



健康増進課
(分庁舎内)
☎786-1855
FAX 786-0096

健康ステーション
Health Station

※保健センターの改修工事のため、保健センターで行う事業は、6月から平成31年3月まで市役所分庁舎(上日出谷936-1)で実施しています。

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)	分庁舎	13:15~14:10	診察、身体計測、育児相談、離乳食相談、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〉 11月6日(火) 12月4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、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、西側は分庁舎で行います。 その他、電話で相談してください。 持ち物 母子健康手帳
	〈高崎線西側〉 11月12日(月) 12月10日(月)	分庁舎		
1歳6か月児健診 (個別通知あり)	11月28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、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)	分庁舎	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 (※有料)	12月3日(月) 1月7日(月)	分庁舎	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、費用1,404円 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10日(木) 14:00~16:00	分庁舎	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
	1月21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》	11月10日(土) 12月1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

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 3p ちょっと気軽に	11月13日(火)	分庁舎	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 ※気軽にお立ち寄りください! ※奇数月のみの開催になります。

※分庁舎の駐車場は数に限りがありますので、ご了承ください。

Let'sトライ 桶川市内一周
ウォーキング (20kmコース)



とき ▼ 11月15日(木)午前8時に駅西
口公園噴水前集合、午後3時30分頃
解散予定 (※小雨決行)

コース ▼ 駅西口公園 ▶ 明星院 ▶ わ
んぱく村 ▶ べに花ふるさと館 ▶ ニッ
家交差点 ▶ 分庁舎 ▶ 諏訪神社 ▶ 城山
公園 ▶ 駅西口公園

定員 ▼ 市民30人【先着順】

費用 ▼ 100円 (保険代など ※当日集
金) 完歩賞あります。

持ち物 ▼ 飲み物、お弁当、雨具、
ウォーキングに適した服装、履きな
れた靴

主催 ▼ 桶川市健康づくり市民会議
ウォーキング部会

申込み ▼ 11月1日(木)午前9時 ~ 9
日(金)に、電話または直接、健康増進
課へ。

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。

献立 ▼ 豚肉のりんごソース焼き、根
菜のカシューナッツ和え、あったか
塩麹味噌汁、豆乳かん

とき ▼ 11月22日(木)午前10時 ~ 午後
1時30分

ところ ▼ 東公民館

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、室内履き

主催 ▼ 桶川市食生活改善推進員協
議会

申込み ▼ 11月5日(月)午前9時 ~ 16
日(金)午後5時に、電話または直接、健
康増進課へ。

献血にご協力い
ただいた人には、
記念品をプレゼ
ントべに~



11月の献血

種類	全血献血 (200ml・400ml)
とき	11月3日(土・祝)
ところ	桶川小学校 (桶川市民まつり会場)
時間	午前9時30分~午後3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。
主催	桶川ロータリークラブ

※運転免許証、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。
※今回の献血会場では、**骨髄バンクのドナー登録会**を併行実施します。
ドナー登録は、約2mlの採血で済みます。
適合するドナーを待ち望む患者さんにとって、皆さまの登録が大きな希望となります。

健康づくり
幸せづくり

突発性難聴
とつばつせいなんちよう

突然発症する難聴で、ほとんど
の方は片耳におこります。難聴は
高度難聴で、50歳~60歳代の方に
おこりやすいです。発病に男女の
差はありません。この病気は、日
本で年間約30000人の方にお
こっています。原因不明の難聴で、
内耳の血液循環障害やウイルス感
染が考えられています。

多くの方の発症は、「片方の耳が
急にふさがった感じになった」、「急
に耳鳴りが出現した」、などの症状
が現れますが、めまいを伴う場合
もあります。片耳が高度難聴(耳
元で大声でないと聞こえないほど)
となっても、一方は正常のことが
多く、自分が高度難聴となってい
ることに気づかずに、日数が経過
してしまいうケースがあります。
日常生活を抱える人、睡眠
不足、疲労の蓄積、糖尿病の人な
どが発病しやすい人です。

治療法は、ステロイド剤を中心
とした治療で、その他いろいろと
ありますが、安静が第一です。治
療効果は、治療を行った人の1/3は
治癒、1/3は難聴・部分回復、1/3は
難聴・不変(改善せず)と言われ
ています。発症から治療開始まで
の日数が少なければ少ないほど聴
力改善が期待できます。ただし、め
まいを伴う場合や高齢者では、早
期に治療を開始しても回復しにく
いです。

突発性難聴は、再発することは
きわめて稀です。

いずれにしても、急におこった
難聴・耳鳴りは、耳鼻科を早急に
受診し、突発性難聴と診断された
場合、早期治療開始が重要です。

【一社】桶川北本伊奈地区医師会

広報おけがわ10月号
(P22)の「高齢者イン
フルエンザ予防接
種」の記事に誤りが
ありました。お詫び
して訂正します。

正:「ベニバナ眼科ク
リニック」では実施
していません。