



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	4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〉 4月11日(火) 5月9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〉 4月10日(月) 5月15日(月)	保健センター		
1歳6か月児健診 (個別通知あり)	4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)	4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)	4月24日(月)		1回目 13:30~14:00 2回目以降 14:00~14:30	1歳から就学前まで、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) 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	4月13日(木) 14:00~16:00	保健センター	4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
	4月17日(月) 13:30~16:00		4月10日(月)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	4月8日(土) 10:00~12:00		4月3日(月)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
	5月13日(土) 10:00~12:00	5月2日(火)まで			

(注意)・母子健康相談については、託児はありませんので、お子さんを連れての参加はご遠慮ください。
 ・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	5月16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	4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。



令和5年度 定期高齢者肺炎球菌予防接種のご案内

詳しくは☎健康増進課☎786-1855

肺炎球菌は肺炎の原因菌のひとつです。予防接種により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。（※全ての肺炎を予防できるわけではありません。）

対象者▶ 次の①または②に該当する人

①接種日に市民で、次の生年月日に該当する人で、今までに一度も肺炎球菌の予防接種をしていない人（接種したか不明な場合は健康増進課へ問合せください。）

65歳：昭和33年4月2日～昭和34年4月1日

70歳：昭和28年4月2日～昭和29年4月1日

75歳：昭和23年4月2日～昭和24年4月1日

80歳：昭和18年4月2日～昭和19年4月1日

85歳：昭和13年4月2日～昭和14年4月1日

90歳：昭和8年4月2日～昭和9年4月1日

95歳：昭和3年4月2日～昭和4年4月1日

100歳：大正12年4月2日～大正13年4月1日

②60～64歳で心臓、腎臓、呼吸器の機能、HIV ウイルスによる免疫機能の障害により、身体障害者手帳1級を持つ人。（接種希望者は、身体障害者手帳を医療機関で提示してください。）

接種期間▶ 4月1日(土)～令和6年3月31日(日)

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、自己負担額を支払ってください。市内実施医療機関は、「保健事業のお知らせ」や市ホームページをご覧ください。市外の実施医療機関は、健康増進課へ問い合わせてください。

予防接種は遅らせず、接種期間内で受けましょう。
接種期間を過ぎた場合、費用は有料となります。



高齢者肺炎球菌予防接種の一部助成制度

対象者▶ 定期接種対象者以外で高齢者肺炎球菌予防接種を希望する65歳以上の人

【次のいずれかの場合は、助成の対象外です。】

- ・前回の接種から5年以上、空いていない人
- ・桶川市、北本市、伊奈町、鴻巣市以外の医療機関で接種した人
- ・助成の有無にかかわらず、高齢者肺炎球菌予防接種を過去2回受けている人

助成額▶ 3,000円

接種方法▶ 桶川市、北本市、伊奈町、鴻巣市の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」や市ホームページをご覧ください。北本市、鴻巣市、伊奈町の実施医療機関は、健康増進課へ問い合わせてください。

子宮頸がん予防接種の9価ワクチン(シルガード9)が定期接種に導入されました

詳しくは☎健康増進課☎786-1855

これまで定期接種として公費で受けられたのは、2価ワクチン（サーバリックス）と4価ワクチン（ガーダシル）のみでしたが、令和5年4月から、**9価（シルガード9）**が導入されます。

また、子宮頸がん予防接種キャッチアップ接種対象者（平成9年4月2日～平成19年4月1日生まれの女性）も令和7年3月31日まで、定期接種（期間中の接種は無料）となります。接種を希望する人は、なるべく早めに接種しましょう。予診票が手元にない人は、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

「ストレスと胃腸の症状」

ストレスや疲れ、プレッシャーを感じたときにお腹をこわしたり、胃が痛くなったりすることはあります。また、お腹の症状があることで上部消化管内視鏡検査（胃カメラ）や大腸内視鏡検査を受けたのに結果は正常と説明された方もいらっしゃるのではないのでしょうか。

検査が正常でも胃腸の症状が続く患者さんは、胃の症状の場合は「機能性ディスペプシア」、腸の症状の場合は「過敏性腸症候群」と診断されます。なぜ検査で異常がないのに症状が出るのでしょうか？

胃や腸は食べ物を消化するだけの単純な袋ではありません。胃腸には非常に多くの神経細胞が含まれています。胃腸はこの神経細胞と平滑筋という胃腸の壁の中の細かい筋肉の線維が微妙なバランスをとりながら動いています。体や心の不調によって胃腸につらい症状が出るのはこのバランスがくず

れるからだと言われています。さらに胃の症状の場合は胃酸過多も関わってきます。ストレスを感じると、それが体の痛みや寝不足などの身体的なものであっても、精神的・感情的なものであっても、胃液の中に胃酸が多くなります。胃酸が多くなると、胃の運動が正常でなくなったり、消化が悪くなったりして、様々な胃の症状を起します。

不安もストレスの原因となります。お腹の症状が続くうちに「自分はんではないか」「一生このまま治らないのではないか」などの不安を感じると胃や腸の症状がさらに悪化するという悪循環に陥ります。このような場合は検査や診察を受けて不安を和らげると症状が軽くなることもあります。

胃腸の症状を感じたときはまず、「腹八分、薄味、あっさり、よくかんで」です。またカフェイン（緑茶・紅茶・烏龍茶・コーヒーなど）や脂っこい食べ物、アルコール、タバコも控えめにしましょう。それでも症状が治まらないときや、体重が減る、血便や黒い便が出るときには医療機関を受診しましょう。

（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DOですか

まちの話題

成人男性 風しん抗体検査・予防接種を受けましょう

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 ▶ 桶川市に住民登録のある昭和37年4月2日～昭和54年4月1日生まれの男性

実施期間 ▶ 令和7年3月31日まで

- ※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、無料クーポン券がない人は、健康増進課へ問合せてください。

〈広告〉

土地・建物の登記

相続：売買：贈与：抵当権設定・抹消等の登記手続き及び遺言書の作成手続等
相続登記の義務化が法改正されました

(土・日・祭日も在宅時対応 OK)

熊井司法書士事務所

司法書士 熊井道明

〒363-0014 桶川市神明2-2-10
TEL 048-775-4472 (Fax も同じ)

認知症・介護のことなら

「愛の家」にご相談ください
いつでもご見学いただけます!

愛の家 グループホーム 桶川

桶川市朝日2-10-15 048-778-6603