

健康ステーション

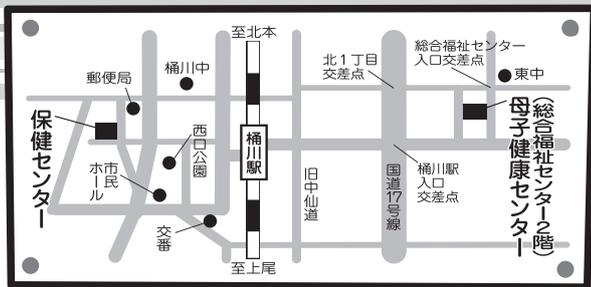
Health Station

健康増進課

(保健センター内)

☎786-1855

FAX 786-0096



情報ステーション

健康ステーション

いっしょにDOですか

響の森情報

まちの話題

市民伝言板

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	4月10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 持ち物 母子健康手帳、健診票
7か月児・10か月児相談	〈高崎線東側〉 4月7日(火) 5月19日(火)	母子健康センター	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、東側は母子健康センター、西側は保健センターで行います。 その他、電話にてご相談ください。 持ち物 母子健康手帳
	〈高崎線西側〉 4月13日(月) 5月11日(月)	保健センター		
1歳6か月児健診 (個別通知あり)	4月22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 持ち物 母子健康手帳、問診票
3歳3か月児健診 (個別通知あり)	4月17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 持ち物 母子健康手帳、問診票
フッ素塗布	4月27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。 持ち物 母子健康手帳 問合せ ☎口腔保健センター(北足立歯科医師会) ☎048-596-0275

母子健康相談



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 《要予約》	4月9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 持ち物 母子健康手帳、エプロン、三角きん、ふきん、筆記用具	25人
	4月20日(月) 13:30~16:00		13:15~13:30	妊娠20~31週の妊婦(夫も可) 妊娠経過や出産のこと、その他交流会 持ち物 母子健康手帳、筆記用具	25人
パパママ体験クラス 《要予約》	4月4日(土) 10:00~12:00		9:45~10:00	妊娠24~36週の妊婦と夫(祖父母も可) 赤ちゃんのお風呂の入れ方、保育について 持ち物 母子健康手帳、筆記用具	9組
赤ちゃんサロン	4月2日(木) 5月7日(木)		開催時間 10:00~12:00	2~6か月児の保護者 ママ達の仲間づくり、交流の場としてご利用ください。 持ち物 母子健康手帳	なし
ベビーもぐもぐクラス (ママ準備クラス) 《要予約》	5月14日(木) 13:30~16:00		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 持ち物 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だくため、対象となる乳児以外の小さなお子さん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
お立ち寄り健康相談  ちょっと気軽に	4月14日(火)	保健センター	9:30~11:00	対象 成人 内容 血圧測定、生活習慣病予防、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!

※保健センターの駐車場は数に限りがありますので、ご了承ください。

平成27年度 集団がん検診のお知らせ ~6月に申し込みを受け付けします~

子宮がん、乳がん、肺がん、胃がん、大腸がんの集団検診を行います。検診を受け、ご自身の健康状態を確認してください。

※所定の申込書での申し込みが必要です。

申込書の配布方法▶申込書は広報6月号と同時配布するほか、次の場所で配布します。また、ホームページからダウンロードできます。

配布場所▶保健センター、市役所仮設庁舎・分庁舎、東部連絡所、各公民館、サン・アリーナ

申込方法▶次のいずれかの方法で申し込みください。【6月19日(金)締切】

申込方法	申込期間	ところ
窓口申込	6月15日(月)~18日(木)	保健センター
	6月19日(金)	地域福祉活動センター3階会議室1
郵送・FAX	6月5日(金)~19日(金)	健康増進課
メール申込		ホームページの電子申請フォームからお申込みください。

