

●子宮頸がん予防ワクチン段階的接種再開  
ワクチンの供給量不足のため、初回接種を差し控えていた方のうち、今年度高校2年生に相当する年齢の方に対する接種を、6月10日から再開しました。

その他の方は、ワクチンの必要な供給量が確保されたい順次再開予定です。詳しくはお尋ねください。

問い合わせ…予防接種担当

●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。

②丈夫な骨をいつまでも

骨密度が気になる方など、カルシウムをアップさせる食生活について。

日時・会場…①7月15日(金)、午前10時～11時30分＝高階市民センター、②8月25日(木)、午前10時～11時30分＝総合保健センター 対象…市内在住の成人 定員…各先着20人 申し込み…7月1日(金)、午前10時から電話で成人保健担当

●ヘルスアップ運動教室

自分に合った効果的な運動習慣を身に付けてみませんか。



日時…オリエンテーション＝7月26日(火)、午前9時30分～正午 運動期間…8月～10月(月4回程度のトレーニング。オリエンテーションで説明) 対象…市内在住の18歳以上 定員…20人(抽選) 申し込み…7月11日(月)までに電話で成人保健担当

●個別予防接種および個別検診委託医療機関の変更

■山田内科医院

川鶴1丁目20-12 ☎231-6999

3月末で閉院のため。

●「ダメ。ゼッタイ。」普及運動

6月20日(月)～7月19日(火)は、「ダメ。ゼッタイ。」普及運動月間です。覚せい剤・大麻・シンナーなどの不正使用はやめましょう。

問い合わせ…保健総務課 ☎227-5101

●健康市民大学講座

食生活と身体のかかわり。手話通訳あり(7月11日(月)までに要予約)。

講師…慶応義塾大学准教授・菅野義彦さん 日時…7月19日(火)、午前10時～11時30分 対象…市内在住の成人 定員…先着100人 申し込み…7月1日(金)、午前10時から電話で健康づくり支援担当(ファクス可)

●精神保健福祉家族教室

統合失調症について、正しい知識や対応のしかたを学ぶ3回コース。

日時…7月29日(金)・8月5日(金)・12日(金)、午後2時～4時 対象…市内在住で統合失調症の方がいる家族 定員…先着30人 申し込み…7月4日(月)、午前9時から電話で保健予防課 ☎227-5102

●飼い主の皆さん守っていますか！

犬や猫などのペットの飼い主と周辺住民のトラブルが、多数寄せられています。その原因のほとんどが、飼い主のモラルやマナーの欠如によるものです。次の事を守って、地域社会とペットの共存に努めましょう。

●犬の放し飼いは禁止(公園や河川敷などでも同様)

●野良猫への無責任な餌やりはやめましょう(無制限な繁殖の原因です)

●ペットの鳴き声やふん尿などで、周辺住民に迷惑をかけないようにしましょう

●避妊・去勢手術等の繁殖制限処置を行い、飼う頭数の適正化に努めましょう

●ペットを責任を持って飼い続けましょう(犬や猫の寿命は10年以上です。適正に飼い続けられるかどうか、ペットを飼う前によく考えましょう)

\*ペットの飼い方についての相談も受け付けています。

問い合わせ…食品・環境衛生課

☎227-5103

●難病医療講演会

～実践!! 自宅のできるリハビリ～

埼玉医科大学の理学療法士による、神経難病患者のためのリハビリの講演。立位や座位での実技中心。



日時…7月25日(月)、午後1時30分～3時30分 対象…神経難病で療養中の方およびその家族など 定員…先着80人 申し込み…7月1日(金)～15日(金)に電話で成人保健担当

●特定疾患医療給付継続申請について

特定疾患医療受給者証の有効期限は、9月30日(金)までです。10月以降も引き続き医療給付を受けるには、継続申請が必要です。詳しくは、個別通知をご覧ください。申請期間…6月23日(木)～8月5日(金)

■出張受け付けを行います

日程・会場…7月29日(金)＝オアシス ▶8月1日(月)＝高階市民センター 時間…午前9時30分～正午▶午後1時～4時

問い合わせ…成人保健担当

●避難者一般健診の実施

東日本大震災および震災に伴う原発事故などにより被災し、市内に避難している方に健康診査を実施します。対象の方には、6月下旬に案内書類を送ります。7月になっても届かない場合は、成人健診課へ連絡してください。

日時…8月5日(金)・9月2日(金)、午前8時30分～正午 定員…各先着50人 申し込み…専用の申込ハガキに必要事項を記入し郵送

暑い夏を乗り切ろう！

～よい食生活をすすめるための調理実習～

日時・会場…7月11日(月)＝北公民館 ▶15日(金)・20日(水)＝総合保健センター ▶21日(木)・28日(木)＝中央公民館 ▶22日(金)＝大東公民館 ▶27日(水)＝高階市民センター、午前10時～正午 対象…市内在住の成人 定員…各10人(抽選) 経費…各600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、7月7日(木)(必着)までに健康づくり支援担当(後日、結果を連絡します) 問い合わせ…川越市食生活改善推進員協議会・米原民子 ☎231-1945(午後6時以降)

