

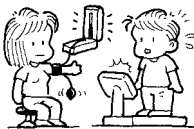
成人

●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…10月17日(火)、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

●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・在宅介護支援センター職員が、相談に応じます。当日直接会場。

日時…10月12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

●潰瘍性大腸炎・クローン病患者家族のつらい

同じ病気で療養している皆さんと、情報交換をしてみませんか？

日時…10月21日(土)、午後2時～4時

対象…市内在住 申し込み…10月2日(月)、午前10時から電話で総合保健センター成人保健係

●脊髄小脳変性症患者家族のつらい

同じ病気で療養している方や家族の、情報交換の場。

日時…11月15日(水)、午後2時～4時

対象…市内在住 申し込み…10月2日(月)、午前10時から電話で総合保健センター成人保健係

●健康市民大学講座 第4回公開講座 けんこう劇場 ～健康づくりはひとりひとりが主役です～

講師…埼玉県立大学・曾田みゆきさん

日時…10月17日(火)、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…10月2日(月)、午前10時から電話で総合保健センター健康増進係

●運動教室の参加者募集

①健康づくり運動教室

日程	内容
10月24日(火)	体力テスト
10月31日(火)	個別相談
11月6日(月)	トレーニング開始(1年間)

時間…午前9時30分～正午(トレーニングは別途通知) 対象…市内在住の18歳以上

持ち物…体力テスト実施前3か月以内の健康診査の結果が、異常なしまは要指導などの方は健康診査の結果▶要精密検査または要治療などの方は健康診査の結果と医師の診断書(各種運動器具を用いた運動負荷が可能と診断を

受けている、3か月以内のもの) 定員…先着20人 申し込み…10月3日(火)、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…10月18日(水)、午後1時30分～3時

対象…市内在住で他の運動事業に参加していない成人

③ヘルスアップ教室(健康づくり教室)

より健康になるために。リズム体操を中心に、食生活・栄養・歯科保健について学びます。

日時…10月26日～来年2月1日、木曜日(全10回)、午前10時～11時30分

対象…市内在住で、現在ほかの運動事業に参加していない、65歳未満の成人

②③の定員…各25人(抽せん) ②③の申し込み…往復ハガキに、教室名・住所・氏名・年齢・電話番号を明記し、10月5日(木)(消印有効)までに総合保健センター健康増進係

●11月の成人歯科健診
日時…11月19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・氏名・生年月日・電話番号を明記し、10月20日(金)(必着)までに総合保健センター健康増進係

●平成18年度施設健(検)診について

総合保健センターで実施する施設健(検)診のうち、「総合健康診査」「スマイル健康診査」「総合がん検診」「40歳以上の方のレディース検診」は、11月

●平成18年度施設健(検)診について

総合保健センターで実施する施設健(検)診のうち、「総合健康診査」「スマイル健康診査」「総合がん検診」「40歳以上の方のレディース検診」は、11月

未までの予定日がすべて定員に達しましたので、受け付けを終了します。

なお、12月以降の健(検)診申し込みについては、11月1日(水)到着のハガキから先着順に受け付けます。詳しくは、「健康づくりスケジュール」または市のホームページをご覧ください。

問い合わせ…総合保健センター成人健診係

●個別検診委託医療機関の変更

11月30日(木)までに行っている、個別検診の委託医療機関についてお知らせします。

基本健康診査の実施再開

■柿沼医院

脇田新町12-16・TEL243-3807

問い合わせ…総合保健センター成人健診係

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

日時・会場…10月11日(水)=総合保健センター▶13日(金)=中央公民館▶27日(金)=高階公民館、午前10時～正午

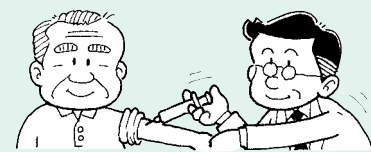
対象…市内在住の成人 定員…各10人(抽せん) 経費…各500円

申し込み…ハガキに教室名と希望日、氏名・電話番号を明記し、10月4日(水)(必着)までに総合保健センター健康増進係

問い合わせ…同協議会・栗原民子・TEL231-1945(午後6時以降)

