

ちっちな笑顔



藤原伴禮くん
(11か月／岸町三丁目)
みてみて〜メタルもらったよ☆



小山市力輝くん
(1歳／ハツ島)
大き〜育ちます



斉木健太くん
(2歳5か月／砂)



桜井浩吾ちゃん
(1歳3か月／砂)
お友達になつてネ。

成人

●成人健康相談

身長・体重・体脂肪・血圧測定、尿検査、健康相談、介護相談。保健師が相談に応じます。当日直接会場。

日時…6月8日(木)、午前10時～11時
会場…高階公民館 対象…市内在住の成人 持ち物…健康手帳 問い合わせ…総合保健センター成人保健係

●手軽に健康チェック

身長・体重・体脂肪・血圧測定、尿検査、健康相談。当日直接会場。

日時…6月12日(月)、午前10時～11時
対象…市内在住の成人 持ち物…健康手帳 問い合わせ…総合保健センター成人保健係

●石綿(アスベスト)健康被害救済給付

石綿(アスベスト)健康被害救済給付申請の受け付けを開始しました。問い合わせ…総合保健センター成人保健係

●7月の成人歯科健診

日時…7月9日(日)、午後1時～3時 会場…予防歯科センター(三久保町18-3) 対象…市内在住の30歳以上 定員…20人(抽せん) 申し込み…ハガキに健診名・住所・郵便番号・氏名・生年月日・電話番号を明記し、6月22日(必着)までに総合保健センター健康増進係



●運動教室の参加者募集

自分の体力を確認してから、自分に合った運動を始めましょう。

①健康づくり運動教室

日程	内容
6月20日(火)	体力テスト
6月27日(火)	個別相談
7月3日(月)	トレーニング開始(1年間)

時間…午前9時30分～正午 対象…①市内在住の18歳以上で健康診査などの結果が要指導②高脂血症・糖尿病などの

生活習慣病を治療中で医師から運動を勧められている③体力テストを受ける前(3か月以内)に医師から「各種運動機器を用いた運動負荷が可能」と診断を受けている④体力テスト実施日にその診断書を持参できる、①～④のすべてに該当する方(医療機関で投薬・治療中の方はご相談ください) 定員…先着20人 申し込み…6月1日(木)、午前10時から電話で総合保健センター健康増進係

②リラックス体操

ヨガを取り入れたリラクゼーション。日時…6月21日(水)・28日(水)、午後1時30分～3時 対象…市内在住の成人で他の運動事業に参加していない方 定員…25人(抽せん) 申し込み…往復ハガキに教室名・希望日(ハガキ1枚につき1日)・住所・郵便番号・氏名・年齢・電話番号を明記し、6月5日(月)(消印有効)までに総合保健センター健康増進係

●健康市民大学講座 第1回公開講座 身体と心のリフレッシュ ～みんなで楽しく健康運動～

講師…順天堂大学講師・高村美奈子さん 日時…6月22日(木)、午後1時30分～3時30分 対象…市内在住の成人 定員…先着100人 申し込み…6月2日(金)、午前10時から電話で総合保健センター健康増進係

●個別成人健(検)診

7月1日(土)～11月30日(木)に実施。委託医療機関など、詳しくは健康スケジュールおよび市のホームページをご覧ください。

■基本健康診査(40歳以上)

身体計測、血圧、尿・血液検査、胸部X線など。対象者には、肝炎ウイルス検診。50歳以上の男性で希望者には、前立腺がん検診。

経費…無料(肝炎ウイルス検診は700円。前立腺がん検診は600円) 受診方法…事前に受診の日時などを委託医療機関に確認し、受診日に住所・氏名・生年月日が確認できる物(健康保険証・運転免許証など)を持って、直接医療機関(食事をとらずに受診してください)

■大腸がん検診(40歳以上)

便潜血反応検査。必要に応じて直腸指診。

経費…300円 受診方法…基本健康診査と同時に受診する方は、受診先の窓口。それ以外の方は、総合保健センターにハガキで申し込み

■子宮がん検診(20歳以上)

経費…内診・視診・けい部細胞診=1,000円▶体部細胞診=700円(50歳以上の希望者のみ) 受診方法…事前に受診の日時などを委託医療機関に確認し、受診日に住所・氏名・生年月日が確認できる物(健康保険証・運転免許証など)を持って、直接医療機関 *70歳以上・市米税非課税世帯・生活保護世帯の方は無料です。6月12日(月)以降、受診前に成人健診係にご連絡ください(無料受診券を発行します)。

問い合わせ…総合保健センター成人健診係

●第5回健康フォーラム

川越市医師会・川越市共催。テーマは「腰背部痛について」。パネリストは、川越市医師会、高山泰雄さん・小室万里さん・小原康史さん・熊谷振作さん・上里忠彦さん。手話通訳あり。当日直接会場。日時…6月10日(土)、午後2時～4時(開場=午後1時30分) 会場…川越プリンスホテル(新富町1丁目) 対象…市内在住の成人 定員…先着600人 問い合わせ…川越市医師会・TEL222-0794

オレンジの会 (精神保健福祉家族教室OB会)

これまでの精神保健福祉家族教室に参加した方を対象に開催します。日ごろ感じていることなどをグループで話し合ってみませんか?

