



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	3月8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> 3月5日(火) 4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> 3月11日(月) 4月8日(月)	保健センター		
1歳6か月児健診 (個別通知あり)	3月27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)	3月15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)	3月25日(月) 4月22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

※総合福祉センターのエレベーターは、改修工事のため、3月上旬頃まで利用できません。
 ※ベビーカー置き場は、1階の老人福祉センター入り口右側のスペースをご利用ください。

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11日(木) 14:00~16:00	保健センター	4月4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15日(月) 13:30~16:00		4月8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6日(土) 10:00~12:00	保健センター	3月29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
	5月11日(土) 10:00~12:00		5月2日(木)まで		

(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
3p お立ち寄り健康相談	3月12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	3月21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。

4/1
から

定期高齢者肺炎球菌予防接種の対象者が変わります



詳しくは☎健康増進課 ☎ 786-1855

定期高齢者肺炎球菌予防接種は、より多くの方が予防接種を受けられるよう、経過措置として70歳から100歳までの節目の年齢の方も対象者としていましたが、令和6年4月1日から変わります。

令和5年度(3/31まで)の対象者

- ・65歳、70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、100歳
- ・60～64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



令和6年度(4/1から)の対象者

- ・満65歳
- ・60歳以上65歳未満で、一定の条件を満たす身体障害者手帳1級の人

令和5年度(3/31まで)の対象者は接種し忘れにご注意ください※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
(※今までに一度も肺炎球菌の予防接種をしていない人)

- 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▶3月31日(日)まで

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、健康増進課へお問い合わせください。

肺炎球菌による肺炎や中耳炎、副鼻腔炎などを予防するワクチンです。



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、健康増進課へお問い合わせください。

3月1日～7日は子ども予防接種週間です

詳しくは☎健康増進課
☎ 786-1855

4月から始まる新たな集団生活に備えて、予防接種を受けましょう。市内には、18時以降や土・日に接種できる医療機関があります。

※持病のある人は、主治医に相談のうえ、申し込みください。

健康増進課へ。
申込み▶3月4日(月)午前9時から3月15日(金)午後5時までに、電話(☎786・1855)または直接、健康増進課へ。

ウォーキング部会
主催▶桶川市健康づくり市民会議
ウォーキング部会

費用▶100円(保険代※当日集金)
持ち物▶飲み物、雨具、ウォーキングに適した服装、履きなれた靴

定員▶30人【先着順】
対象▶市内在住の人
ところ▶北本市子供公園方面
解散予定(小雨決行)

とき▶3月24日(日)午前8時30分
城山公園管理事務所前集合、正午頃

Let'sトライウォーキング
(お花見ウォーキング)



麻しん風しん混合 (MR) の接種はお済みですか

小学校就学前年度のお子さんが対象です

詳しくは☎健康増進課 ☎ 786-1855

予防接種のタイミングは、感染症にかかりやすい年齢をもとに決められています。麻しん風しん第2期の接種期限は、**令和6年3月末日まで**です。

規定の接種期間を過ぎた場合、費用は**有料**（11,000円程度）となります。

麻しん風しん混合 (MR) 第2期 小学校就学前年度のお子さん（平成29年4月2日～平成30年4月1日生）

母子健康手帳を確認し、済ませてない予防接種がある場合は、体調の良い時に早めに受けましょう。「済ませているか不明」「予診票がない」「受ける順番がわからない」など、問合せは、健康増進課へ。

がん検診の結果が「要精密検査」の人へ

詳しくは☎健康増進課 ☎ 786-1855

がん検診の結果が「要精密検査」であるのに、「たまたまだろう」「自分は大丈夫」と勝手に判断していませんか？ 自覚症状が出てからでは、取り返しがつかない場合もあります。早急に医療機関を受診しましょう。

該当する診療科

- 肺 ▶ 呼吸器内科
- 循環器 ▶ 内科・循環器科
- 胃・大腸 ▶ 消化器内科
- 子宮 ▶ 婦人科
- 乳 ▶ 乳腺科

該当する診療科に心当たりがない人は、インターネットで「埼玉県医療機能情報提供システム」を活用してください。



「異常なし」の人は、定期的ながん検診を受診することが大切です。令和6年度の集団がん検診申込書は、広報6月号と同時に配布します。

健康づくり 幸せづくり

CKD(慢性腎臓病)

腎臓は老廃物や毒素を尿から体の外に出すという大切な働きをしていますが、この他にも血圧の調節や骨を丈夫にする、貧血にならないようにするといった役割もついています。

CKDは腎臓の働きがゆっくりと悪くなる病気を指し、慢性腎臓病ともいいます。いったん腎臓の働き(機能)が悪くなると元には戻らず、また、悪くなっても本来の機能の10%くらいに落ちてしまうまでは症状がほとんどないため気づかれにくいという特徴もあります。腎機能が10%以下になると全身がむくんだり、だるくなったり血圧が高くなるなどの症状があらわれ命の危険にもつながります。

現在はこのような腎不全になっても「透析」という人工腎臓のような装置を使うことができるので命の危険はありません。しかし、血液透析の場合、1回4時間、週3回の治療を一生受けなければいけません。これは本人にとっては大きな負担です。またその手前の

段階のCKDでも心臓に悪い影響を与えてしまいます。

全世界で慢性腎臓病が増えており、今後も増えることがわかったことから2002年にCKDという言葉が作られました。CKDは慢性腎臓病の英語の略語ですが、こちらの方が覚えやすいというわけです。我が国でもCKDという言葉がよく聞かれるようになりました。特に透析治療は医療費がとてかかるため国が本気になって対策に乗り出しています。

CKDは尿検査でタンパクが検出されるか、血液検査で腎臓の働きが落ちていないかを調べることで診断されます。日本では成人の7人に1人がCKDとされています。そのほとんどが軽症ですがなるべく早く治療を始めることが将来の腎機能悪化予防の唯一の方法です。ちなみにCKDの原因の代表的なものが糖尿病で、高血圧によるものも増加しています。検診などで指摘された場合には決して放置せずなるべく早くかかりつけ医に相談することを強くお勧めします。CKDという言葉、覚えおいてください！

（一）社 桶川北本伊奈地区医師会