

忘れていませんか？ 予防接種

予防接種担当

必要な予防接種の受け忘れがないか、母子健康手帳と健康づくりスケジュールでご確認ください。受けていないものがあれば、市の委託医療機関で受けるようにしましょう。また、決められた対象年齢を過ぎて、任意予防接種(接種費用が全額自己負担)になっている方が多くいます。ご注意ください。

水痘(水ぼうそう)

過去の接種回数や接種間隔により受けられる回数が異なります。

対象…1歳以上3歳未満

*3歳以上5歳未満の方は経過措置により3月31日(火)まで、無料で接種が受けられる場合があります。

麻しん風しん(第2期)

3月31日(火)まで、1回のみ無料で接種できます。

対象…平成27年4月に小学校に入学する年齢の方(平成20年4月2日～同21年4月1日生まれ)

ジフテリア・破傷風(第2期)

1回のみ無料で接種できます。小学6年生相当年齢(平成14年4月2日～同15年4月1日生まれ)の方に、昨年4月に個別通知を発送しています。

対象…11歳以上13歳未満

日本脳炎(第1期)

初回接種が2回終了した後、おおむね1年後に1回追加接種をしてください。

対象…3歳以上7歳6か月未満

*平成7年4月2日～同19年4月1日生まれの方に限り、20歳まで、第1期・第2期の未接種分を無料で接種できます。

三種混合ワクチン(販売中止)

四種混合ワクチンの導入により製造が中止され、今後は接種できなくなる可能性があります。三種混合ワクチンを接種している方は、早めに4回目の接種を受けてください。

*その他の予防接種や、各ワクチンの接種対象・回数等について詳しくは、予防接種担当にお尋ねください。



●統合失調症家族のつどい

家族同士の情報交換や分かち合い等、家族が元気になれる座談会。

日時…3月6日(金)、午後2時～4時 **会場**…保健所 **対象**…市内在住で統合失調症の方の家族 **定員**…先着10人 **申し込み**…2月2日(月)、午前9時から電話で保健予防課 ☎227-5102

●若年者健康相談

問診、身長・体重・腹囲測定、血圧測定、尿検査、医師による生活習慣病を未然に防ぐための相談。

日時…2月24日(火)、午後1時～4時 **対象**…市内在住の18～39歳(通院治療の方を除く) **定員**…先着8人 **申し込み**…2月2日(月)、午前9時から電話・ファクスで成人健診課 ☎229-4126 ☎225-2817

●からだうれしい食事教室

①丈夫な骨をいつまでも

骨密度が気になる方など、カルシウムをアップさせる食生活について。

②カロリー摂り過ぎていませんか？

血糖値が気になる方など、糖尿病を予防するための食生活について。

③めざせ血液サラサラ！

コレステロールや中性脂肪が気になる方など、動脈硬化を予防するための食生活について。

日時・会場…①2月25日(水)、午前10時～11時30分＝南古谷市民センター、②3月5日(木)、午前10時～11時30分＝総合保健センター、③3月11日(水)、午前10時～11時30分＝名細市民センター **対象**…市内在住の成人 **定員**…各先着20人 **申し込み**…2月2日(月)、午前10時から電話で成人保健担当 ☎229-4124

微小粒子状物質(PM2.5)の注意喚起情報について

環境対策課 ☎224-5894

微小粒子状物質(PM2.5)とは

大気中に浮遊している $2.5\mu\text{m}$ ($1\mu\text{m}$ は 1mm の1000分の1)以下の小さな粒子のことです。非常に小さいため、肉眼では見るできません。

呼吸とともに肺の奥まで入りやすく、呼吸系や循環器系へ悪影響を及ぼすことが懸念されています。工場や自動車の排ガスのほか、砂ぼこり等にも含まれています。

国では、注意喚起のための暫定的な指針として1日の平均値を $70\mu\text{g}/\text{m}^3$ と示しました。県では、県内のPM2.5の測定結果からその日の平均値が $70\mu\text{g}/\text{m}^3$ を超えるかどうかを予測し、超えると判断した場合には注意喚起情報の発令をすることとしています。

市と県では、注意喚起情報の発令時に、次の方法でお知らせします。

川越市からのお知らせ

●防災行政無線を使ってお知らせします

埼玉県からの発令情報のお知らせ

●ホームページでの情報提供および電子メール配信サービスで確認できます

*電子メール配信サービスを受けるには、パソコンや携帯電話のメールアドレスの登録が必要です。

1日の平均値が $70\mu\text{g}/\text{m}^3$ を超える可能性がある場合の対応

●不要不急の外出をできるだけ減らしましょう

●屋外での長時間の激しい運動をできるだけ減らしましょう

●換気や窓の開閉を必要最小限にしましょう

*呼吸器・循環器系の疾患のある方、子どもや高齢者は影響を受けやすいため、体調の変化に注意してください。

保健・健康

* 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、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・ファクス番号をご連絡ください。
 * 会場について、特に明記がない場合は、総合保健センターが会場です。

川越市保健所・総合保健センター 〒350-1104小ケ谷817-1


■川越市保健所	☎227-5101(代表)	☎224-2261
■総合保健センター	☎224-8611(代表)	☎225-1291
健康づくり支援課	健康づくり支援担当	☎229-4121
	予防接種担当	☎229-4123
	母子保健担当	☎229-4125
	成人保健担当	☎229-4124
成人健診課		☎229-4126

「ときも健康四字熟語」優秀作品(優秀賞)

