

## ■からだうれしい食事教室

### ①めざせ、血液サラサラ！

コレステロールや中性脂肪が気になる方など、動脈硬化を予防するための食生活について。

日時…3月1日(金)午前10時～11時30分  
会場…南公民館 対象…市内在住の20歳以上 定員…先着25人

### ②丈夫な骨をいつまでも

骨密度が気になる方など、骨粗しょう症を予防するための食生活について。

日時…3月7日(木)午前10時～11時30分  
対象…市内在住の20歳以上 定員…先着25人

### ①②の申し込み

2月1日(金)午前10時から電話で地域保健担当。

## ■よい食生活をすすめるための調理実習

川越市食生活改善推進員協議会主催。

日程・会場…3月4日(月)・13日(水)＝北公民館 ▶6日(水)・8日(金)＝総合保健センター ▶7日(木)＝大東市民センター ▶12日(水)・14日(金)＝中央公民館 ▶13日(水)＝高階市民センター 時間…午前10時～正午 対象…市内在住の20歳以上 定員…各10人(抽選) 経費…各600円 申し込み…催し名・会場・希望日・住所・氏名・電話番号を、2月15日(金)(必着)までに往復ハガキで健康づくり支援担当



■ひきこもり公開講座  
「取材から知ったひきこもりの心と家族へのメッセージ」  
講師は、青年期ひきこもりの当事者や家族に長期的なインタビューを行い著書に記している、ルポライター・杉山春さんです。親との関係を見直していくためにはどうしたらいいかを一緒に考えてみませんか。

### ■ひきこもり公開講座

日時…3月15日(金)午後1時30分～3時30分 会場…保健所 対象…市内在住・在勤で青年期ひきこもりに関心のある方 定員…先着50人 申し込み…2月1日(金)午前9時から電話・ファクスで保健予防課 ☎227-5102 ☎227-5108

日時…3月15日(金)午後1時30分～3時30分 会場…保健所 対象…市内在住・在勤で青年期ひきこもりに関心のある方 定員…先着50人 申し込み…2月1日(金)午前9時から電話・ファクスで保健予防課 ☎227-5102 ☎227-5108

日時…3月15日(金)午後1時30分～3時30分 会場…保健所 対象…市内在住・在勤で青年期ひきこもりに関心のある方 定員…先着50人 申し込み…2月1日(金)午前9時から電話・ファクスで保健予防課 ☎227-5102 ☎227-5108

### ■委託医療機関の追加

●立医院(今成3丁目13-21) ☎223-0393

風しん抗体検査を実施。

問い合わせ…予防接種担当

### ■委託医療機関の休診

●高浜産婦人科医院(藤間72-1) ☎242-4636

年度内の予防接種および風しん抗体検査は実施しません。

問い合わせ…予防接種担当

## 風しん抗体検査費用の助成対象を拡大しました

予防接種担当 ☎229-4123

妊娠している女性が風しんにかかると、先天性風しん症候群という病気により、障害を持った赤ちゃんが生まれるという報告があります。これまでは、妊娠を希望する女性とパートナーを助成の対象としていましたが、抗体価が低い妊婦の配偶者や同居者等も対象になりました。先天性風しん症候群を防止するためにも、風しんの抗体検査を受け、自分の抗体価を調べましょう。助成対象等について詳しくは、市ホームページをご確認いただくか、お尋ねください。

## 忘れていませんか？ 予防接種

予防接種担当 ☎229-4123

お子さんに必要な予防接種はお済みですか。予防接種は、感染症予防に有効な方法です。母子健康手帳と健康づくりスケジュールで確認して、受けていないものがあれば、市の委託医療機関で受けるようにしましょう。また、決められた対象年齢を過ぎてしまうと、接種費用が全額自己負担となります。

### 麻しん風しん(第2期)

3月31日(日)まで、1回のみ無料で接種できます。

対象…平成24年4月2日～同25年4月1日生まれの方

\*対象の方には、昨年4月に個別通知を発送しています。

### ジフテリア・破傷風(第2期)

1回のみ無料で接種できます。

対象…11歳以上13歳未満

\*平成18年4月2日～同19年4月1日生まれの方には、昨年4月に個別通知を発送しています。

### 日本脳炎(第1期)

初回接種が2回終了した後、おおむね1年後に1回追加接種をしてください。

対象…3歳以上7歳6か月未満

\*平成19年4月1日までに生まれた方は、20歳に達する前までに第1期・第2期を無料で接種できます。また、平成19年4月2日から同21年10月1日までに生まれた方は、第1期末接種分を9歳以上13歳未満の間に無料で接種できます。詳しくはお尋ねください。

