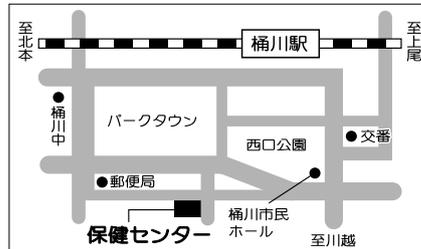


# 健康ステーション



健康増進課  
(保健センター内)  
☎786-1855  
FAX 786-0096



## こどもの健康診査



種別	とき	ところ	受付時間	内容
4か月児健診	9月14日(金)	保健センター	13:15~14:10	診察、身体計測、育児相談、離乳食相談・試食、絵本コーナー <b>持ち物</b> 母子健康手帳・健診票
7か月児・10か月児相談	9月10日(月) 10月15日(月)	保健センター	9:30~10:30	保健師による身体観察、身体計測、育児相談、栄養士による離乳食相談 ※対象児は、7か月児と10か月児です。高崎線を挟んで、西側は保健センター・東側は母子健康センターで行います。その他、電話にてご相談ください。 <b>持ち物</b> 母子健康手帳
	9月4日(火) 10月2日(火)	母子健康センター		
1歳6か月児健診 (個別通知あり)	9月26日(水)	母子健康センター	13:15~14:10	内科・歯科診察・歯科指導、身体計測、親子遊び、育児・幼児食相談、発達・心理相談 <b>持ち物</b> 母子健康手帳・問診票
3歳3か月児健診 (個別通知あり)	9月21日(金)	保健センター	13:15~14:10	内科・歯科診察、身体計測、育児・幼児食相談、発達・心理相談 <b>持ち物</b> 母子健康手帳・問診票
フッ素塗布	10月1日(月) 10月29日(月)	保健センター	1回目 13:30~14:00 2回目以降 14:00~14:30	1歳6か月児健診終了児、6か月ごとに塗布します。 <b>持ち物</b> 母子健康手帳 <b>問合せ</b> ☎口腔保健センター☎048-596-0275

## 母子健康相談(要予約)



種別	とき	ところ	受付時間	対象者および内容	定員
マタニティクラス 《予約制》	10月11日(木) 10:30~13:00	保健センター	10:15~10:30	妊娠16~28週の妊婦(夫も可) 簡単クッキング、妊娠中の食事や過ごし方などについて、その他交流会 <b>持ち物</b> 母子健康手帳、エプロン、三角きん、ふきん、筆記用具	25人
	10月15日(月) 13:30~16:00		13:15~13:30	妊娠20~31週の妊婦(夫も可) 安産体操や出産のこと、その他交流会 <b>持ち物</b> 母子健康手帳、筆記用具	25人
パパママ体験クラス 《要予約》	9月8日(土) 10:00~12:00	保健センター	9:45~10:00	妊娠24~36週の妊婦と夫(祖父母になられる方歓迎) 赤ちゃんのお風呂の入れ方、保育について <b>持ち物</b> 母子健康手帳、筆記用具	9組
赤ちゃんサロン	9月6日(木) 10月4日(木)	保健センター	開催時間 10:00~12:00	2~6か月児の保護者 ママたちの仲間づくり、交流の場としてご利用ください。 <b>持ち物</b> 母子健康手帳	なし
ベビーマムぐもぐクラス (ママ準備クラス)	9月13日(木) 13:30~16:00	保健センター	13:15~13:30	6~9か月児の保護者 歯の話と離乳食について ※妊婦の方も参加できます。 <b>持ち物</b> 母子健康手帳	25人

注1) 母子健康相談については、実施日の1週間前までに電話でお申し込みください。また、効果的に参加していたため、対象となる乳児以外の小さなお子様を連れての参加はご遠慮ください。  
注2) 母子健康相談の対象となる乳幼児用のおむつ、調乳用のお湯などは、各自でご持参ください。

## おとなの健康相談



種別	とき	ところ	受付時間	対象者および内容
ちよっと気軽に お立ち寄り健康相談	9月11日(火)	保健センター	9:30~11:00	<b>対象</b> 成人 <b>内容</b> 血圧測定、体重・体脂肪測定、バランスの良い食事のとり方などの相談 ※気軽にお立ち寄りください!

