

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	4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> 4月17日(火) 5月1日(火)	総合福祉センター 2F	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、東側は総合福祉センター、西側は保健センターで行います。 その他、電話でご相談ください。 持ち物 母子健康手帳
	<高崎線西側> 4月9日(月) 5月14日(月)	保健センター		
1歳6か月児健診 (個別通知あり)	4月25日(水)	総合福祉センター 2F	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	4月3日(火) 5月7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12日(木) 14:00~16:00	保健センター	13:45~14:00	妊娠16~32週の妊婦 プレママカフェ：お茶を飲みながら交流会、妊娠中の栄養のとり方などの話 持ち物 母子健康手帳、筆記用具	20人
	4月16日(月) 13:30~16:00		13:15~13:30	妊娠20~35週の妊婦(夫も可) 出産準備クラス：妊娠経過から出産の話、安産体操、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》	4月7日(土) 5月12日(土) 10:00~12:00		9:45~10:00	妊娠24~36週の妊婦と夫(祖父母になる人歓迎) 赤ちゃんのお風呂の入れ方、育児について 持ち物 母子健康手帳、筆記用具	9組
	赤ちゃんサロン		4月5日(木) 5月10日(木) 10:00~12:00	10:00~11:00	2~6か月児と保護者 ママ達の仲間づくり、交流の場として利用してください。 持ち物 母子健康手帳

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、各自で持参してください。

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	5月8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ので、ご了承ください。

～キャンペーンのお知らせ～

期間限定で、新社会人を対象に「新社会人応援キャンペーン」を実施します。新社会人が県内の事業所や献血ルーム、献血バスで献血にご協力いただくと、埼玉県限定の素敵な記念品を差し上げます。社会貢献の一つとして、ぜひ、献血に挑戦してください。詳しくは、県HP「献血に関するお知らせ」をご覧ください。


4月の献血 

種類	全血献血 (200ml・400ml)
とき	4月19日(木)
ところ	ペニバナウォーク桶川
時間	午前10時～11時45分 午後1時～4時30分
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

※運転免許、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。

献血にご協力いただいた人には、オケちゃんグッズをプレゼントするべに♪



平成30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▼①接種日に市民で、次の生年月日に該当する人

65歳	昭和28年4月2日～昭和29年4月1日
70歳	昭和23年4月2日～昭和24年4月1日
75歳	昭和18年4月2日～昭和19年4月1日
80歳	昭和13年4月2日～昭和14年4月1日
85歳	昭和8年4月2日～昭和9年4月1日
90歳	昭和3年4月2日～昭和4年4月1日
95歳	大正12年4月2日～大正13年4月1日
100歳	大正7年4月2日～大正8年4月1日

高齢者肺炎球菌予防接種の一部助成制度

定期接種の対象になる前に、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▼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)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。市内実施医療機関は、保健事業のお知らせ、市ホームページをご覧ください。市外(北本市・鴻巣市・伊奈町)実施医療機関は、健康増進課へ問い合わせてください。

◆平成31年4月からは、対象が「接種日に65歳の人」に変わります。



健康づくり 幸せづくり

埼玉膀胱癌早期診断プロジェクト

このところ、星野仙一、千代の富士、坂東三津五郎など有名人が膀胱癌で亡くなるニュースをよく見聞きします。膀胱癌は、5年生存率が約7%と低く、死亡者数が罹患(膀胱癌となる)者数とほぼ同じで、がん死亡の第4位にまで上昇してきている病気です。膀胱癌の症状は、一般的には腹痛、食欲低下、背部痛、体重減少、黄疸などの症状ですが、これらは胃潰瘍、逆流性食道炎、胆石などでもよく起こる症状であること、そして膀胱癌の診断には、超音波内視鏡、CT、MRIなどの特殊な検査を行わないと中々早期に診断できないこと、それから膀胱の周囲には肝臓、腸などの重要な臓器に栄養を送る血管などがあり、膀胱が少し大きくなるとこれらを巻き込んで手術が出来なくなるなどの原因で、現状では80%の方々は手術が出来ない状況で診断されます。膀胱癌を完全に治すためには、

いわゆる「早期膀胱癌」の診断が臨床的急務であり、腫瘍マーカーの上昇、超音波検査で主尿管拡張、IPMNなどの膀胱嚢胞(水ぶくろ)・性疾患などを有する患者を詳しく検査したり、家族に膀胱癌がいた方、糖尿病、慢性膀胱炎、遺伝性膀胱炎、乳癌、卵巣癌で既に治療した患者、ポリープが多発する患者、喫煙や大量飲酒する方は、膀胱癌になりやすい(リスクファクターのある)とされているため、これらの患者に対してEUS、CT、MRI、MRIなどの検査を定期的な経過観察することが早期診断に繋がります。該当する患者様、異常を認める患者様は、主治医にご相談の上、大病院で超音波内視鏡、CT、MRI、ERCPなどによる検査が望ましいと考えます。尾道市では、開業医と病院の連携により、リスクのある患者を登録し、定期観察することにより、完全に治る可能性のある早期膀胱癌を、8年間に60例余りを発見しております。北足立郡でも是非このような開業医と病院の連携で助かる早期膀胱癌を沢山発見治療したいものです。お心あたりのある患者様は、主治医にご相談ください。

【一社】桶川北本伊奈地区医師会

おけがわ情報発信アプリ 「おけプッシュ」 OKPUSH!

市からの「お知らせ」を利用者のスマホに自動でお届けするアプリです。

「ごみ出しカレンダー」機能が便利べに～

ダウンロード無料!

App Store からダウンロード
Google Play で手に入れよう

iPhone (iOS) 端末はこちら
Android 端末はこちら



▲オケちゃん健康体操動画

「オケちゃん健康体操」を自治会・サークルなどでやってみませんか。オケちゃん健康体操は、シニアでも簡単に楽しくできる体操です。65歳以上の人が半年続けたモニター事業では、参加者の「バランス力」「柔軟性」「骨密度」の測定値が向上し、健康増進効果が実証されました。オケちゃん健康体操は、市のホームページにある動画で確認できますが、自治会やサークルなどに市職員がうかがい、オケちゃん健康体操を教える講習も行っております。ぜひ健康増進課まで連絡してください。また、老人福祉センターでは、日曜・休館日を除き、毎日午後2時から、オケちゃん健康体操を実施しています。