### その他の予防接種

健康づくりスケジュールをご確認ください。



## 平成30年度 高齢者肺炎球菌ワクチン(定期接種)

～助成期間は3月31日(日)まで～

予防接種担当 ☎229-4123

同ワクチンの接種を受けることは、肺炎の予防に有効な方法です。対象の方で接種を希望する場合は、市の委託医療機関に予約の上、「説明書」と「予診票」の内容を確認し、接種を受けてください。自己負担額は5,000円です。市内で接種する場合、「説明書」と「予診票」は各委託医療機関に置いてあるため、事前に入手する必要はありません。市外で接種する場合は、健康管理課(総合保健センター1階)・市民課(本庁舎1階)・市民センター・南連絡所・証明センターで配布している「説明書」と「予診票」を事前に入手してください。

対象…市に住民登録があり、平成30年4月1日から同31年3月31日までに、65歳・70歳・75歳・80歳・85歳・90歳・95歳・100歳に達する方(過去に同ワクチンの接種を受けた方は対象外です)

\*対象の方には、昨年5月下旬にお知らせを発送しています。

\*費用助成が受けられるのは、3月31日(日)までに接種した場合に限られます。なお、定期接種の対象となるのは今年度限りで、生涯1回です。5年後に再び対象となることはありませんのでご注意ください。

\*対象者や委託医療機関などについて詳しくは「健康づくりスケジュール」をご確認ください。

\*市外の委託医療機関は健康づくりスケジュールに記載がありません。市外で接種を希望する場合は、事前にお尋ねください。

\*75歳以上で定期接種の対象とならない方でも、同ワクチンの任意接種の費用助成を受けられる場合があります。詳しくはお尋ねください。

# 保健・健康

\*身体的理由などにより電話での申し込みが難しい場合は、ご相談ください。  
\*手話通訳が必要な方は、参加希望事業名・氏名・ファクス番号をご連絡ください。  
\*会場=総合保健センター・経費=無料の場合は、記載を省略しています。

川越市保健所・総合保健センター 〒350-1104小ヶ谷817-1

■川越市保健所	☎227-5101(代表)	☎224-2261
■総合保健センター	☎224-8611(代表)	☎225-1291
健康づくり支援課	健康づくり支援担当	☎229-4121
	地域保健担当	☎229-4125
健康管理課	管理給付担当	☎229-4124
	予防接種担当	☎229-4123
	成人健診担当	☎229-4126



- 2月の乳幼児相談 健康づくりスケジュールで日程・会場を確認し、母子健康手帳を持って当日直接会場にお越しください。
- 2月の乳幼児健診 4か月児・1歳6か月児・3歳3か月児に通知。通知が届かない、日程を変更する、受診しない場合は、必ずご連絡ください。

## ■育児教室

### ①はじめまして離乳食教室

離乳食を始める目安や進め方について。  
日時…2月20日(水)午前10時～11時30分  
(受け付けは午前9時45分から) 対象…  
おおむね4～6か月の子と保護者 持ち物…  
母子健康手帳

### ②もぐもぐ離乳食教室

離乳食の情報交換や2・3回食の進め方、  
お口のケアなどについて。  
日時…2月21日(木)午前10時～11時30分  
(受け付けは午前9時45分から) 対象…  
おおむね7～11か月の子と保護者 持ち物…  
母子健康手帳

### ①②の申し込み

催し名・住所・子の氏名・生年月日・電  
話番号を、2月15日(金)までに電話で地域  
保健担当。申し込みをした方は、当日直接  
会場。

### ■プレ・パママスクール

夫婦で一緒に育児・栄養・歯科等を学び  
ます。受講は1回限り。動きやすい服装で。  
日時…3月9日(土)午前9時～午後0時30分  
(受け付けは午前8時50分から) 対象…  
妊娠5か月以上で経過良好な初妊婦と夫  
定員…20組(抽選) 持ち物…母子健康手  
帳・飲み物 申し込み…催し名・住所・氏  
名・電話番号・出産予定日を、2月15日  
(金)までに電話・ファクスで地域保健担当  
☎229-4125☎225-1291。申し込み  
をした方は、当日直接会場。外れた方には、  
2月22日(金)までに連絡

