

ちっちゃん笑顔 (未来をつくるのは、この子どもたち)



鈴木なつちゃん
(2歳/上寺山)
アンパンマン大好き



安松穂乃夏ちゃん
(2歳/鴨田)

ハスと一緒にハイポーズ!!



チツチ・ウツッド武治くん
(1歳8か月/志多町)
カメラ目線で…



齋藤礼望ちゃん
(9か月/宮下町二丁目)
えへっ、こんなにちほ!

成人 (健康は、毎日の生活からはぐくまれます)

●手軽に健康チェック日

身長・体重・体脂肪・血圧測定、尿検査、健康相談。当日直接会場。

日時…10月5日(水)、午前10時～11時 対象…市内在住の成人 持ち物…健康手帳
問い合わせ…総合保健センター成人保健係

●知っ得教室 ～高血圧編～

高血圧の病態、運動・食事等について。

日時…11月4日～25日、金曜日、午後1時30分～3時30分 対象…市内在住の成人 定員…先着40人 申し込み…10月11日(火)、午前10時から電話で総合保健センター成人保健係

●パーキンソン病患者家族のつどい

日ごろの生活で疑問・不安に思うことなどを話し合っ、解決の糸口を見つけるきっかけにしませんか。

日時…10月12日(水)、午後2時～4時 対象…市内在住・在勤 申し込み…10月3日(月)、午前10時から電話で総合保健センター成人保健係

●11月の成人歯科健診

日時…11月20日(日)、午後1時～3時 会場…予防歯科センター(三久保町18-3) 対象…市内在住の30歳以上 定員…20人(抽せん) 申し込み…ハガキに①健診名②氏名③生年月日④住所・郵便番号⑤電話番号を明記し、10月18日(火)(必着)までに総合保健センター健康増進係

●集団検診

15歳以上で「結核(肺がん)健診」を希望する方の、申し込みを受け付けています。内容・日程・申し込み方法等、詳しくは「健康づくりスケジュール」をご覧ください。受け付けは先着順。定員になりましたら終了します。

問い合わせ…総合保健センター成人保健係

●運動教室の参加者募集

心疾患・高血圧等で治療中の方はあらかじめご相談ください。

■10月の健康づくり運動教室

日 程	内 容
10月19日(水)	体カテスト
10月26日(水)	個別相談
10月28日(金)	トレーニング開始(1年間)

時間…午前9時30分～正午 対象…①市内在住の18歳以上で健康診査等の結果が要指導②高脂血症・糖尿病等の生活習慣病を治療中で医師から運動を勧められている③体カテストを受ける前(3か月以内)に医師から各種運動機器を用いた運動負荷が可能と診断を受けている④体カテスト実施日にその診断書を持参できる、①～④のすべてに該当する方 定員…先着20人 申し込み…10月5日(水)、午前10時から電話で総合保健センター健康増進係

■リラックス体操

ヨガを取り入れたリラクゼーション。

日時…10月19日(水)▶11月9日(水)、午前9時30分～正午 対象…市内在住の成人 定員…25人(抽せん) 申し込み…往復ハガキに①教室名と希望日(1つのみ)②氏名(ふりがな)③年齢④住所・郵便番号⑤電話番号を明記し、10月5日(水)(消印有効)までに総合保健センター健康増進係

●成人健康相談

身長・体重・体脂肪・血圧測定、尿検査。健康については保健師が、介護については在宅介護支援センターが相談に応じます。当日直接会場。

日時…10月13日(木)、午前10時～11時 会場…高階公民館 対象…市内在住の成人 持ち物…健康手帳 問い合わせ…総合保健センター成人保健係

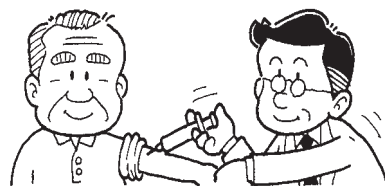
●健康市民大学講座・第2回公開講座 「身体と心のリフレッシュ! みんなで楽しく健康運動」