検診日程 ところ▶保健センター

検診名	内容	費用	日程
子宮がん (20歳以上)	視診・内診・頸部細胞診	800円	8/27(木)、8/28(金)、8/31(月)、9/12(土)、9/15(月)、9/19(土)、9/24(木)、9/25(金)、9/26(土)、9/30(水)
乳がん (40歳以上)	視診・触診・マンモグラフィ撮影	1,000円	
肺がん (40歳以上)	レントゲン撮影	300円	10/10(土)、10/15(木)、10/20(月)、10/22(木)、10/23(金)、10/24(土)、10/29(木)、10/30(金)
	喀痰検査 (該当者のみ)	500円	
胃がん (40歳以上)	レントゲン撮影 (バリウム検査)	800円	11/6(金)、11/8(日)、11/16(月)、11/19(木)、11/21(土)、11/24(月)、11/26(木)、11/27(金)
大腸がん (40歳以上)	便潜血検査 (2日法)	300円	

※子宮がん・乳がん検診の受診は2年に1回です。

※個別がん検診（医療機関で実施）と両方の受診はできませんので、ご注意ください。



「肺」「胃」「大腸」の3がん検診、「子宮」「乳」の女性がん検診が、それぞれ1日で受けられます！



平成27年度定期高齢者肺炎球菌予防接種のご案内

肺炎の原因菌の1つに肺炎球菌があり、この予防接種は肺炎球菌による肺炎や中耳炎、副鼻腔炎などを予防します。※全ての肺炎の予防ではありません。

対象者▶①次の生年月日に該当する人

65歳	⇒昭和25年4月2日~昭和26年4月1日生
70歳	⇒昭和20年4月2日~昭和21年4月1日生
75歳	⇒昭和15年4月2日~昭和16年4月1日生
80歳	⇒昭和10年4月2日~昭和11年4月1日生
85歳	⇒昭和5年4月2日~昭和6年4月1日生
90歳	⇒大正14年4月2日~昭和1年4月1日生
95歳	⇒大正9年4月2日~大正10年4月1日生
100歳	⇒大正4年4月2日~大正5年4月1日生

②60歳~64歳で、心臓・腎臓・呼吸器の機能、HIVウイルスによる免疫機能の障害により、身体障害者手帳1級をお持ちの人
※いずれも今までに肺炎球菌予防接種を受けた人、接種日に住民票のない人は対象外です。

接種期間▶4月1日~平成28年3月31日

接種回数▶1回
自己負担額▶2,500円（生活保護受給者は無料）

接種方法▶実施医療機関に予約を入れ、健康保険証など（年齢と住所が確認できるもの）、生活保護受給者証・身体障害者手帳（該当者のみ）を持参してください。

【次年度以降の定期接種対象者一覧】 *肺炎球菌予防接種を受けたことがある人は対象外です。

接種年齢	平成28年度 H28.4.1~H29.3.31	平成29年度 H29.4.1~H30.3.31	平成30年度 H30.4.1~H31.3.31
65歳	S26.4.2~S27.4.1生	S27.4.2~S28.4.1生	S28.4.2~S29.4.1生
70歳	S21.4.2~S22.4.1生	S22.4.2~S23.4.1生	S23.4.2~S24.4.1生
75歳	S16.4.2~S17.4.1生	S17.4.2~S18.4.1生	S18.4.2~S19.4.1生
80歳	S11.4.2~S12.4.1生	S12.4.2~S13.4.1生	S13.4.2~S14.4.1生
85歳	S6.4.2~S7.4.1生	S7.4.2~S8.4.1生	S8.4.2~S9.4.1生
90歳	S1.4.2~S2.4.1生	S2.4.2~S3.4.1生	S3.4.2~S4.4.1生
95歳	T10.4.2~T11.4.1生	T11.4.2~T12.4.1生	T12.4.2~T13.4.1生
100歳	T5.4.2~T6.4.1生	T6.4.2~T7.4.1生	T7.4.2~T8.4.1生