高齢者インフルエンザ予防接種を実施します

今年度もインフルエンザの流行に備え、予防接種を行います。接種する際は、あらかじめ各医療機関に電話で予約をください。また、接種当日は保険証を持参してください。



期間…10月14日(土)～来年1月31日(水) 対象…市内に住居登録があり、次のいずれかに該当する方①接種当日65歳以上②心臓・腎臓・呼吸器の機能などに極度の障害がある、接種当日60歳～64歳

接種場所…市内委託医療機関 接種回数…期間内に1回 経費…1,000円(生活保護受給者は無料、受給証を持参)

問い合わせ…総合保健センター母子保健係(Tel229-4123)、または市内委託医療機関

臨時職員(保健師)を募集します

詳しくは、お尋ねください。

勤務内容…乳幼児健診・相談業務など 対象…保健師の資格を持つ50歳ぐらいまでの方 申し込み…10月13日(金)までに、電話で総合保健センター母子保健係

問い合わせ…総合保健センター母子保健係・TEL229-4125

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、祝日を除く)

* 川越市不妊専門相談センター (鴨田・埼玉医科大学総合医療センター内)

医師による面接相談です (予約電話=TEL228-3410)

* 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

●10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。

●10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…10月13日(金)・27日(金)・11月10日(金)、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 (「プレパママスクール」受講者を除く) 持ち物…母子健康手帳・筆記用具 申し込み…10月13日(金)、午前9時に直接会場

●10月のマタニティ体操

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…10月6日(金)、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

●11月の2歳児親子歯科健診

日時…11月13日(月)、午後1時～ (受付

時間は後日通知) 対象…平成16年5月～10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、10月13日(金) (必着) までに総合保健センター母子保健係

●11月のプレ・パママスクール

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…11月18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) 定員…20組 (抽せん) 持ち物…母子健康手帳・筆記用具 申し込み…往復ハガキに教室名・住所・夫婦の氏名・電話番号・出産予定日を明記し、10月13日(金) (必着) までに総合保健センター母子保健係

●11月の妊婦歯科健診

日時…11月27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 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、10月13日(金) (必着) までに総合保健センター母子保健係

●11月のマタニティクッキング

～30分で3品! ヘルシークッキング～ 日時…11月28日(火)、午前10時～11時30分 対象…妊娠5か月以上 定員…20人 (抽せん) 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、10月13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。外れた方には連絡します

●育児教室・親子の広場

①11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…11月17日(金)、午前10時～11時30分 (受け付け=午前9時45分) 対象…離乳初期の子と保護者 定員…40組 (抽せん) 持ち物…母子健康手帳・離乳食用スプーン

②11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…11月20日(月)、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 (抽せん) 持ち物…母子健康手帳・離乳食用スプーン

③11月のおやつと歯みがき教室

～りんごのおやつ～

日時…11月14日(火)、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 (抽せん) 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、10月13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。外れた方には連絡します

●11月の赤ちゃん広場

子育てネットワーク・総合保健センター共催。情報交換と仲間づくり。当日直接会場。

日時…11月6日(月)、午前10時～正午 対象…5か月くらいまでの子と保護者

長期療養児等育児支援講演会 「アレルギーがあっても元気に楽しい子育て」

アトピック地球の子ネットワーク事務局長・赤城智美さんの講演。当日直接会場。託児あり (先着30人)。託児の申し込みは、10月2日(月)～13日(金)、午前10時～午後5時に電話で総合保健センター母子保健係。

日時…10月21日(土)、午後1時30分～3時 対象…アレルギーを持つ子どもがいる保護者など

問い合わせ…総合保健センター母子保健係・TEL229-4125

多胎児を持つ親の会 (ハッピーエンジェル)

妊娠中の方歓迎。託児あり。

日時…10月12日(木)・26日(木)・11月9日(木)・30日(木)・12月14日(木)・25日(月)、午前10時～11時30分 対象…多胎児を持つ親

問い合わせ…総合保健センター母子保健係・TEL229-4125