講師…順天堂大学講師・高村美奈子さん 日時…10月27日(木)、午後1時30分～3時30分 対象…市内在住の成人 定員…先着100人 申し込み…10月6日(水)、午前10時から電話で総合保健センター健康増進係

●健康市民大学講座・第3回公開講座 「音楽とリラクゼーション」

講師…尚美学園大学教授・川島真さん 日時…11月10日(木)、午後1時30分～3時30分 対象…市内在住の成人 定員…先着100人 申し込み…10月13日(水)、午前10時から電話で総合保健センター健康増進係

高齢者インフルエンザ 予防接種を実施します



今年度もインフルエンザの流行に備え、予防接種を実施します。接種する際は、あらかじめ各医療機関に電話で予約をしてください。

期間…10月15日(土)～来年1月31日(火) 対象…市内に住民登録があり、接種を希望し、次のいずれかに該当する方①接種当日65歳以上②心臓・腎臓・呼吸器の機能等に極度の障害がある接種当日60歳～64歳 接種場所…市内委託医療機関(接種当日は保険証を持参) 接種回数…期間内に1回 経費…1,000円(生活保護受給者は無料、受給証を持参) 問い合わせ…総合保健センター母子保健係(TEL229-4123) または市内委託医療機関

第19回川越市健康まつり

10月2日(日)、午前10時～午後3時 総合保健センター

オープニングイベントをはじめ、たくさんの催しがあります。当日直接会場。

問い合わせ…総合保健センター健康増進係・TEL229-4121

けんこう

川越市保健所総合保健センター

〒350-1104小ヶ谷817-1

TEL224-8611 (代表)

FAX225-1291 (共通)

母子保健係 TEL229-4125

成人保健係 TEL229-4124

成人健診係 TEL229-4126

健康増進係 TEL229-4121

* 身体的理由などにより、電話での申し込みが難しい場合は、あらかじめ総合保健センターにご相談ください。

* 手話通訳が必要な方は、参加希望事業名・氏名・ファクス番号を記入のうえ、ファクスでご連絡ください。

* もしも健康相談

TEL224-0712 (妊娠・出産・育児・子どもの健康)

TEL224-5263 (大人の健康)

受付時間…午前9時～正午・午後1時～4時(土・日曜日、祝日を除く)

* 川越市不妊専門相談センター(鴨田・埼玉医科大学総合医療センター内) 医師による面接相談です(予約電話=TEL228-3410)。

* 特に明記がない場合は、総合保健センターが会場です。

母子(安心して子どもを産み、育てられる環境)

問い合わせ…母子保健係

●10月の乳幼児健診

4か月児・1歳6か月児・3歳3か月児に通知。持ち物等は通知をご覧ください。日程・会場の変更は健康づくりスケジュールを確認し、直接総合保健センターまたはジョイフル。通知が届かない場合や受診しない場合は、ご連絡ください。

●10月のマタニティー体操

妊婦体操・呼吸法等の実習。ズボン着用。のうえ、当日直接会場。

日時…10月11日(火)、午前10時～11時30分(受け付け=午前9時45分) 対象…妊娠6か月以上で、医師から運動制限の指示がない妊婦 持ち物…母子健康手帳

●11月の妊婦歯科健診

日時…11月29日(火)、午後1時20分～(受付時間は後日通知) 対象…妊娠5か月以上 定員…20人(抽せん) 申し込み…往復ハガキに①健診名②氏名③生年月日④出産予定日⑤住所・郵便番号⑥電話番号を明記し、10月14日(金)(必着)までに総合保健センター母子保健係

●マタニティスクール(3回コース)

日時…10月6日(木)・17日(月)・11月9日(水)、午前9時15分～11時30分 対象…妊娠5か月以上の経過良好な初妊婦(「プレ・パパママスクール」受講者を除く) 持ち物…母子健康手帳・筆記用具 申し込み…10月6日(木)、午前9時に直接会場

●10月の乳幼児相談・母乳育児相談

身体測定・育児相談・栄養相談。総合保健センターの幼児相談は、歯科衛生士による歯科相談を実施します。健康づくりスケジュールで日程・会場等を確認し、母子健康手帳を持って当日直接会場。