## ■産前産後のたまごサロン

### (産前・産後サポート事業)

妊娠中から夫婦で出産と子育てのイメ  
ージを描き、地域につながりをつくりま  
す。テーマは「夫婦で聴こう！母乳の不思議」。

日時…2月24日(日)午前10時～正午 会場  
…大東市民センター 対象…市内在住の初  
妊婦と夫、おおむね生後3か月までの子(第  
1子)を持つ夫婦 定員…15組(抽選) 申  
し込み…2月19日(水)までに電話で NPO  
法人川越子育てネットワーク ☎080-  
9779-8181 (午前9時～午後5時) 問  
い合わせ…地域保健担当

### ■赤ちゃん広場

情報交換と仲間づくり。当日直接会場。  
参加は1回限り。NPO 法人川越子育てネ  
ットワークと共催。

日時…3月4日(月)午前10時～11時30分  
対象…平成30年9～11月生まれの子と親  
問い合わせ…地域保健担当

### ■2歳児親子歯科健診

歯科健診、ブラッシング指導、フッ素塗  
布(希望制)、おやつについての講話。

日時…3月7日(木)午後1時～(受付時間は  
後日通知) 対象…平成28年8月～同29  
年2月生まれの子と保護者1人 定員…40  
組(抽選) 申し込み…催し名・住所・子  
の氏名・生年月日・電話番号・保護者の歯科  
健診希望の有無を、2月15日(金)(必着)ま  
でに往復ハガキで健康づくり支援担当(市  
ホームページからも可)

## ■妊産婦歯科健診

日時…3月18日(月)午後1時20分～(受付  
時間は後日通知) 対象…妊娠5か月以上  
の妊婦と産後1年未満の産婦 定員…20  
人(抽選) 申し込み…催し名・住所・氏名・  
電話番号・出産(予定)日・託児希望の有無  
(希望の場合は月齢)を、2月15日(金)(必着)  
までに往復ハガキで健康づくり支援担当  
(市ホームページからも可)

## ■埼玉県コパトン健康マイレージ

### 参加者限定 ウオーキング講習会

正しいウオーキングに関する講話、実技、  
バランスのよい食事に関する講話。動きや  
すい服装・靴で。

日時…3月17日(日)午前10時～正午(受け  
付けは午前9時30分から) 会場…ウェスタ  
川越 多目的ホール 対象…市内在住で埼玉  
県コパトン健康マイレージに参加している  
方 定員…先着100人 持ち物…タオル・  
飲み物 申し込み…催し名・住所・氏名・  
性別・生年月日・電話番号を、2月4日(月)  
午前10時から電話・ファクスで健康づく  
り支援担当 ☎229-4121☎225-1291

## ■ときも体力測定会

理学療法士による体力測定会。認知機能・  
柔軟性・バランス能力・体組成測定など。  
当日直接会場。動きやすい服装で。

日時…2月20日(水)午後2時～4時 対象…  
市内在住のおおむね65歳以上 定員…先  
着100人程度 持ち物…タオル・飲み物・  
室内履き・老眼鏡(必要な方) 問い合せ  
…地域保健担当

## ■たのしい食育

### ～子どものバランス弁当作り～

幼児向けのお弁当作りを体験。調理中は  
別室で託児あり(10人まで)。地域活動栄  
養士 PFC の会と共催。

日時…3月13日(水)午前10時～正午(受け  
付けは午前9時45分から) 対象…2歳6か月  
以上の未就学児を持つ保護者 定員…16人  
(抽選) 経費…350円 申し込み…2月1日  
(金)午前10時から22日(金)までに電話で健康  
づくり支援担当

## 特定不妊治療支援事業・早期不妊検査費助成事業・不育症検査費助成事業に関するお知らせ

～助成金の申請期限は、3月29日(金)まで～

管理給付担当

医療保険の適用とならない特定不妊治療(体外受精・顕微授精)、男性不妊治療、不妊検査および不育症検査を受けた夫婦を対象に、治療費や検査費の一部を助成しています。平成30年4月1日から同31年3月31日までに終了する治療および検査については、3月29日(金)までに申請が必要です。申請期限に間に合わない方は、必ず管理給付担当に連絡をしてください。申請方法等について詳しくは、お尋ねください。