

いよいよ健康・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

■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

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

■秩父市言語教室「えがおの会」

日 9月29日(木)13:30~15:30 場 影森公民館

内 歌やゲーム、口の体操、参加者同士のコミュニケーション等
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 10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 こころの病気になる方 詳 各保健センター

■健康相談

日 10月4日(火)9:30~10:30 場 秩父保健センター

内 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。

■よしだ元気塾「体幹を鍛えて軽やかな体づくり」

日 10月18日(火)、11月1日(火)・15日(火)10:00~11:30（受付9:45~）

場 やまなみ会館（吉田総合支所裏）

内 講話と実技（リズム体操、小さいバランスボールを使った運動、ストレッチ等）／講師：（公社）日本フィットネス協会公認インストラクター 新井 弘子先生

対 一般市民 定 先着30人 費 無料

持 運動ができる服装、室内用運動靴、ヨガマットまたはバスタオル、水分補給用飲み物 申 吉田保健センターへ

■「わかりやすい糖尿病予防講座」

～特定健診の結果で予防！～

日 10月14日(金)13:30~15:00（受付13:15~）

場 秩父保健センター

内 医師による講話／講師：井上医院院長 井上 幸子先生

対 一般市民 費 無料 持 健康診査の結果、健康手帳（※お持ちの方） 申 秩父保健センターへ

■「はつらつウォーキング教室」（2日間コース）

～楽しく効果的に歩いて健康長寿～

とき	内容	ところ
【基本編】 10月17日(月)13:30~15:00（受付13:15~）	ウォーキングの効果とポイント 準備体操と整理体操	スポーツ健康センター
【応用編】 10月26日(水)13:30~15:00（受付13:15~）	筋力アップもめざそう！ インターバル速歩	

対 一般市民 定 先着50人 費 無料 申 秩父保健センターへ

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

平成28年1月から、妊娠届の手続きにマイナンバーの記入が必要になりました。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のでご協力をお願いします。

■秩父市の母子保健教室

保健センターでは、マタニティ&ママの教室（クッキング・育児体験・歯科保健・リフレッシュ・離乳食）を実施しています。すべて参加された方には記念品をプレゼント！詳しくは秩父保健センターへ。

■マタニティ&子育てママの歯科保健教室

日 10月27日(木)13:30~15:00 場 秩父保健センター

内 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、子育て中のママとその家族等

申 9月30日(金)までに秩父保健センターへ

■産後ママのリフレッシュ教室

日 10月31日(月)13:30~15:00 場 秩父保健センター

内 産後のからだケア、簡単な体操等。お子さんの身体計測、育児相談、栄養相談（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、フェイスタオル、お子さんのオムツ、授乳用品等、各自必要なもの（動きやすい服装でお越しください）

申 9月30日(金)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。

日 10月14日(金) 場 荒川保健センター

日 10月26日(水) 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）

申 初めて参加する方は秩父保健センターへ

■乳幼児健診 受付13:00~13:45

※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 10月6日(木) 内 2歳児歯科健診（H26.8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 10月12日(水) 内 4か月児健診（H28.5月生）

持 母子健康手帳、健診・健やか親子21アンケート

日 10月13日(木) 内 3歳児健診（H25.6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 10月19日(水) 内 10か月児健診（H27.12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 10月20日(木) 内 1歳6か月児健診（H27.3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 10月3日(月) 場 荒川保健センター

日 10月4日(火)◎ 場 吉田保健センター

日 10月27日(木) 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）

◎印の日は絵本の読み聞かせを行います。

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 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。

日10月21日(金)	内子育て相談 ※保育あり
日10月28日(金)	内ことばの相談

場秩父保健センター

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

○B型肝炎ワクチン

10月1日より定期予防接種になります。

対平成28年4月1日以降に出生した、生後2か月～1歳に至るまでのお子さん

3回接種で、1回目接種～27日以上あけて2回目接種、1回目接種～139日以上あけて3回目接種、1歳までに接種を完了します。1歳を過ぎると有料になります。

※HBs抗原陽性の妊婦から生まれた乳児として、健康保険によりB型肝炎ワクチンの投与の全部または一部を受けたお子さんは、定期的予防接種の対象外です。

※定期予防接種が導入される以前に接種を受けたお子さんは、定期接種に規定された接種を受けたとみなします。

※平成28年4月1日以降出生したお子さんには、接種歴を確認後予診票をお渡しますので、母子健康手帳を持って各保健センターにお越しください。

○高齢者肺炎球菌予防接種

今月の市報と一緒に配布したチラシをご覧ください。

○BCG (予約は必要ありません)

日9月27日(火)、10月26日(水) 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

○インフルエンザ予防接種 (中学3年生・高齢者)

日10月20日(水)～12月28日(水)

対中学3年生 (平成13年4月2日～平成14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1,200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

申直接医療機関へ

※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。

■指定医療機関で受けられる各種予防接種

健康カレンダーをご覧になり、計画的に実施してください。

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

休日急患当番医

●秩父郡市医師会

【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】	
9月11日	医師会 休日診療所 (内・小) 熊木町 ☎23-8561	9月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
22日		22日	長瀬医新クリニック(内・外・泌) 長瀬町 ☎66-1000
25日		25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
10月2日		10月2日	秩父生協病院(内・小)※小児科は午前中のみ 阿保町 ☎23-1300
9日		9日	水野医院(内) 山田 ☎22-3315
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
16日		16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】			
9月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
22日	秩父市立病院	桜木町	☎23-0611
25日	皆野病院	皆野町	☎62-6300
10月2日	皆野病院	皆野町	☎62-6300
9日	秩父病院	和泉町	☎22-3022
10日	皆野病院	皆野町	☎62-6300
16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。

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

※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7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(平日・土曜)

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)