自 律 止 煙

作者
マイルド・ヘブン

たばこを止めるのは、自分の意思によるもの。自らを律して禁煙を。



- 2月の乳幼児相談 健康づくりスケジュールで日程・会場を確認し、母子健康手帳を持って当日直接会場。
- 2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。通知が届かない、日程を変更する、受診しない場合は、必ずご連絡ください。

●育児教室

①はじめまして離乳食教室

離乳食を始める目安や進め方について。受講は1回限り。

日時…2月24日(火)、午前10時～11時30分(受け付けは、午前9時45分から) 対象…おおむね4～6か月の子と保護者 持ち物…母子健康手帳

②もぐもぐ離乳食教室

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…2月25日(水)、午前10時～11時30分(受け付けは、午前9時45分から) 対象…おおむね6～8か月の子と保護者 持ち物…母子健康手帳



③おやつと歯みがき教室～春のおやつ～

親子で一緒におやつ作り、エプロンシアターや歯磨きの練習など。

日時…3月20日(金)、午前10時～11時45分(受け付けは、午前9時45分から) 対象…2歳6か月～3歳の子と保護者 定員…20組(抽選) 持ち物…母子健康手帳・タオル・歯ブラシ

①～③の申し込み

ハガキに催し名・住所・子の氏名・生年月日・電話番号を明記し、2月13日(金)(必着)までに母子保健担当。申し込みをした方は、当日直接会場。③で外れた方には、2月20日(金)までに連絡。

●プレ・パパママスクール

夫婦と一緒に、育児・栄養・歯科などについて。受講は1回限り。

日時…3月14日(土)、午前9時15分～11時45分(受け付けは、午前9時から) 対象…妊娠5か月以上で経過良好な初妊婦と夫 定員…20組(抽選) 持ち物…母子健康手帳・歯ブラシ 申し込み…ハガキに催し名・住所・氏名・電話番号・出産予定日を明記し、2月13日(金)(必着)までに母子保健担当。申し込みをした方は、当日直接会場。外れた方には、2月20日(金)までに連絡

●赤ちゃん広場

NPO 法人川越子育てネットワークと共催。情報交換と仲間づくり。当日直接会場。参加は1回限り。

日時…3月2日(月)、午前10時～11時30分 対象…平成26年9～11月生まれの子と親 問い合わせ…母子保健担当

●2歳児親子歯科健診

ブラッシング指導、フッ素塗布(希望児)おやつについての講話など。

日時…3月12日(休)、午後1時～(受付時間は後日通知) 対象…平成24年9月～同25年2月生まれの子と保護者1人 定員…40組(抽選) 申し込み…往復ハガキに健診名・住所・子の氏名・生年月日・電話番号・保護者の歯科健診希望の有無を明記し、2月13日(金)(必着)までに母子保健担当(市ホームページからも可)

●妊産婦歯科健診

日時…3月19日(木)、午後1時20分～(受付時間は後日通知) 対象…妊娠5か月以上の妊婦と産後1年未満の産婦 定員…20人(抽選) 申し込み…往復ハガキに催し名・住所・氏名・電話番号・出産(予定)日、託児希望の有無(希望の場合は月齢)を明記し、2月13日(金)(必着)までに母子保健担当(市ホームページからも可)

●パパとマタニティのための「たまごサロン」

川越市提案型協働事業。妊娠中から夫婦で出産・子育てのイメージを描き、地域につながりをつくる。安産と母乳の話。

日時…3月1日(日)、午前10時～正午 対象…市内在住の初妊婦と夫 定員…先着15組 申し込み…2月2日(月)、午前10時から電話でNPO法人川越子育てネットワーク ☎080-4154-3770

●健康市民大学講座(糖尿病編)

「あなたの血糖値、大丈夫？」

糖尿病とはどのような病気か、糖尿病予防のポイントなど、医師・管理栄養士が解説。託児は6か月～3歳で先着5人。

講師…埼玉医科大学総合医療センター教授 松田昌文さん、管理栄養士 渋谷寿子さん 日時…3月19日(木)、午前10時～11時30分 対象…市内在住の成人 定員…先着100人 申し込み…2月19日(木)、午前10時から電話・ファクスで健康づくり支援担当 ☎229-4121 ☎225-1291(市ホームページからも可)

●手軽にできる簡単クッキング

～よい食生活をすすめるための調理実習～ 日程・会場…3月9日(月)・18日(水)=北公民館 ▶10日(火)・12日(木)=中央公民館 ▶11日(水)・27日(金)=総合保健センター ▶12日(木)=大東市民センター ▶25日(水)=高階市民センター 時間…午前10時～正午 対象…市内在住の成人 定員…各10人(抽選) 経費…各600円 申し込み…往復ハガキに教室名と希望日、住所・氏名・電話番号を明記し、2月13日(金)(必着)までに健康づくり支援担当

特定不妊治療支援事業助成金 ～申請期限は、3月31日(火)まで～

母子保健担当

特定不妊治療(体外受精・顕微授精)を受けた方を対象に、治療費の一部を助成しています。1回の治療が平成26年度中に終了する方の申請期限は、3月31日(火)です。2月～3月に治療が終了し、医師による受診証明書の受け取りが4月になる場合など、申請期限に間に合わない方は、3月中に母子保健担当に連絡をしてください。

1回の助成対象となる範囲は、ホルモン注射等の採卵に向けた準備から、受精、胚移植を経て妊娠の有無の確認で終了する1周期の治療のうち医療保険適用のない部分です。医師の判断により、治療の途中で中断した場合も助成の対象となる場合があります。助成上限額・助成回数など、詳しくはお尋ねください。

市政にゆうす 小江戸いんぷお 情報アラカルト 市民相談案内 施設情報 子育て情報館 保健・健康 コラム ひこまち