

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

■荒川保健センター 一日健康教室

日 9月2日(火)13:30~15:30 場 荒川保健センター
内 医師講義「健診結果の見方、活用法～健診を受けた後～」
三上医院 三上倫先生
保健師講義「健康長寿サポーター養成講習」
対 一般市民 持 健診結果、筆記用具 定 25人
費 無料 申 荒川保健センターへ電話または窓口にて

■吉田保健センター

1・2才児の食事と歯みがき、お悩み解決教室

	とき	内容
1日目	9月2日(火) 10:00~11:30 (受付9:45~)	講話と試食 「食事への意欲を育てる幼児食のポイントと試食」 栄養士 吉田 美砂子先生
2日目	9月9日(火) 10:00~11:30 (受付・身体計測9:30~) ※育児相談と同日実施	講話とブラッシング指導 「むし歯にならない食べ方・飲み方と 上手なブラッシングのコツ」 歯科衛生士 堀口 美千子先生

場 吉田保健センター 対 1・2歳前後のお子さんとその保護者(市内在住) 定 15組(定員を超えた場合は抽選)

持 水分補給用飲み物等お子さんに必要なもの。2日目のみ普段使用している歯ブラシ、タオル 費 無料

申 8月27日(火)までに吉田保健センターへ電話または窓口にてよしだ元気塾 ～脂肪燃焼しっかりコース～

日 9月24日、10月1日・8日 水曜日 10:00~11:30

場 やまなみ会館(吉田総合支所裏)

内 家庭でできる健康体操(脂肪を燃やす有酸素運動、代謝を高める筋力アップ体操等) 対 一般市民 定 30人 費 無料

持 室内用運動靴、ヨガマットまたはバスタオル、水分補給の飲み物、運動がしやすい服装

申 吉田保健センターへ電話または窓口にて

■愛の献血にご協力

とき	実施時間	ところ(主催団体)
8月20日(水)	9:30~11:30 12:45~16:00	歴史文化伝承館(秩父市献血推進協議会)
8月26日(火)	9:30~12:00	秩父消防本部
	13:30~16:00	特定医療法人 俊仁会 介護老人保健施設うらら

※急な変更もありますので事前に確認をお願いします。

■特定健診時に受けられるがん検診

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。

詳 健康カレンダーP.4参照

検診名	対象年齢	料金	内容
結核健診	40歳以上	無料	胸部レントゲン撮影
肺がん検診	40歳以上	600円	胸部レントゲン撮影 喀たん検査(※)
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歳以上男性	300円	血液検査
肝炎ウイルス検診	40・45・50・55・60歳で、過去に受けたことのない方	500円	血液検査

(※) 喀たん検査と大腸がん検診は、後日検体を提出する必

要があります。

ところ	とき	ところ	とき
高篠公民館	8/21・22	大滝老人福祉センター	9/19
大田公民館	8/25	久那公民館	9/22
秩父保健センター	8/30、9/1・2・4・5・6	影森公民館	9/24・25・26
福祉女性会館	9/8・9・10・11	秩父保健センター	9/27

受付時間はいずれも12:50~14:00です。

成人保健事業のお知らせ

■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

10月に実施する集団検診の申し込みを、9月1日から各保健センターで受け付けます。

(受付時間8:30~17:15、土・日・祝日を除く)

検診名	ところ	とき
胃がん検診	秩父保健センター	10/24(金)・25(土)
	秩父保健センター	10/25(土)
乳・子宮頸がん検診	吉田保健センター	10/15(水)
	荒川保健センター	10/1(水)・17(金)

申 窓口または電話にて(先着順、定員になり次第締め切ります)
詳 健康カレンダーをご覧ください。

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

申 各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)

詳 健康カレンダーをご覧ください。

■はつらつ筋力アップ教室

対 40歳以上の方 定 30人 場 いきがいセンター

内 運動指導員による軽体操やストレッチ等(全6回)

日 9月3日~10月8日の毎週水曜日、9:30~11:30

申 8月18日(月)~26日(火)までに秩父保健センターへ電話または窓口にて

※定員を超えた場合は抽選となります。(この教室に初めて参加する方優先)

■秩父市言語教室「えがおの会」

日 8月28日(水)13:30~15:30 場 影森公民館

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

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

詳 各保健センターへ

■ソーシャルクラブ(まごころの会)

こころに病気をもつ方の、自立や社会復帰を目指したグループ活動です。

対 精神に障がいのある市民の方 場 秩父保健センター

内 料理やスポーツ、室内ゲームなど 詳 各保健センター

母子保健事業のお知らせ

■両親学級

日 9月8日(月)・14日(日)13:15~16:00 場 秩父保健センター

内 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家族等

申 8月29日(金)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

日 9月5日(金)10:00~12:30 場 秩父保健センター

対 平成26年1月~3月生まれのお子さんとその家族の方

定 20組 内 栄養士の講話、簡単な調理実習・試食ほか

持 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 8月29日(金)までに秩父保健センターへ電話または窓口にて
※定員を超えた場合は抽選となります。(初回の方優先)

