

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)
12月11日(火)	13:30~16:30	秩父生協病院(同)
12月12日(水)	13:30~15:30	特定医療法人俊仁会 介護老人保健施設うらら(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
乳・子宮頸がん検診	秩父保健センター	12月18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) ☑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・歯周病検診)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) ☑健康カレンダー

■秩父市言語教室「えがおの会」

☑12月13日(木)13:30~15:30 場 影森公民館

☑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

☑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

☑各保健センターへ

■ソーシャルクラブ(まごころの会)

☑12月11日(火)9:30~11:30 場 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。

☑こころの病気がある方 ☑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。面接相談をご希望の方は、事前に各保健センターにご連絡ください。

☑初めてでもできる! バランスボール教室

☑12月18日(火)、平成31年1月15日(火)10:00~11:30

場 荒川農村環境改善センター

☑バランスボールを使った運動、ストレッチ等

講 新井 弘子先生 公益社団法人日本フィットネス協会 公認インストラクター ☑一般市民 ☑無料

☑室内用運動靴、水分補給の飲み物、運動のできる服装、お持ちの方はバランスボール

☑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

※①~⑥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です。

☑随時(予約制) ☑授乳相談・お子さんの身体計測等
☑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(歯科・ヨガコース)

☑12月17日(月)13:30~15:30

☑妊娠5か月を過ぎた妊婦さんとそのご家族の方等

☑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)

☑11月30日(金)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

③産後ママのリフレッシュ教室

☑12月10日(月)13:30~15:00

☑産後のからだケア、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)

☑1か月児健診受診後~8か月児までの親子 ☑定20組

☑母子健康手帳、バスタオル(1枚)、フェイスタオル(70cm前後)、お子さんのオムツ、授乳用品、水分補給の飲み物等、各自必要なもの(動きやすい服装でお越しください)

☑11月30日(金)までに秩父保健センターへ

④あそびの教室

☑12月17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の方

☑水分補給の飲み物(お茶・水等甘くないもの)

☑初めての方は、秩父保健センターへ電話または窓口にて

⑤乳幼児健診 13:00~13:45受付

~受診についてのお問い合わせ~

※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。なお、診察の時間が限られておりますので受付時間をお守りください。

☑12月6日(木) ☑2歳児歯科健診(H28.10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

☑12月12日(水) ☑4か月児健診(H30.7月生)

☑母子健康手帳、健診・健やか親子21アンケート

☑12月13日(木) ☑3歳児健診(H27.8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

☑12月19日(水) ☑10か月児健診(H30.2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

☑12月20日(木) ☑1歳6か月児健診(H29.5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

⑥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。(予約制)

☑12月5日(水) ☑心理相談 ※保育あり

☑12月11日(火) ☑ことばの相談

☑12月14日(金) ☑子育て相談 ※保育あり

☑秩父保健センターへ電話または窓口にて

⑦育児相談 9:30~11:30(受付は10:30まで)

☑12月4日(火) 場 吉田保健センター

☑12月21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 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

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（予約は必要ありません）

日 11月19日(月)、12月21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

○ 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受給者の方は無料

申 直接医療機関に申し込み

※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

指定医療機関で受けられる各種予防接種

健康カレンダーを確認の上、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（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】	
11月11日	医師会 休日診療所 (内・小) 熊木町 ☎23-8561	11月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
23日		23日	秩父脳外科内科クリニック(脳外・内) 永田町 ☎21-2330
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
12月2日		12月2日	石塚クリニック(内・呼) 大野原 ☎22-6122
9日		9日	原医院(脳外・内) 小鹿野町 ☎72-8088
16日		16日	荒船医院(内・外) 横瀬町 ☎24-0160

※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11日	秩父病院	和泉町	☎22-3022
18日	秩父病院	和泉町	☎22-3022
23日	秩父市立病院	桜木町	☎23-0611
25日	皆野病院	皆野町	☎62-6300
12月2日	皆野病院	皆野町	☎62-6300
9日	秩父病院	和泉町	☎22-3022
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。

※12月3日(月)は、秩父市立病院が担当します。

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

埼玉県救急電話相談

埼玉県の救急電話相談を24時間365日実施しています。全国共通ダイヤル#7119を導入し、大人や子どもの相談に対応するとともに医療機関のご案内をします。

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してください。

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

または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)

048-833-7911

【利用上のお願い】

埼玉県救急電話相談は医療行為ではなく、電話でのアドバイスにより、相談者の判断の参考としていただくものです。あらかじめご理解の上、ご利用ください。