ワンストップ相談

～暮らしとこころの総合相談会 in かわこえ～

保健予防課 ☎227-5102

1回の相談で、さまざまな問題の解決策が見つかるよう、弁護士・司法書士・精神保健福祉士・社会福祉士・保健師などの専門家が対応します。暮らしの問題や心の健康について、相談してみませんか。事前に、ヤミ金融被害者団体「夜明けの会」☎048-782-4675へ電話申し込みが必要です。

日時…7月4日(月)、午前11時～午後3時 会場…アトレ6階コミュニケーションルームA 対象…失業・倒産・多重債務などでお困りの方、眠れない・体調がすぐれないなどの心身の健康についての悩みをお持ちの方

# 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。

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
	予防接種担当	☎229-4123
	母子保健担当	☎229-4125
	成人保健担当	☎229-4124
成人健診課		☎229-4126

## がん検診の案内

がんは無症状で進行することが多く、早期発見が大切です。市では各種がん検診を実施しています。詳しくは、出張所・公民館などで配布するチラシか、健康づくりスケジュールをご覧ください。また、市のホームページでも見ることができます。  
 問い合わせ…成人健診課

- 7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。
- 7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。

### ●2歳児親子歯科健診

日時…8月4日(休)、午後1時～(受付時間は後日通知) 対象…平成21年2月～7月生まれの子と保護者1人 定員…40組(抽選) 申し込み…往復ハガキに健診名・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明記し、7月8日(金)(必着)までに母子保健担当

### ●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。受講は1回限り。

日時…8月8日(月)、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か月～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回食などについて。受講は1回限り。

日時…8月9日(火)、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6か月～8か月の子と保護者 持ち物…母子健康手帳・離乳食用スプーン

#### ③おやつと歯みがき教室

～ひんやりおやつ～

親子で一緒におやつ作り、エプロンシアターと歯磨きの練習など。

日時…8月5日(金)、午前10時～11時45分(受け付けは、午前9時45分)

対象…2歳6か月～3歳の子と保護者 定員…20組(抽選) 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

ハガキに催し名・住所・子の氏名・生年月日・電話番号を明記し、①②は7月29日(金)(必着)、③は7月8日(金)(必着)までに母子保健担当。申し込みをした方は、当日直接会場。③で外れた方には、7月15日(金)までに連絡。

### ●ハッピーエンジェル

多胎児を持つ親の会。情報交換と交流の場、妊娠中の方も可。託児有り。

日時…7月13日・8月10日・9月14日・10月12日・11月9日・12月14日、水曜日、午前10時～正午

問い合わせ…母子保健担当

### ●妊婦対象の講座・健診

#### ①マタニティクッキング

～お腹の赤ちゃんすくすくメニュー～  
 妊娠中の食生活の講話とデモンストラーション。受講は1回限り。

日時…8月23日(火)、午前10時～11時30分

分(受け付けは、午前9時45分から) 対象…妊娠5か月以上 持ち物…母子健康手帳 申し込み…ハガキに催し名・住所・氏名・電話番号・出産予定日を明記し、7月8日(金)(必着)までに母子保健担当。申し込みをした方は、当日直接会場

#### ②妊婦歯科健診

日時…8月31日(水)、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(抽選) 申し込み…往復ハガキに催し名・住所・氏名・電話番号・出産予定日を明記し、7月8日(金)(必着)までに母子保健担当

## 日本脳炎第1期定期予防接種のお知らせ

問い合わせ…予防接種担当

平成23年度は、次の対象者に、第1期定期予防接種を受けるように勧めていきます。該当する方は、接種を検討してください。

接種は、市の委託医療機関で無料で実施します。委託医療機関は、健康づくりスケジュールで確認してください。

### 対象者と接種方法

#### ■3歳で、初めて接種する場合

標準的なスケジュールで接種。

#### ■4歳で、3歳のときに第1期2回目の接種が終わっている場合

第1期2回目接種の約1年後に3回目を接種。

#### ■平成23年度に9歳または10歳になり、第1期3回目までの接種を受けていない場合

①第1期を1回も接種していない場合は、1回目を接種後、6～28日の間隔をおいて2回目を接種。約1年後に3回目を接種。

②第1期の1回目を接種済みの場合は、2回目を接種。その後、6日以上の間隔をおいて3回目を接種。

③第1期の1回目・2回目を接種済みの場合は、3回目を接種。

②または③に該当しても、標準的な接種スケジュールの接種間隔をできるだけ守るようにしてください。

なお、平成7年6月1日～平成19年4月1日生まれの方について、決められた接種回数と接種間隔を守れば、4歳以上20歳未満の間で接種を受けることができるようになりました。接種推奨の対象者以外の方が接種を希望する場合は、委託医療機関または予防接種担当にお尋ねください。

### 日本脳炎予防接種の標準的な接種スケジュール

第1期(計3回) …3歳のときに1回目接種。6～28日の間をあけて2回目接種。約1年後、3回目接種  
 第2期(1回) …9歳のときに1回接種



市政にゆうす  
 小江戸いんぷお  
 情報アラカルト  
 市民相談案内  
 施設情報  
 子育て情報館  
 保健・健康  
 コラム  
 ひと×まち