



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

Health Station

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	1月13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〉 1月17日(火) 2月7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〉 1月16日(月) 2月13日(月)	保健センター		
1歳6か月児健診 (個別通知あり)	1月25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)	1月20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	1月30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》	1月12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	15人
	1月16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	15人
パパママ体験クラス 《要予約》	1月14日(土) 2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	1月12日(木) 2月2日(木) 10:00~12:00		10:00~11:15	2~6か月児と保護者 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

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
3p ちょっと気軽に お立ち寄り健康相談	1月10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 ※気軽に立ち寄りください! ※奇数月のみの開催になります。

※保健センターの駐車場は、数に限りがあります。ご了承ください。

食生活改善推進員協議会 生活習慣病予防料理教室

いつまでも健康でいられるように、ヘルスメイトがとっておきのメニューを教えます。

とき▼1月24日(火)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

主催▼桶川市食生活改善推進員協議会（ヘルスメイト）

申込み▼1月5日(木)午前9時から電話または、直接、健康増進課へ。

健康長寿！

オケちゃんキッチン



美味しくヘルシー

な「健康長寿食」と健康長寿サポーター養成講座で、あなたも健康達人！

とき▼1月27日(金)午前9時30分～午後1時

ところ▼保健センター

内容▼健康長寿サポーター養成講座と調理実習



対象▼市内在住の人
定員▼25人【先着順】
費用▼300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

申込み▼1月5日(木)午前9時から電話または、直接、健康増進課へ。

Let's Trail 新春ウォーキング (西側9kmコース)



とき▼1月12日(木)午前8時に城山公園管理事務所前集合

※午前11時30分頃解散予定（小雨決行）

コース▼城山公園→知足院→諏訪神社→普門寺→はにわの里（八幡神社往復）→原山古墳→城山公園

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

費用▼100円（保険代）※当日集金します。

定員▼市民30人【先着順】

申込み▼1月4日(水)～10日(火)までに電話または直接、健康増進課へ。

主催▼桶川市健康づくり市民会議ウォーキング部会

健康づくり 幸せづくり

油断できないおたふくかぜ

小児のおたふくかぜは、70%の人に耳下腺の腫れや痛みが生じますが、30%は、自覚症状に乏しい不顕性感染（耳下腺が腫れずにすむ）です。不顕性感染者からもウイルスが分離され、発症前の潜伏期間後半も含めて、人に感染します。隔離などによる流行の拡大阻止には限界があり、流行への対策は、ワクチンによる予防が中心となります。

おたふくかぜは全身感染症で、難聴や無菌性髄膜炎、脳炎、膵炎、精巣炎（睾丸炎）、卵巣炎などの合併症を引き起こします。

おたふくかぜが起こす難聴（ムンプス難聴）の特徴は、
・おたふくかぜの発症4日前から発症18日後の間に起こる
・片側の耳がほとんど聞こえなくなる
・有効な治療法がなく、自然治癒が難しい
などが挙げられます。

5～9歳の患者に発症しやすく、後天性難聴の原因の第1位になっています。

ムンプス難聴が起こるのは、千人に1人の割合です。ムンプス難聴では、重度になると聴力が急激に低下し、高い音が聞き取りにくくなります。

おたふくかぜになってしまったときに、難聴になっていないか調べる方法として、耳元での「指こすり」があります。「指こすり」は、高い音域の小さな音です。「指こすり」で聴力の低下がみられたら、耳鼻科を受診しましょう。

おたふくかぜは、大人になって発症すると症状が強く出ます。男性の場合、精巣炎（睾丸炎）により男性不妊になる場合もあります。特別な治療法のないおたふくかぜにとって、ワクチンは唯一の防衛手段です。我が国では、おたふくかぜワクチンの接種率が30%台と低く、年中どこかでおたふくかぜが流行しています。

「おたふくかぜに自然にかかればよい」との認識を改め、ワクチンを1歳時と就学前の2回、接種することをお勧めします。

（一社）桶川北本伊奈地区医師会