

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

■愛の献血にご協力を

とき	実施時間	ところ(主催団体)
11月4日(日)	10:00~11:45 13:00~16:30	ベルク公園橋店
11月8日(木)	10:00~11:00	秩父県土整備事務所(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

☑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

平成30年度に実施する全日程の申し込みができます。

検診名	ところ	とき
胃がん検診	秩父保健センター	11月9日(金)
乳・子宮頸がん検診	秩父保健センター	11月9日(金)
	吉田保健センター	11月20日(火)

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

☑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) 詳健康カレンダー

☑健康料理教室

☎10月24日(水)9:30~12:00(受付9:15~)

☞秩父保健センター

☎テーマ「糖尿病」講話と調理実習、試食

☞管理栄養士 新井 浩美先生 ☎一般市民

☎30人(先着順) ☞無料 ☞エプロン、三角巾

☎秩父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22日(木)10:00~14:00 ☞長瀬町中央公民館

☎歌やゲーム、口の体操、参加者同士の交流等

☎秩父市言語教室「えがおの会」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 詳各保健センターへ

■ソーシャルクラブ(まごころの会)

☎11月26日(月)9:30~11:30 ☞秩父保健センター

☎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。

☎こころの病気になる方 詳各保健センターへ

☑「はじめようウォーキング」(2日間コース)

とき	内容
【基本編】11月2日(金) 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
【応用編】11月5日(月) 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

☞スポーツ健康センター

☞運動指導士 角田 佳津子先生 ☎一般市民

☎50人(先着順) ☞無料

☞動きやすい服装、室内用運動靴、水分補給用の飲み物、タオル ☎秩父保健センターへ電話または窓口にて

母子保健事業のお知らせ

※①、③~⑥、⑧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等を行っています(予約制)。

☎相談希望のある方は予約が必要です。事前に秩父保健センターへ電話または窓口にて

②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(育児体験、歯科・ヨガ、クッキング、リフレッシュ、離乳食)を実施しています。全て参加された方には、記念品をプレゼント! 詳秩父保健センターへ

③マタニティ教室(育児体験コース)

☎11月11日(日)9:30~12:00

☎妊娠5か月を過ぎた妊婦さんとその家族の方等

☞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)

☎10月31日(水)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

☞健康カレンダーP.6

④楽しく簡単! 離乳食モグモグクッキング教室

☎11月27日(火)10:00~12:30

☎5か月から1歳までのお子さんとその家族 ☎15組

☞母子健康手帳、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

☎10月31日(水)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

親子で楽しく遊ぶ経験づくりの教室です。

☎11月26日(月)9:30~11:10(受付は9:50まで)

☎1歳6か月児健診受診後のお子さんとその家族

☞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、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

~受診についてのごお願い~

1.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。

2.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。

☎11月1日(木) ☎2歳児歯科健診(H28.9月生)	☞母子健康手帳、歯科健診アンケート、普段お使いの歯ブラシ、大きめのタオル、コップ
☎11月7日(水) ☎4か月児健診(H30.6月生)	☞母子健康手帳、健診・健やか親子21アンケート
☎11月8日(木) ☎3歳児健診(H27.7月生)	☞母子健康手帳、健診アンケート、普段お使いの歯ブラシ、大きめのタオル、コップ、採取した尿
☎11月14日(水) ☎10か月児健診(H30.1月生)	☞母子健康手帳、健診アンケート、普段お使いの歯ブラシ
☎11月15日(木) ☎1歳6か月児健診(H29.4月生)	☞母子健康手帳、健診アンケート、普段お使いの歯ブラシ

☞健康カレンダーP.8、9

⑦育児相談 9:30~11:30 (受付は10:30まで)

日 11月5日(月)	場 荒川保健センター
日 11月30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

⑧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 11月12日(月)	内 ことばの相談
日 11月13日(火)	内 運動発達相談

申 相談希望者は秩父保健センターへ電話または窓口にてご予約ください

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 内 助産師による個別の不妊・不育症相談、妊婦さんの育児準備相談、授乳・育児相談
申 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

市報9月号と一緒に配布したチラシ、または健康カレンダーをご覧ください。

○BCG (予約不要)

日 10月29日(月)、11月19日(月) 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(土)~平成31年1月31日(木)

対 中学3年生 (平成15年4月2日~平成16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助給者の方は無料) 申 直接医療機関へ

※市内中学校に通学していない方は、各保健センターへ
※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

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】
10月14日	10月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
21日	21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
28日	28日 健生堂医院(外・内) 東町 ☎22-0270
11月3日	11月3日 長瀬医新クリニック(内・外・泌) 長瀬町 ☎66-1000
4日	4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 あいおいクリニック(内) 相生町 ☎26-7001
18日	18日 石塚内科胃腸科医院(内・胃) 下影森 ☎24-5010

※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】		
10月14日	皆野病院	皆野町 ☎62-6300
21日	秩父病院	和泉町 ☎22-3022
28日	皆野病院	皆野町 ☎62-6300
11月3日	秩父病院	和泉町 ☎22-3022
4日	秩父市立病院	桜木町 ☎23-0611
11日	秩父病院	和泉町 ☎22-3022
18日	秩父病院	和泉町 ☎22-3022

※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

秩父郡市歯科医師会

【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】		
11月3日	皆野歯科医院	皆野町 ☎62-3597
4日	みつはし歯科クリニック	小鹿野町 ☎75-0050

※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