

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)
8月29日(木)	13:30~14:30	埼玉県秩父県土整備事務所 (同)
8月29日(木)	15:30~16:30	医療生協さいたま生活協同組合秩父生協病院 (同)
9月18日(水)	10:00~11:45 13:00~16:30	ベスト電器ヤオ秩父店 (秩父ライオンズクラブ)
9月19日(木)	9:30~10:30	株式会社ナチュラルファームシティ農園ホテル (同)

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 健P.16
令和元年度に実施するすべての日程の申し込みを、各保健センターで受け付けています。(受付時間 8:30~17:15、土・日・祝日を除く)

検診名	とき	ところ
乳・子宮頸がん検診	9月3日(火)	吉田保健センター
	9月4日(水)	秩父保健センター

☎、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ます)

☑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 健P.17

☎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)
※各種がん検診は、加入している医療保険 (国民健康保険、社会保険、共済組合等) に関係なく、対象年齢の方はどなたでも受けることができます。

■秩父市言語教室「えがおの会」 健P.20

☎8月29日(木)、9月12日(木)13:30~15:30 場 影森公民館

■ソーシャルクラブ (まごころの会) 健P.20

☎9月10日(火)9:30~11:30 場 秩父保健センター

☑学んで防ごう! 糖尿病予防教室

☎一般市民 費無料 ☎吉田保健センターへ電話または窓口

●【1日目】9月10日(火)10:00~11:30

講話と試食「血糖値を上げない食事の摂り方について」

講 管理栄養士 新井 浩美先生 場 吉田保健センター

持筆記用具

●【2日目】9月18日(水)9:30~11:30

運動実習「お家でできる簡単筋トレでスリムアップ!」

講 ダイエットインストラクター 加藤 雪絵先生

場 やまなみ会館 持 室内用運動靴、大きめなバスタオル、またはヨガマット、水分補給用の飲み物

9月10日~16日は「自殺予防週間」です

■ゲートキーパー養成講習 健P.21

ゲートキーパーとは、悩んでいる人に声をかけ、話を聞いて必要な支援につなげ、見守る人のことです。地域で行われる集会等に保健センター職員が出向きます。

☎10:00~11:30または13:30~15:00 講 15人以上、開催場所は市内に限る。会場の手配、講習の周知は利用者の方をお願いします。☎各保健センターへ☎または窓口

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マタニティ育児体験教室 健P.6

☎9月8日(日)9:30~12:00 (受付9:15~)

☎妊娠5か月を過ぎた妊婦さんとその家族の方など

定 16組

☎8月30日(金)までに秩父保健センターへ☎、窓口または秩父市電子申請・届出サービスにて

②はじめてのカンタン! 離乳食教室 健P.7

☎9月24日(火)10:00~12:30 (受付9:30~)

☎6か月児までの親子、生後6か月までのお子さんをお持ちの方、妊娠5か月を過ぎた妊婦さん 定 16組

☎8月30日(金)までに秩父保健センターへ☎または窓口にて

③1歳6か月からのあそびの教室 健P.7

☎8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親子

☎初めて参加する方は秩父保健センターへ☎または窓口にて

④乳幼児健診 13:00~13:45受付 健P.8、9

☎9月5日(木) 内 2歳児歯科健診 (H29.8月生)

☎9月11日(水) 内 4か月児健診 (H31.4月生)

☎9月12日(木) 内 3歳児健診 (H28.5月生)

☎9月18日(水) 内 10か月児健診 (H30.11月生)

☎9月19日(木) 内 1歳6か月児健診 (H30.2月生)

⑤すこやか相談 (予約制) 健P.10

☎9月3日(火) 内 心理相談 ※保育あり

☎9月10日(火) 内 運動発達相談

☎9月13日(金) 内 ことばの相談

☎事前に秩父保健センターへ☎または窓口にて

⑥育児相談 9:30~11:30 (受付は10:30まで) 健P.10

☎8月30日(金) 場 秩父保健センター 持 母子健康手帳 ※歯科相談あり

☎9月2日(月) 場 荒川保健センター 持 母子健康手帳

⑦定住自立圏事業 健P.5

助産師による「ほっとハグくむ...ママサロン」

☎毎週水曜日・金曜日 10:00~12:00 13:00~15:00

場 横瀬児童館 ((※を除く) 8月14日(水)はお休み)

※【巡回相談】

8月21日(水): 皆野町皆野総合センター

8月23日(金): 秩父市子育て支援センター (下郷児童館内)

9月6日(金): 長瀬町多世代ふれ愛ベース長瀬

9月11日(水): 小鹿野町子育て支援センター

☎秩父保健センターへ☎または窓口にて

予防接種のお知らせ

○高齢者肺炎球菌予防接種 健P.13

令和元年度の対象者は「健康カレンダー」をご覧ください。なお、これまでに肺炎球菌ワクチンを1度でも接種したことがある方は、費用助成の対象となりません。

☎令和2年3月31日(火)まで

費 2,500円 (助成は生涯1回限り)、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

☎各保健センター窓口にて必要な書類を配布。65歳になる方には、書類を郵送済み。紛失の場合は、各保健センター窓口へ。

○風しん抗体検査・予防接種を受けましょう。

☎昭和37年4月2日から昭和54年4月1日生まれの男性 今年度は昭和47年4月2日から昭和54年4月1日生まれの男性にクーポン券を郵送済みです。昭和37年4月2日から昭和47年4月1日生まれの男性で希望の場合は保健センターにお問い合わせください。なお、特定健診では行いません。

○BCG (予約は必要ありません) 健P.13

☎8月30日(金)、9月30日(月)、場 秩父保健センター

☎生後5か月~1歳に至るまで (1歳の誕生日前日まで)

持 母子健康手帳、予診票、必要に応じて診断書

○麻しん風しん第2期予防接種 健P.12

☎平成25年4月2日から平成26年4月1日生まれ

令和2年3月31日(火)まで公費で受けられます。早めに接種をお済ませください。※期限を過ぎると有料になります。

問い合わせ先

秩父保健センター	☎22-0648
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