■あそびの教室 9:30~11:10

親子で楽しくあそぶ経験づくりの教室です。

日 9月24日(水) 場 秩父保健センター

日 9月25日(木) 場 荒川保健センター

日 9月26日(金) 場 吉田保健センター

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
 ※乳幼児健診は、平成26年度から秩父保健センター会場のみになりました。

日 9月10日(水)	内 4か月児健診	(H26.4月生)
日 9月11日(木)	内 3歳児健診	(H23.5月生)
日 9月17日(水)	内 10か月児健診	(H25.11月生)
日 9月18日(木)	内 1歳6か月児健診	(H25.2月生)

持母子健康手帳、健診アンケート等
 ※詳細は、健康カレンダーP.12、13をご覧ください。

■育児相談 9:30~10:30受付

日 9月1日(月)	場 荒川保健センター	(栄養士によるミニ講話)
日 9月9日(火)	場 吉田保健センター	
日 9月30日(火)	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
 内育児相談、栄養相談、お子さんの身体計測
 ※大滝保健センターでは随時実施しています。希望する方は、大滝保健センターへお問い合わせください。

■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 9月9日(火)	内 運動発達相談
日 9月16日(火)	内 心理相談 ※保育あり
日 9月19日(金)	内 ことばの相談

場 秩父保健センター
 問 予約制です。相談希望の一週間前までに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

※接種スケジュールが緩和されました
 健康カレンダーに記載されている間隔で予防接種ができなかった場合は各保健センターにご相談ください。

■集団予防接種 13:30~14:15受付
 ○BCG(予約は必要ありません)
 日 8月19日(火)、9月26日(金) 場 秩父保健センター

対 生後5か月~1歳に至るまでの間にある者
 ※至るまで…誕生日前日を示します
 持 母子健康手帳、予約票、必要に応じて診断書
 ○日本脳炎(予約が必要です)
 日 8月18日(月)・29日(金) 場 秩父保健センター
 対 1期初回:平成22年4月2日~平成23年4月1日生まれのお子さん
 1期追加:平成25年度に1期初回接種(2回)を終えているお子さん

持 母子健康手帳、予約票、必要に応じて診断書
 申 接種希望日の1週間前までに秩父保健センターに電話または来所でお申し込みください。

■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歳に至るまでの間にある者
 第2期…小学校就学前の1年間(平成20年4月2日~平成21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27年3月31日(火)までです。早めに接種を受けましょう。

■三種混合予防接種について
 平成24年11月より四種混合ワクチンが定期予防接種になり、ワクチンの供給が確保されるようになったことで、三種混合ワクチンの製造販売が中止されていく予定です。三種混合ワクチンの接種をしている方は、規定の回数(4回)の受け忘れがないか、母子健康手帳でご確認ください。不明な点は、各保健センターまでお問い合わせください。

■子宮頸がん予防ワクチンについて
 対 平成10年4月2日~平成14年4月1日生まれの女子の方
 ※現在、積極的勧奨の差し控え中ですが、接種を希望される方はワクチンの有効性および安全性について理解した上で受けるようにしてください。 問 各保健センターへ

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】
8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
17日	伊古田小児科医院(小) 皆野町 ☎62-4585
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
31日	南須原医院(内・外) 長瀬町 ☎66-2038
9月7日	秩父生協病院(内・小)※小児科は午前中のみ 阿保町 ☎23-1300
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
15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10日	皆野病院	皆野町 ☎62-6300
17日	秩父病院	和泉町 ☎22-3022
24日	秩父病院	和泉町 ☎22-3022
31日	秩父市立病院	桜木町 ☎23-0611
9月7日	皆野病院	皆野町 ☎62-6300
14日	秩父市立病院	桜木町 ☎23-0611
15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
 ※IP・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9時~翌午前7時

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

藤岡多野医師会

休日急患当番医

(藤岡局0274)

8月10日	藤岡総合病院	藤岡市宮本町 ☎22-3311	9月7日	くすの木病院	藤岡市旭町 ☎24-3111
17日	篠塚病院	藤岡市篠塚 ☎23-9261	14日	藤岡総合病院	藤岡市宮本町 ☎22-3311
24日	光病院	藤岡市本郷 ☎24-1234	15日	篠塚病院	藤岡市篠塚 ☎23-9261
31日	鬼石病院	藤岡市鬼石 ☎52-3121			