



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

健康ステーション



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	11月9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	11月12日(月) 12月10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。 持ち物 母子健康手帳
	11月6日(火) 12月4日(火)	母子健康センター		
1歳6 か月児健診 (個別通知あり)	11月28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)	11月16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	12月3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 ☎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 《要予約》	12月13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
	12月17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 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》	11月10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 持ち物 母子健康手帳、筆記用具	9組
赤ちゃんサロン	11月1日(木) 12月6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。 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》	11月8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。 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
ちょっと気軽に お立ち寄り健康相談	11月13日(火)	保健センター	9:30~11:00	対象 成人 内容 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!

オケちゃんキッチン開設!

市民の健康を守るため、ヘルシーでおいしい「健康長寿メニュー」を提案!

「オケちゃんキッチン」で一緒に作ってみませんか?



とき▼11月29日(木)午前9時30分～午後1時

ところ▼保健センター

対象▼市内在住、在勤の人

定員▼25人【先着順】

費用▼500円(保険代、材料費一部負担)

持ち物▼筆記用具・エプロン・三角巾・ふきん・手拭きタオル

共催▼桶川市食生活改善推進員協

会

ノロウイルスによる食中毒に注意!!

ノロウイルスによる感染性胃腸炎や食中毒は、冬場を中心に多く発生する傾向があります。ノロウイルスは感染力が強く、保育園や学校、病院などで発生すると急速に感染が拡大する危険性があります。

正しく予防して、ノロウイルスによる感染を防ぎましょう!

◎手洗いは正しくしっかりと

- ・帰宅後、トイレの後、食事前は必ず手を洗いましょう。
- ・石けんでよく洗浄し、すすぎは流水で十分に行いましょう。

◎食品の加熱は中心まで十分に

- ・生食は控えましょう。
- ・調理は中心温度85℃以上で1分以上加熱しましょう。

◎清掃・消毒でいつも清潔に

- ・トイレは清潔に保ちましょう。
- ・調理や配膳は、十分に手を洗ってから行いましょう。

◎おう吐物や下痢便の処理に注意

- ・マスク・手袋を着用し、雑巾・タオルなどでしっかりふきとった後、次亜塩素酸系消毒剤を用いて、適切に消毒しましょう。
- ・処理後は必ず手洗い、うがいをしましょう。

問合せ☐鴻巣保健所生活衛生・薬事担当

☎048-541-0249

議会(ヘルスメイト)

申込み▼11月8日(木)午前9時から
窓口または電話で受け付けます。

骨密度測定を実施します

(事前予約制)

とき▼11月22日(木)午前9時30分～正午

ところ▼保健センター

対象▼市内在住で20歳以上の男女

定員▼90人【先着順】

費用▼200円

内容▼超音波による骨密度測定

申込み・問合せ☐11月7日(水)午前

9時から窓口または電話で受け付け

ます。なお、予約は測定時間内にお

いて30分単位で受け付けます。

※今年6月に測定された人は、ご遠慮ください。

健康づくり
幸せづくり

ロタウイルス感染症について

感染性胃腸炎の原因ウイルスとして、ロタウイルス、ノロウイルスなどが思い浮かぶと思います。冬の前半にノロウイルス、冬の後半から春にかけてロタウイルスによる感染性胃腸炎が流行します。日本においては、年間に約120万回の感染があり、約3万人が入院し、10～20人が死亡しています。

ロタウイルス胃腸炎の主な症状は、突然の激しいおう吐から始まり、白色の下痢をみとめます。頻回なおう吐や下痢のために、脱水となり点滴が必要となったり、意識がもうろうとなり緊急の入院が必要となる事も珍しくはありません。

患児の便をなめることで感染します。患者さんの便1グラムに数億から数兆個のウイルスが含まれており、たった10個のウイルスをなめることで感染してしまいます。おもちゃや床に付いたウイルスは、数日から数週間にわたって感染力を持つことが分かっており、アルコール消毒では

完全には消毒できないとされています。多数の子供が集まるところに置いてあるおもちゃや床、シヨッピンカートの子ども椅子のすりなどにも感染の原因となります。5歳までにほぼ全員が少なくとも一度は感染しますが、複数回感染するケースもあり、保育園や幼稚園などでは、クラスの一人在校するとほぼ全員が感染するまでは、流行は終わりません。

日本では、2種類のロタウイルスワクチンが発売されています。外国並びに日本のデータによると、良好な予防効果が期待できるワクチンのようです。残念ながら定期予防接種ではありませんので、自費扱いとなっています。ワクチンは少量の甘い液体で、4週以上の間隔で2回ないし3回、経口投与します。投与時期は生後6週からであり、1回目の投与は14週6日までに終わらせることが推奨されています。この時期は、ワクチン投与のスケジュールがとて複雑となっています。かなり早めに医療機関に投与時期について相談されることをおすすめいたします。

(桶川北本伊奈地区医師会)

桶川市では、接種費用の公費助成を行なっています。

詳しくは、健康増進課へ。