**ポリオ予防接種の接種方法の変更について**

9月1日からポリオ予防接種が生ポリオワクチンから不活化ポリオワクチンに変わります。そのため10月に予定していた、ポリオの集団の予防接種は中止となり、替わりに個別医療機関において接種が開始されます。平成23年1月生まれから平成24年6月生まれまでのお子さんについては、新しい予防票および接種方法のご案内を送付してあります。平成24年7月生まれ以後のお子さんは順次送付します。

なお、生ポリオワクチンを2回お済みでない平成23年12月生まれ以前のお子さんや転入などで予防票などが届いていない方は健康増進課に問い合わせてください。

**子宮頸がんを予防しましょう**

市では中学1年生～3年生の女の子を対象として、子宮頸がんの予防接種の費用助成（全額補助）を実施しています。

予防接種は、6か月かけて3回接種を行いますので、これから予防接種を予定されている方は、早めに接種を始めることをお勧めします。

なお、助成できる医療機関は、桶川市・伊奈町・北本市・鴻巣市の指定医療機関となりますので、ご注意ください。

※指定医療機関名については市ホームページまたは健康増進課にお問い合わせください。

**「チャレンジ！男性クッキング」初心者の方大歓迎！**

包丁を持ったことがない、エプロンを着けるのも恥ずかしい、食べることが好きなど、男性の皆さん！簡単な料理を楽しくヘルスメイトと一緒に体験してみませんか？

とき▼10月3日(水)午前9時30分～午後1時

ところ▼保健センター栄養指導室

対象▼市内在住、在勤の男性

定員▼25名（先着順）

費用▼500円（保険代、材料費一部負担）

持ち物▼エプロン・三角巾・ふきん・筆記用具・手拭きタオル

申込み▼9月11日(火)午前9時から

電話または直接健康増進課窓口へ

主催▼桶川市食生活改善推進員協議会（ヘルスメイト）



**統合失調症家族教室のご案内**  
心のネットワークをつくりましょう

同じ病気をもつ家族、それぞれの抱えている悩みや不安を分かち合い、病気の回復と再発防止について地域の仲間と一緒に考えてみませんか。

対象者▼統合失調症の患者さんのご家族の方で市内にお住まいの人

※現在別居でもかまいません。

ところ▼保健センター

〈プログラム〉参加費無料、3回1コースです。

	開催日	時間	内容	講師
1	10月5日(金)	午後2時～3時	統合失調症の症状と治療について	精神科医師
2	10月10日(水)	午後2時～3時30分	社会資源と福祉制度について	障害福祉課職員
3	10月16日(火)	午後2時～3時30分	家族の対応について	健康増進課職員(保健師)

※できるだけ全日程参加してください。

申込み・問合せ▼10月3日(水)までに健康増進課窓口または電話で受け付けます。

**「Let's トライウォーキング」(東側8kmコース)**

とき▼9月20日(木)午前8時に駅西口公園噴水前集合 正午頃解散(小雨決行)

コース▼駅西口公園～坂田弁天公園～わんぱく村～本学院～稲荷神社～駅西口公園

持ち物▼飲み物・雨具・ウォーキングに適した服装・履きなれた靴

参加費▼100円(保険代)

定員▼30人

申込み▼9月6日(木)午前9時から健康増進課窓口または電話で受け付けします。

**9月の献血**

種類	全血献血(200ml・400ml)
とき	9月20日(木)
ところ	桶川駅西口
時間	午前10時～11時45分 午後1時～4時
対象	16歳～69歳の健康な方 ※400mlは男性17歳以上、女性18歳以上

※65歳以上の方は、60歳～64歳に献血したことのある方に限ります。

**本人確認にご協力を！**

運転免許証  
パスポート  
健康保険証



などで本人確認をさせていただきます。