※平成31年度以降は、接種日に65歳の人を対象となります。

高齢者肺炎球菌予防接種の一部助成制度

定期接種の対象となる前に、高齢者肺炎球菌予防接種を希望する人には、接種費用の一部を助成します。

対象者▶接種日に65歳以上の市民
※定期接種対象者・過去5年間の接種者は対象外です。

助成額▶1回3,000円を2回まで助成（定期接種を受けた場合は1回まで助成）

接種方法▶実施医療機関に予約を入れ、健康保険証など（年齢と住所が確認できるもの）を持参し、助成額を差し引いた料金を医療機関にお支払いください。

注意事項▶2回目を接種する場合は、5年以上あけてください。5年経たない再接種は、注射部位の発赤、痛みや硬結などの副反応が強く出ることがあります。また、助成対象にもなりません。

実施医療機関▶市内実施医療機関は保健事業のお知らせ、ホームページを確認ください。市外実施医療機関（助成制度は、北本市・鴻巣市・伊奈町のみ）は、健康増進課へお問い合わせください。

健康づくり 幸せづくり

脊柱側弯症について

あなたの背骨、曲がっていませんか？と言われて多くの人は姿勢を正すと思います。脊柱（背骨）は横からみると背中の部分（胸椎）は後ろ、腰の部分は前にゆるくカーブし、正面から見ると真つすぐなのが良い姿勢です。これが正面からみて横（側方）に曲がってしまうのが脊柱側弯症です。側弯症にもいろいろ種類があるのですが、ここではその中でも頻度が高く原因不明の特発性脊柱側弯症について述べます。

この病気は10歳前後に発症することが多く、女児が男児の5~7倍の頻度で見られます。学校の検診では検診方法や学年により差はありますが、おおよそクラスで一人位に異常が見られます。診察は専門の医師が行いますが外見的に認めやすいのは①左右の肩の高さの違い、②ウエストラインの非対称、③前かがみになった時背中の方が盛り上がりが見える（肋骨隆起）などです。

軽度の場合服を着ていれば外見上ほとんどわからず、自覚症状はなく運動の障害もありませんから家族でも気がつかないことが多くあります。進行しても肩こり程度の症状ですが外見上曲がりが目立ってきます。高度の側弯になると胸部の変形のため肺（呼吸）や心臓の機能に問題を生じてきます。

医師に診察をうけX線検査を行い軽度の側弯症と診断された場合は経過観察だけです。気付かないうちに進行してしまう場合があるので医師の指示通り定期的に通院する必要があります。側弯の角度が30度を超えて来ると更に進行する頻度が高くなるので専門医で特殊なコルセットを装着する器具療法が必要になります。さらに内臓にも悪影響を及ぼすような高度の側弯症の場合手術療法が必要になります。残念ながら薬やリハビリテーション、様々な民間療法で曲がりを矯正できる有効な治療法は今のところありません。

これから学童の定期健康診断の時期です。脊柱の異常が指摘されたら指示通りに医師の診断を受けましょう。

【一社】桶川北本伊奈地区医師会

「歯っぴー川柳」を募集します

歯と口の健康に関する自身のおもしろい経験、失敗談などを詠んだ川柳を募集します。

募集した作品は、6月7日(日)保健センターで開催される「お口の健康まつり」で掲示し、来場者の投票により優秀作品を決定します。

対象▶市内在住の人
応募方法▶作品（様式は問いません）に住所・氏名・年齢・電話番号を明記し、5月7日(木)までに持参または郵送（〒363-0024 鴨川1-4-1）、ファックス（786-0096）で応募ください。

その他▶優秀作品は、市の歯科保健推進のために活用します。

4月の献血

種類	全血献血 (200ml・400ml)
とき	4月23日(木)
ところ	駅西口
時間	午前10時~11時45分 午後1時~4時
対象	16歳~64歳の健康な人 ※400mlは男性17歳以上 女性18歳以上 ※60歳~64歳に献血したことのある人は69歳まで可能です。
主催	桶川ロータリークラブ

献血にご協力いただいた方には、オケちゃんエコバックをプレゼント



※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。