日時…6月5日(月)、午後1時30分～ 会場…保健所

問い合わせ…保健予防課精神保健係・TEL227-5102

けんこう

川越市保健所総合保健センター(〒350-1104小ヶ谷817-1)
TEL224-8611(代表)・FAX225-1291(共通)
母子保健係 TEL229-4125
成人保健係 TEL229-4124
成人健診係 TEL229-4126
健康増進係 TEL229-4121

- * 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、あらかじめ総合保健センターにご相談ください。
- * 手話通訳が必要な方は、参加希望事業名・氏名・ファクス番号を記入のうえ、ファクスでご連絡ください。
- * もしも健康相談
TEL224-0712(妊娠・出産・育児・子どもの健康)
TEL224-5263(大人の健康)
受付時間 午前9時～正午・午後1時～4時
(土・日曜日、祝日、休日を除く)
- * 会場について、特に明記がない場合は、総合保健センターが会場です。

母子 問い合わせ…母子保健係

●6月の乳幼児相談・母乳育児相談

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。

●6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。通知が届かない場合や受診しない場合は、ご連絡ください。

●マタニティスクール(3回コース)

日時…6月7日(水)・19日(月)・7月5日(水)、午前9時15分～11時30分 対象…妊娠5か月以上の経過良好な初妊婦(「プレバママスクール」受講者を除く) 持ち物…母子健康手帳・筆記用具 申し込み…6月7日(水)、午前9時に直接会場

●6月のマタニティー体操

妊婦体操・呼吸法などの実習。ズボン着用の上、当日直接会場。

日時…6月12日(月)、午前10時～11時30分(受け付け=午前9時45分) 対象…妊娠6か月以上で、医師から運動制限の指示がない妊婦 持ち物…母子健康手帳

●7月のマタニティークッキング

～30分で3品! ヘルシークッキング～
日時…7月11日(火)、午前10時～11時30分 対象…妊娠5か月以上 定員…20人 持ち物…母子健康手帳・エプロン 申し込み…ハガキに教室名・住所・氏名・電話番号・出産予定日を明記し、6月16日(金)までに総合保健センター母子保健係。申し込みをした方は、当日直接会場。定員を超えた場合は抽せん。外れた方には連絡します

●7月のプレ・バママスクール

夫婦でいっしょに、妊娠中の生活や育児について学ぶ半日コース。受講は1回限り。

日時…7月22日(土)、午前9時30分～11時30分(受け付け=午前9時15分) 対象…妊娠5か月以上の第1子出産予定の夫婦(「マタニティスクール」受講者を除く) 持ち物…母子健康手帳・筆記用具 申し込み…ハガキに教室名・住

所・夫婦の氏名・電話番号・出産予定日を明記し、6月16日(金)(必着)までに総合保健センター母子保健係

●7月の2歳児親子歯科健診

日時…7月20日(木)、午後1時～(受付時間は後日通知) 対象…平成16年1月～6月生まれの子と保護者1人 定員…45組(抽せん) 申し込み…往復ハガキに健診名・住所・子どもの氏名・生年月日・電話番号・保護者の歯科健診希望の有無を明記し、6月16日(金)(必着)までに総合保健センター母子保健係

●7月の妊婦歯科健診

日時…7月27日(木)、午後1時20分～(受付時間は後日通知) 対象…妊娠5か月以上 定員…20人(抽せん) 申し込み…往復ハガキに健診名・住所・氏名・生年月日・電話番号・出産予定日を明記し、6月16日(金)(必着)までに総合保健センター母子保健係

●育児教室・親子の広場

①7月の離乳食教室(初期)

離乳食初期の進め方。受講は1回限り。
日時…7月21日(金)、午前10時～11時30分(受け付け=午前9時45分) 対象…離乳準備期～初期の子と保護者 定員…40組 持ち物…母子健康手帳・離乳食用スプーン

②7月の離乳食教室(中期)

離乳食の情報交換や、2回食などについて。受講は1回限り。

日時…7月12日(水)、午前10時～11時

30分(受け付け=午前9時45分) 対象…離乳中期の子と保護者 定員…40組 持ち物…母子健康手帳・離乳食用スプーン

③7月のおやつと歯みがき教室

～枝豆のおやつ～

日時…7月13日(木)、午前10時～11時45分(受け付け=午前9時45分) 対象…2歳6か月～4歳未満の子と保護者 定員…20組 持ち物…母子健康手帳・タオル・歯ブラシ

①～③の申し込み方法

ハガキに教室名、住所・子どもの氏名・生年月日・電話番号を明記し、6月16日(金)(必着)までに総合保健センター母子保健係。申し込みをした方は、当日直接会場。定員を超えた場合は抽せん。外れた方には連絡します。

●ひよこサロン(小さく生まれた子どもを持つ親の会)

情報交換、保育士と手遊びなど。

日時…6月16日・7月21日・8月18日・9月15日、金曜日、午前10時～正午 対象…小さく生まれた子と親

歯ッピーフェスティバル2006

当日直接会場。

日時…6月4日(日)、正午～午後3時 問い合わせ…総合保健センター健康増進係・TEL229-4121

妊娠・出産の訪問サービス

①保健推進員による妊婦訪問

保健推進員が妊婦の家庭を訪問し、市の事業の案内や安心して妊娠中の生活や出産ができるように支援しています。保健推進員は市長から委嘱され、地域での健康づくり活動を推進しています。

②助産師による新生児訪問指導

生後2か月までに助産師が訪問し、赤ちゃんとお母さんの健康状態や育児について相談に応じます。

*保健推進員・助産師は身分証明書を持参しています。ご確認ください。

問い合わせ…総合保健センター母子保健係・TEL229-4123