

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

健康カレンダー配布

「平成27年度秩父市健康カレンダー」を、市報3月号と同時配布しました。各種がん検診のお知らせや、予防接種等日程表が掲載されていますので、1年間大切に保管してください。お手元に届かない場合は、各保健センター窓口にてお渡しします。

※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、共済組合保険等）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。詳しくは「健康カレンダー」をご覧ください。

愛の献血にご協力

とき	実施時間	ところ（主催団体）
4月22日(水)	10:00~12:00	秩父神社（本町会青年部）
	14:00~16:00	歴史文化伝承館（秩父市献血推進協議会）
4月27日(月)	13:30~16:00	秩父看護専門学校（同）
5月5日 (火・祝)	10:00~12:00	ウニクス秩父ヤオコー前広場
	13:15~16:00	(㈱ウニクス秩父)
5月15日(金)	10:00~11:45	秩父駅前（秩父地区パナソニックショップ会）
	13:00~16:00	
	10:00~11:45	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・乳・子宮頸がん検診）の申し込み

6月に実施する集団検診の申し込みを、5月1日から各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	とき	ところ
胃がん検診	6月1日(月)	秩父保健センター
	6月12日(金)	大滝老人福祉センター
乳・子宮頸がん検診	6月29日(月)	秩父保健センター

申窓口または電話にて（先着順、定員になり次第締め切ります）
詳健康カレンダーにて

指定医療機関で受けられる検診（個別検診：胃がん・乳がん・子宮がん・歯周疾患検診）および大腸がん検診の申し込み

申各保健センター窓口で随時受け付け。（受付時間8:30~17:15、土・日・祝日を除く）
詳健康カレンダーにて

『旬の食材で減塩クッキング』教室

日5月8日(金)10:00~12:00（受付9:45~）

場秩父保健センター 内講話と調理実習、試食（講師：管理栄養士 羽田裕美先生）
対一般市民 定先着30人 費無料

持エプロン、三角巾 申秩父保健センターへ電話または窓口にて

減塩クッキング教室～旬の食材を美味しく食べよう！～

日5月15日(金)9:30~12:00（受付9:15~）

場荒川保健センター 内講話と調理実習、試食（講師：管理栄養士 茂木光子先生）
対一般市民 定先着20人 費無料

持エプロン、三角巾 申荒川保健センターへ電話または窓口にて

バランスボール&リズム体操教室

日5月19日(火)、6月2日(火)・16日(火)・30日(火)10:00~11:30

場荒川農村環境改善センター 内バランスボールを使った運動、リズム体操等
対一般市民 定先着30人

費無料 申荒川保健センターへ電話または窓口にて

秩父市言語教室「えがおの会」

日4月23日(木)13:30~15:30 場影森公民館

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

内歌やゲーム、口の体操、参加者同士でのコミュニケーション等
詳各保健センターへ

ソーシャルクラブ（まごころの会）

日5月13日(水)9:30~11:30 場秩父保健センター

対こころの病気になる方

内色々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。
詳各保健センターへ

健康相談

日5月12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

マタニティ教室（旧両親学級）

日①5月12日(火)9:30~12:00 クッキングコース

②5月17日(日)9:30~12:00 育児体験コース

③6月25日(木)13:30~15:00 歯科健診コース

場秩父保健センター 内健康カレンダーP.10をご覧ください。

対妊娠5か月を過ぎた妊婦さんとその家族等

申4月30日(木)までに秩父保健センターへ電話または窓口にて
(③歯科健診コースは、5月29日(金)まで)

楽しく簡単！離乳食モグモグクッキング教室

日5月28日(木)10:00~12:30 場秩父保健センター

内栄養士の講話、簡単な調理実習・試食ほか

対5か月から1歳までのお子さんとその家族の方 定15組

持母子健康手帳、エプロン、バンダナ、タオル、おんぶひも、おさんのオムツ、授乳用品等、各自必要なもの

申マタニティ教室と同様です

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。

日5月27日(水) 場秩父保健センター

日5月28日(木) 場荒川保健センター

日5月29日(金) 場吉田保健センター

対1歳6か月児健診受診後のお子さんとその家族の方

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、希望する保健センターへ電話または窓口にて
※どの会場でも利用回数に制限なく参加できます。

乳幼児健診 13:00~13:45受付

※平成27年4月より、番号札の事前配布はいたしません。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。

日5月7日(木) 内2歳児歯科健診（H25.3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5月13日(水) 内4か月児健診（H26.12月生）

持母子健康手帳、健診・子育てアンケート

日5月14日(木) 内3歳児健診（H24.1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、採取した尿

日5月20日(水) 内10か月児健診（H26.7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5月21日(木) 内1歳6か月児健診（H25.10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

場秩父保健センター 詳健康カレンダーP.12、13

育児相談 9:30~10:30受付

日5月11日(月)★ 場荒川保健センター

日5月12日(火) 場吉田保健センター

日5月26日(火) 場秩父保健センター

※随時 場大滝保健センター（要問合せ）

★印の日は乳児の方を対象にベビーマッサージを行います。（バスタオルをお持ちください。）

内育児相談、栄養相談、お子さんの身体計測

P.30「くらしのカレンダー」および冊子「平成27年度 秩父市健康カレンダー」もご利用ください。

対乳幼児とその家族の方 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。

Table with dates and consultation topics: 5月22日(金) ことばの相談, 5月26日(火) 心理相談 ※保育あり, 5月27日(水) 運動発達相談

場 秩父保健センター 申 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

■対象者が変わりました！

○高齢者肺炎球菌予防接種

予防接種法で定める定期予防接種となりました。平成27年度の対象者は下記の表のとおりです。

Table listing age groups and birth dates for pneumococcal vaccination: 65歳: 昭和25年4月2日～昭和26年4月1日生まれ, 70歳: 昭和20年4月2日～昭和21年4月1日生まれ, etc.

※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28年3月31日(木)まで

費 2,000円 (生涯1回限り、指定医療機関窓口で支払い)

※期限を過ぎると全額有料となります。

※生活保護世帯、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へ。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

平成26年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 (2回接種)

※水痘にかかったことがある、1歳から3歳の間で既に2回接種しているお子さんは定期接種の対象とはなりません。 ※経過措置の対象者(3歳～5歳まで)が接種できる期間は平成27年3月31日で終了しました。

費 無料 申 母子健康手帳を持参し、各保健センター窓口へ。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 4月21日(火)、5月29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

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

○麻しん風しん

対 第1期…1歳～2歳に至るまで

第2期…小学校就学前の1年間 (平成21年4月2日～平成22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28年3月31日(木)までです。早めに接種を受けましょう。

■三種混合ワクチンについて

規定の回数(4回)がお済みでない場合は、保健センターまで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

Table of emergency services: 休日診療所 (診察時間: 午前10時～午後5時), 在宅当番医 (診察時間: 午前9時～午後6時). Lists hospitals and phone numbers for various dates.

※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

Table of secondary emergency services: 二次救急医療 (診察時間: 午前8時30分～翌日午前8時30分). Lists hospitals and phone numbers for various dates.

※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

Table of pediatric emergency services: 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)