



もし、発熱したら… 受診するための3ステップ

まずは、かかりつけ医に電話などで相談してください。

かかりつけ医での受診が難しい場合は、新型コロナウイルスとインフルエンザ両方の診療ができる「埼玉県指定 診療・検査医療機関」で受診してください。

①医療機関を相談

埼玉県 診療・検査医療機関

検索

②受診予約

③受診



受診先の確認・受診を迷う場合

埼玉県受診・相談センター
☎048-762-8026
FAX 048-816-5801
午前9時～午後5時30分
(土・日・祝日も対応)

受診先の確認・一般的な質問

県民サポートセンター
☎0570-783-770
FAX 048-830-4808
24時間・年中無休

シニア60～64初回献血 キャンペーン

詳しくは ☎県業務課 ☎830-3635

とき ▶ 1月1日(土・祝)～3月31日(休)
ところ ▶ 県内献血ルーム・献血バス
対象 ▶ 60～64歳で初めて献血する人
景品 ▶ エコバッグまたはカードルーペ
(無くなり次第終了)
主催 ▶ 埼玉県・赤十字血液センター

メンタルヘルス講演会 「マインドフルネスの実践」

～ありのままを受け止め、心を整える～

マインドフルネスは、ただ目の前のことに集中する技法です。自分自身を取り巻く環境や自分自身の反応に気づき、心の状態を整えたり、思考を整理したりする方法を学びます。

とき ▶ 2月10日(木)午後2時～4時
(受付は午後1時40分から)

ところ ▶ 保健センター

対象 ▶ 市内在住・在勤の人
定員 ▶ 30人【先着順】
持ち物 ▶ 筆記用具

講師 ▶ 埼玉カウンセリングセンター 高倉恵子さん

申込み ▶ 1月12日(水)午前9時から、電話で、健康増進課へ。

※新型コロナウイルスの状況を鑑みて、急遽中止・延期となる場合があります。開催状況・対象月齢はホームページで確認してください。

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 持ち物 母子健康手帳、健診票、バスタオル
7か月児・10か月児相談	〈高崎線東側〉 1月11日(火) 2月1日(火)	総合福祉センター2階児童館	9:30～10:30	保健師による身体観察、身体計測 ※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、電話で相談してください。 持ち物 母子健康手帳、バスタオル
	〈高崎線西側〉 1月17日(月) 2月7日(月)	保健センター		
1歳6か月児健診 (個別通知あり)	1月26日(水)	総合福祉センター2階児童館	13:15～14:10	内科・歯科診察、歯科指導、身体計測、育児・発達・幼児食相談 持ち物 母子健康手帳、問診票、バスタオル
3歳3か月児健診 (個別通知あり)	1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・発達・幼児食相談、検尿 持ち物 母子健康手帳、問診票
フッ素塗布 (※有料)	1月31日(月) 2月28日(月)		1回目 13:30～14:00 2回目以降 14:00～14:30	対象 1歳～就学前の子ども ※6か月ごとに塗布できます。 持ち物 母子健康手帳 費用 1,430円(税込み) ※現金のみ 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	予約締切	対象および内容	定員
マタニティクラス 《要予約》※1	1月13日(木) 14:00～16:00	保健センター	1月6日(木)まで	対象 妊娠16～32週の妊婦 プレママカフェ：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	6人
	1月24日(月) 13:30～16:00		1月17日(月)まで	WEB講座 対象 妊娠20～34週の妊婦 出産準備クラス：妊娠経過から出産の話、安産体操	10人
パパママ体験クラス 《要予約》※1	1月15日(出) 10:00～12:00	保健センター	1月7日(金)まで	対象 妊娠28～34週の妊婦と夫 沐浴(お風呂)の実習、新生児の保育、夫の妊婦体験 持ち物 母子健康手帳、筆記用具、手拭きタオル	6組
	2月5日(出) 10:00～12:00		1月28日(金)まで		

注) 母子健康相談については、託児はありませんので、対象児以外のお子さんを連れての参加はご遠慮ください。
※1) 定員になり次第締め切ります。

おとなの健康相談



種別	とき	ところ	受付時間	対象および内容
お立ち寄り健康相談	1月18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。
家族のつどい	1月27日(木)		14:00～16:00	対象 統合失調症の疾患を持つ患者の家族 内容 統合失調症の疾患を持つ患者の家族が悩みを語り合い、気持ちを分かち合う会です。

※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。

健康づくり 子宮けいがんワクチン (HPVワクチン)

このワクチンに関しては、平成25年から積極的な接種勧奨を差し控えていました。令和3年11月26日付けで「積極的な勧奨を差し控えている状態を終了させることが妥当」という旨が国から通知されました。数多くの検証や議論がされました。「安全性について特段の心配が認められない」「有効性が副反応のリスクを明らかに上回る」との判断です。

すでに、保健センターから無料接種対象者(小学校6年生から高校1年生までの女子)にワクチンの案内資料が順次郵送されています。子宮けいがんワクチンの効果、ワクチンの副反応についてよく理解して接種の判断をしていただくための案内資料です。

子宮けいがんの主な原因はHPV(ヒトパピローウイルス)の感染が考えられています。このウイルスは、女性の多くが、一生に一度は感染するといわれるウイルスです。一部の人でがんになってしまうことがあります。日本では毎年、約11万人の女性が子宮けいがんになり、毎年、約2,800人の女性が亡くなっています。患者さんは20歳代から増え始めて、30歳代までにがんの治療で子宮を失ってしまう人も、毎年、約1,200人います。

子宮けいがん予防にはワクチン接種と20歳からの検診が重要です。イギリス、オーストラリアなどでは女の子の約8割がワクチンを受けています。HPVワクチンの効果として、子宮けいがんの原因HPVの50～70%を防ぎます。

HPVワクチンのリスクとして、接種を受けた部分の痛みや腫れ、赤みなどの症状が起こることが多くあります。筋肉注射という方法の注射で、痛みが強いと感じる方もいます。参考までにコロナワクチンも筋肉注射ですが、まれですが、重い症状が起こることがあります。ワクチンが原因となったものかどうか分からないものを含めて1万人あたり5人です。今、日本で使われているワクチンは3種類あります。どちらも3回の接種を受けます。公費負担のないワクチンもあります。医療機関や保健センターなどと相談されて種類を決めて下さい。

通い慣れた医療機関で接種を受けることを勧めます。患者さんと医師が相互に信頼関係を築き不安のない状況で受けて下さい。

この内容は厚生省HPVを参考に作りました。興味のある方は厚生省HPVをご覧ください。

【一社】 桶川北本伊奈地区医師会

情報ステーション 健康ステーション いっしょにDOOですか まちの話 市民伝言板