~12:30

対 5か月から1歳まで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、オムツ、授乳用品等

日 2月28日(木)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

⑤あそびの教室

日 3月18日(月)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とその家族

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、秩父保健センターへ電話または窓口にて

⑥乳幼児健診 13:00~13:45受付

~受診についてのご案内~

※本人や家族の方で1か月以内に感染症にかかった方や当日に体調不良の場合には受診をお控えください。ご心配な方は保健センターまでご連絡ください。

※番号札の事前配布はしていません。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。なお、診察の時間が限られていますので受付時間をお守りください。

日 3月7日(木) 内 2歳児歯科健診(H29.1月・2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

日 3月13日(水) 内 4か月児健診(H30.10月生)

持 母子健康手帳、健診・健やか親子21アンケート

日 3月14日(木) 内 3歳児健診(H27.11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、大きめのタオル、コップ、採取した尿

日 3月19日(火) 内 10か月児健診(H30.5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

日 3月20日(水) 内 1歳6か月児健診(H29.8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 健康カレンダーP.8、9

⑦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 3月4日(月) 内 心理の相談 ※保育あり

日 3月6日(水) 内 ことばの相談

日 3月8日(金) 内 運動発達相談

申 予約制です。相談希望のある方は秩父保健センターへ電話または窓口にて

⑧育児相談 9:30~11:30(受付は10:30まで)

日 3月4日(月) 場 荒川保健センター

日 3月22日(金) 場 秩父保健センター

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

⑨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 (☎22-2072)

内 個別の不妊・不育症相談、妊婦さんの育児準備相談、授乳・育児相談 申 児童館へ来館 (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年度の対象者は下記の表のとおりです。

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定期接種の対象とはなりません。

日 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に応じ、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 2月22日(金)、3月22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…誕生日前日を示します。

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

休日急患当番医

●秩父都市医師会

【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】	
2月10日	医師会 休日診療所 (内・小) 熊木町 ☎23-8561	2月10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
11日		11日	近藤医院(婦・内) 日野田町 ☎22-0043
17日		17日	あらいクリニック(内・小) 本町 ☎25-2711
24日		24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
3月3日		3月3日	大谷津医院(内) 阿保町 ☎22-6329
10日		10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
17日		17日	みなりのハートクリニック(内・循) 皆野町 ☎62-7878

※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】			
2月10日	秩父病院	和泉町	☎22-3022
11日	皆野病院	皆野町	☎62-6300
17日	秩父市立病院	桜木町	☎23-0611
24日	秩父病院	和泉町	☎22-3022
3月3日	皆野病院	皆野町	☎62-6300
10日	秩父病院	和泉町	☎22-3022
17日	秩父市立病院	桜木町	☎23-0611

※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】			
2月10日	萩原歯科医院	大野原	☎24-9669
11日	野上歯科医院	長瀬町	☎66-3418

※診療費用は通常の保険診療扱いとなるため、保険証を持参ください。

※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。

埼玉県の救急電話相談

お医者さんに行くべきか迷ったら、まず相談！！

埼玉県の救急電話相談は、24時間年中無休で対応しています。突然のけが・体調不良などのときに、家庭での対処方法や、すぐに受診するべきかを相談できます。経験豊富な看護師が相談員となり、アドバイスしてくれますので、お気軽にお電話してください。

電話番号 #7119 (シャープ7119番)

※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

【利用上のお願い】

救急電話相談は、電話でアドバイスをを行い、相談者の判断の参考としていただくもので、医療行為ではありません。あらかじめご理解の上、ご利用ください。