

いまいま健康・すくすく子育て

保健センターだより



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：乳がん・子宮頸がん検診）の申し込み～今年度最終～

1月に実施する集団検診の申し込みを、12月1日から秩父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
乳・子宮頸がん検診	秩父保健センター	1/30(金)

☎電話または窓口にて（先着順、定員になり次第締め切り）
 詳細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

☎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）

詳細健康カレンダーをご覧ください。

■わかりやすい生活習慣病予防教室

	とき	定員	内容
1日目	11月28日(金) 13:30～15:00	先着50人	医師の講話 「高血圧・腎臓病を予防するために」 クリニック公園ばし 医師 正田 純子先生
2日目	12月1日(月) 10:00～12:00	先着25人	講話と調理実習 「身近な材料を使って減塩料理」 管理栄養士 新井 浩美先生
3日目	12月19日(金) 10:00～11:30	先着25人	講話と運動 「タオルを使って気分も体もスッキリ!!」 運動指導士 羽田 裕美先生

☎秩父保健センター 対一般市民 費無料
 持筆記用具、2日目のみエプロン・三角巾・タオル、3日目のみ水分補給用の飲み物（ペットボトル・水筒等）、タオル、バスタオル、運動しやすい服装と靴
 ☎秩父保健センターへ電話または窓口にて

■ヘルシークッキング教室

～美味しく、簡単にできるヘルシー料理～

☎12月11日(木)、平成27年1月23日(金)9:30～12:00

☎荒川農村環境改善センター

☎1日目「美味しすぎて、ご麺（めん）なさい！」～麺が主食のヘルシーメニュー～

☎2日目「デザートも食べたい！」～デザート付きのヘルシーメニュー～（講義と調理実習）

講師 管理栄養士 茂木 光子 氏

☎一般市民 定20人 費無料 持筆記用具、エプロン、三角巾
 ☎荒川保健センターへ電話または窓口にて

■秩父地域失語症者のつどい

☎11月27日(木)10:00～14:00 ☎やまなみ会館

☎秩父地域言語リハビリ教室を利用されている方、これまでに教室に参加したことのない方とその家族、ボランティアの方

☎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。

☎秩父保健センター ☎料理やスポーツ、室内ゲームなど

☎精神に障がいのある市民の方 ☎各保健センター

■健康相談

☎12月15日(月)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

※吉田・大滝・荒川保健センターでは、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

■プレママ教室

☎12月18日(木)11:00～15:00 ☎場秩父保健センター

☎栄養士の講話、簡単な調理実習・試食、歯科医師の講話、歯科健診、歯科衛生士のブラッシング指導ほか

☎妊娠5か月を過ぎた妊婦さん 定20人

持母子健康手帳、エプロン、バスタオル、タオル、歯ブラシ、手鏡、各自必要なもの（水分補給の飲み物等）

☎11月28日(金)までに秩父保健センターへ電話または窓口にて

■産後ママのケア教室

☎12月15日(月)13:15～15:00 ☎場秩父保健センター

☎ママ同士の交流会、保健師のお話・育児相談、お子さんの身体計測、希望の方・助産師の個別授乳相談

☎1か月児健診受診後のお子さんと産婦さん 定10組

持母子健康手帳、飲み物、バスタオル、タオル、お子さんのオムツ、授乳用品等、各自必要なもの。

☎プレママ教室と同様です。

■親子でタッチ！！ベビーマッサージ教室

☎12月1日(月)13:30～15:00 ☎場秩父保健センター

☎保健師の講話、ベビーマッサージほか

☎平成26年8月～10月生まれのお子さんとその家族の方

定20組

持バスタオル、お子さんのオムツ、授乳用品等、各自必要なもの ☎プレママ教室と同様です。

■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。

☎12月17日(水) ☎場秩父保健センター

☎12月18日(木) ☎場荒川保健センター

☎12月19日(金) ☎場吉田保健センター

☎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）

☎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4月から秩父保健センター会場のみになりました。

☎12月4日(木) ☎2歳児歯科健診 (H24.10・11月生)

☎12月5日(金) ☎10か月児健診 (H26.2月生)

☎12月8日(月) ☎4か月児健診 (H26.7月生)

☎12月9日(火) ☎3歳児健診 (H23.8月生)

☎12月11日(木) ☎1歳6か月児健診 (H25.5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

☎12月1日(月) ☎場荒川保健センター

☎12月9日(火) ☎場吉田保健センター

☎12月16日(火) ☎場秩父保健センター

☎育児相談、栄養相談、お子さんの身体計測

☎乳幼児とその家族の方 持母子健康手帳

※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。

☎12月12日(金) ☎内ことばの相談

☎12月16日(火) ☎内子育て相談 ※保育あり

☎秩父保健センター

☎予約制ですので、相談希望の1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

■制度が変わりました!

○高齢者肺炎球菌予防接種

高齢者肺炎球菌予防接種が10月より予防接種法で定める定期予防接種となりました。平成26年度の対象者は下記の表のとおりです。また、来年度から平成30年度までも当該年度に65歳、70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、100歳になる方が対象になります。

65歳：昭和24年4月2日～昭和25年4月1日生の者
70歳：昭和19年4月2日～昭和20年4月1日生の者
75歳：昭和14年4月2日～昭和15年4月1日生の者
80歳：昭和9年4月2日～昭和10年4月1日生の者
85歳：昭和4年4月2日～昭和5年4月1日生の者
90歳：大正13年4月2日～大正14年4月1日生の者
95歳：大正8年4月2日～大正9年4月1日生の者
100歳：大正3年4月2日～大正4年4月1日生の者
101歳以上：大正3年4月1日以前の生まれの者
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27年3月31日(火)まで

費2,000円(助成額4,500円)※期限を過ぎると全額有料となります。(生涯1回限り、指定医療機関窓口で支払い)

※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申し込み。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

10月より定期予防接種になりました。

対1歳～3歳に至るまでの間にある者(2回接種)

3歳～5歳に至るまでの間にある者(H26年度限り。期限を過ぎると全額有料になります)(1回接種)

※水痘にかかったことがある方、1歳から3歳の間で既に2

回接種している方、3歳から5歳の間で既に1回接種している方は、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11月21日(金)、12月19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

○麻疹風しん

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。

○インフルエンザ予防接種(中学3年生・高齢者)

日10月20日(月)～12月27日(土)

対中学3年生(平成11年4月2日～平成12年4月1日生)、満65歳以上の方、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

費1,000円(年1回限り、指定医療機関窓口で支払い)

※高齢者で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

申直接医療機関申し込み

※市内中学校に通学していない方は、各保健センターに申し込み
※高齢者の方で秩父郡市外(埼玉県内)の医療機関で予防接種を希望される場合は各保健センターへ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】	
11月16日		原医院(脳外・内)	小鹿野町 ☎72-8088
23日	医師会	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
24日	休日診療所(内・小)	水野医院(内)	山田 ☎22-3315
30日	熊木町 ☎23-8561	石塚クリニック(内・呼)	大野原 ☎22-6122
12月7日		片田医院(外・内)	下影森 ☎22-1801
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

※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】		
11月16日	秩父病院	和泉町 ☎22-3022
23日	秩父病院	和泉町 ☎22-3022
24日	皆野病院	皆野町 ☎62-6300
30日	皆野病院	皆野町 ☎62-6300
12月7日	秩父病院	和泉町 ☎22-3022
14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

相談時間 ※IP・ひかり・ダイヤル回線の場合

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、IP電話、PHSの場合

相談時間 午後6時30分～午後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)