●11月のマタニティークッキング～30分で3品! ヘルシークッキング～

日時…11月18日(金)、午前10時～11時30分 対象…妊娠5か月以上 定員…20人 持ち物…母子健康手帳・エプロン 申し込み…ハガキに①教室名②氏名③出産予定日④住所・郵便番号⑤電話番号を明記し、10月14日(金)(必着)までに総合保健センター母子保健係。申し込みをした方は、当日直接会場。定員を超えた場合は抽せん。外れた方には連絡します。

●11月のプレ・パパママスクール

夫婦でいっしょに、妊娠中の生活や育児について学ぶ半日コース。受講は1回限り。日時…11月17日(木)、午前9時30分～11時45分(受け付け=午前9時15分) 対象…妊娠5か月以上の第1子出産予定の夫婦(「マタニティスクール」受講者を除く) 持ち物…母子健康手帳・筆記用具 申し込み…ハガキに①教室名②夫婦の氏名③出産予定日④住所・郵便番号⑤電話番号を明記し、10月14日(金)(必着)までに総合保健センター母子保健係

●11月の2歳児親子歯科健診

日時…11月11日(金)、午後1時～(受付時間は後日通知) 対象…平成15年5月～10月生まれの子と保護者1人 定員…45組(抽せん) 申し込み…往復ハガキに①健診名②子どもの氏名③生年月日④住所・郵便番号⑤電話番号⑥保護者の歯科健診希望の有無を明記し、10月14日(金)(必着)までに総合保健センター母子保健係

●個別予防接種委託医療機関の追加

■もろ小児科医院

宮元町76-31・TEL226-4010

問い合わせ…総合保健センター母子保健係

BCG予防接種のお知らせ

4月から結核予防法が改正され、BCG接種の対象年齢は生後3か月から6か月未満までとなりました。また、従来行われていたツベルクリン注射は廃止され、BCG直接接種となります。

日時・会場…①10月18日(火)=南古谷公民館②21日(金)=総合保健センター③27日(木)=ジョイフル、午後1時30分～2時20分 対象…①=平成17年4月19日～7月18日生まれ②=同17年4月22日～7月21日生まれ③=同17年4月28日～7月27日生まれ

問い合わせ…総合保健センター母子保健係・TEL229-4123

育児教室・親子の広場

のびのび子育て広場

子育ての情報交換や親子遊びについて。受講は1回限り。

日時…11月4日(金)、午前10時～11時30分(受け付け=午前9時45分) 対象…平成16年12月・同17年1月生まれの第1子と保護者 定員…40組 持ち物…母子健康手帳 11月の離乳食教室(初期)

離乳準備、1回食など。受講は1回限り。日時…11月30日(水)、午前10時～11時30分(受け付け=午前9時45分) 対象…離乳準備期～初期の乳児と保護者 定員…40組 持ち物…母子健康手帳・離乳食用スプーン

11月の離乳食教室(中期)

離乳食の情報交換や、2回食などについて。受講は1回限り。

日時…11月22日(火)、午前10時～11時30分(受け付け=午前9時45分) 対象…離乳中期の乳児と保護者 定員…40組 持ち物…母子健康手帳・離乳食用スプーン 11月のおやつと歯みがき教室

～りんごのおやつ～

日時…11月21日(月)、午前10時～11時45分(受け付け=午前9時45分) 対象…2歳6か月～4歳未満の子と保護者 定員…20組 持ち物…母子健康手帳・タオル・歯ブラシ

■申し込み方法

ハガキに①教室名②子どもの氏名③生年月日④住所・郵便番号⑤電話番号を明記し、10月14日(金)(必着)までに総合保健センター母子保健係。申し込みをした方は、当日直接会場。定員を超えた場合は抽せん。外れた方には連絡します。

……………

赤ちゃん広場

子育てネットワーク・総合保健センター共催。情報交換と仲間づくり。当日直接会場。

日時…毎月第1月曜日(来月1月を除く)、午前10時～正午 対象…5か月ぐらまでの乳児と保護者