

健康増進課
 ☎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	12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 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〉 12月3日(火) 1月7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、電話にてご相談ください。 持ち物 母子健康手帳、バスタオル
	〈高崎線西側〉 12月9日(月) 1月20日(月)	保健センター		
1歳6か月児健診 (個別通知あり)	12月25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)	12月20日(金)	保健センター	13:15~14:10	内科・歯科診察、目の検査(屈折検査)、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)	12月23日(月) 1月27日(月)		1回目 13:30~14:00 2回目以降 14:00~14:30	対象 1歳~就学前まで、6か月ごとに塗布します。 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9日(木) 14:00~16:00	保健センター	12月26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20日(月) 13:30~16:00		1月10日(金)まで	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、交流会 持ち物 母子健康手帳、筆記用具、飲み物	10人
パパママ体験クラス 《要予約》*1	1月11日(土) 10:00~12:00		12月27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	各9組
	2月1日(土) 10:00~12:00		1月24日(金)まで		
育MENクラス 《要予約》*1	2月6日(木) 10:00~14:00		1月30日(木)まで	対象 育児休暇取得を予定または取得中の夫 午前：簡単ランチ料理教室、午後：赤ちゃんのお世話の仕方 持ち物 筆記用具、手拭きタオル、エプロン、三角巾、ふきん、マスク 費用 500円(食材費、保険代)	12人

(注意)・母子健康相談については、託児はありません。
 ・講義内容についての動画・写真撮影は、ご遠慮ください。

*1) 定員になり次第締め切りです。

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 3p ちょっと気軽に	1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、コバトンALKOOマイレージ登録会 ※気軽にお立ち寄りください！ ※奇数月のみの開催になります。
家族のつどい	12月19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。

健康ステーション

いっしょにDOOです

まちの話題

終了間近! 成人男性の風しん抗体検査・予防接種は受けましたか?

詳しくは☎健康増進課 ☎786-1855

風しんの抗体保有率が低い世代の男性に、「風しん抗体検査」と「風しん予防接種」を実施しています。対象者には無料クーポン券を送付しています。

【対象者】 昭和37年4月2日～昭和54年4月1日生まれの男性の桶川市民

【実施期間】 令和7年3月31日まで(2月までには抗体検査を受けましょう)

※すでに風しん抗体検査・予防接種を受けたことがある人は対象外です。

※無料クーポン券は、検査受診日・予防接種日に桶川市民である場合に使用できます。

※紛失した場合や桶川市に転入してきたなどでお手元に無料クーポン券がない人は、健康増進課へ問い合わせてください。

健康づくり 幸せづくり

健康診断と 健診結果の見方(肝臓)

健診中の血液検査の項目に、GOT(AST※1)、GPT(ALT※2)、γGTP※3というものがあるのをご存知ですか。肝臓の調子を表す代表的なもので、昔はGOT、GPTでしたが、今はAST、ALTを用いることが多いです。

健診ではAST、ALTの正常値は30までに統一されています。30を超えると何か病気になるかもしれないから、病院に行きましよう、ということなんです。お酒の飲みすぎ、太り過ぎによる脂肪肝、薬によるもの、心臓の病気、ウイルスによるもの、その他いろいろな原因で上昇します。肝臓の病気に関する血液検査はこれらだけではないので、追加の血液検査をしたり、腹部エコー(超音波検査)などの画像診断をしたりすると良いと思います。

AST、ALTの値がすごく高い場合は、確かに大変な病気のことが多いです。しかし、少ししか高

くないから大丈夫というわけではありません。重症の病気が隠れていることがあります。特に少しだけ高いのが、何年も続いている人は要注意です。アルコールや肥満、糖尿病などの病気に伴う脂肪肝はいろいろな治療で治ります。しかし、長い間ほっておくと肝硬変になり、そうなる元には戻りません。

AST、ALTが高い場合、もう一つ忘れていけないのは肝炎のことです。C型肝炎は現在ほぼ100%治りますし、B型肝炎は早く治療すれば悪くならないで済みます。全国調査の試算から考えると、皆さんのお住まいの地域では約1000人が、ウイルスを持っているのに検査を受けず気づいていないことになりそうです。まだ検査を受けたことがない方はぜひ受けて下さい。

※1 AST アスパラギン酸トランスアミナーゼ・・・心臓、肝臓、骨格筋、腎臓に大量に存在するミトコンドリア酵素で、これらが壊れると血液の中に出てくる。

※2 ALT アラニントランスアミナーゼ・・・細胞の中にある酵素で大部分が肝臓の中に入り、壊れると血液の中に出てくる。

※3 γGTP γグルタミルトランスペプチターゼ・・・肝臓で作られる消化液である胆汁の流れが悪い時に出ることが多い。

【(社)桶川北本伊奈地区医師会】

〈広告〉

補聴器のご相談は 電話 048-577-4080



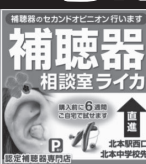
認定補聴器専門店

相談室ライカへ

北本市本町6-33-1北栄ビル102

営業時間午前9時～午後5時(月曜定休) 認定補聴器技能者 柴田 治のお店

安心して購入出来る様に、無料で6週間試聴貸出体験を行っています。取り扱いメーカー Phonak WIDEX GN Signia Oticon



お店の
情報↓

