

### ●不正大麻・けし撲滅運動

6月30日まで不正大麻・けし撲滅運動期間です。不正栽培・自生している大麻や植えてはいけないけしを発見した場合は、保健所または警察署に連絡してください。

問い合わせ…保健総務課 ☎227-5101

### ●HIV 検査普及週間

6月1日～7日は、HIV 検査普及週間です。保健所では、同週間にちなんで、「土曜日即日検査・相談事業」を実施します。

この機会にHIV（エイズ）検査を受けてみませんか。なお、毎月の検査については、市ホームページをご確認いただくか、お尋ねください。

日時…6月3日(土) 午後1時30分～3時  
会場…保健所 申し込み・問い合わせ…電話で保健予防課(予約制・随時) ☎227-5102

### ●シェイプアップ運動教室

気になるお腹回りをすっきりさせたい方、運動が苦手な方向けの全4回の教室。初回は簡易的な血管年齢の測定や管理栄養士の講話もあります。

日時…7月4日～25日、火曜日、午前10時～11時30分(初回は正午まで) 会場…ウエスタ川越 市民活動・生涯学習施設 対象…市内在住の18歳以上 定員…20人(抽選) 申し込み…6月8日(休)までに電話で地域保健担当

## 熱中症に注意！

健康づくり支援担当

暑さに慣れていないこの時期は、前日に比べ急激に気温が上昇する日に熱中症を起こしやすくなります。こまめな水分補給を心掛け、熱中症を予防しましょう。



## 受けておいてよかった「がん検診」

成人健診担当

詳しくは、健康づくりスケジュール・市ホームページをご確認ください。  
なお、施設検診(9月分まで)と集団検診についても、先着順で受付中です。空き状況などについて、詳しくはお尋ねください。

### 個別検診(委託医療機関で実施)のお知らせ

内容…⑧大腸がん検診、⑨前立腺がん検診、⑩子宮がん検診、⑪乳がん検診、⑫肝炎ウイルス検診、⑬健康増進健康診査、⑭歯周病検診

実施期間…6月1日(休)～来年1月31日(休)

申し込み…⑩、⑪、⑬、⑭はハガキで成人健診担当(市ホームページからも可)。  
⑧、⑨、⑫は直接委託医療機関

### がん検診無料クーポン事業のお知らせ

平成29年4月20日現在、市内に住民登録があり下表に当てはまる女性を対象に、がん検診無料クーポン券を5月末にお届けします。

検診名	年齢	生年月日
子宮頸がん検診	20歳	平成 8年4月2日～同 9年4月1日
乳がん検診	40歳	昭和51年4月2日～同52年4月1日

\*表の年齢は、平成29年4月1日現在です。

\*受診日以前に転出した場合は、川越市の検診を受けられません。

\*4月21日以降に転入し、表に該当する方はお尋ねください。

## 日本脳炎予防接種のお知らせ

予防接種担当

予防接種の受け忘れはありませんか？ 母子健康手帳等で接種履歴を確認し、未接種分があれば、市が委託している医療機関に予約の上、接種を受けてください。なお、標準より接種間隔が空いてしまっている場合でも前回分を受けなおすことはせず、残り回数を対象年齢内に接種するようにしてください。委託医療機関など詳しくは、健康づくりスケジュールを確認するか、お尋ねください。

### ■第1期接種について

初回接種2回と追加接種1回を受けることが必要です。

対象年齢…3歳～7歳6か月未満

\*生後6か月から接種は可能ですが、3歳から接種するのが標準です。

接種間隔…初回＝1回目を受けた後、6日以上(標準的には6～28日)空け、2回目を受ける▶追加＝初回接種終了後、6か月以上(標準的には約1年)空けて受ける

### ■第2期接種について

対象年齢…9歳～13歳未満

接種間隔…第1期終了後、対象年齢内に1回受ける

### ■特例対象者について

日本脳炎の予防接種は平成17年度～同21年度にかけて接種の積極的勧奨が差し控えられました。これにより、接種機会を逃した方を特例対象者とし、次に該当する方は、無料で接種を受けることができます。

●平成7年4月2日～同19年4月1日生まれの方は、第1期・第2期の未接種分を20歳未満まで接種できます。

●平成19年4月2日～同21年10月1日生まれの方で、7歳6か月までに第1期(初回2回、追加1回)を完了していない場合は、9歳～13歳未満の間に未接種分を受けることができます。

# 保健・健康



川越市保健所・総合保健センター 〒350-1104小ケ谷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

\* 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。

- 6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。
- 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、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。受講は1回限り。

日時…6月27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2・3回食の進め方やお口のケアなどについて。受講は1回限り。

日時…6月28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7～11か月の子と保護者 持ち物…母子健康手帳

### ①・②の申し込み

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、6月16日(金)(必着)までに健康づくり支援担当。申し込みをした方は、当日直接会場。

### ③おやつと歯みがき教室～七夕のおやつ～

親子で一緒におやつ作り、エプロンシアター等と歯磨きの練習。

日時…7月7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 申し込み…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、6月16日(金)(必着)までに健康づくり支援担当。申し込みをした方は、当日直接会場。外れた方には、6月23日(金)までに連絡

### ●2歳児親子歯科健診

歯科健診、ブラッシング指導、おやつについての講話。

日時…7月13日(木)、午後1時～(受付時間は後日通知) 対象…平成26年12月～同27年6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、6月16日(金)(必着)までに健康づくり支援担当(市ホームページからも可)

## ●赤ちゃん広場

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

日時…7月3日(月)、午前10時～11時30分 対象…平成29年1～3月生まれの子と親 問い合わせ…地域保健担当

## ●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…6～11月、第3金曜日(7月は第4金曜日)、午前10時～11時30分 問い合わせ…地域保健担当

## ●プレパパママスクール

夫婦で一緒に育児・栄養などを学びます。受講は1回限り。動きやすい服装で。

日時…7月8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…6月16日(金)までに電話・ファクスで地域保健担当(ファクスの場合は、催し名・住所・氏名・電話番号・出産予定日を明記 ☎225-1291)。申し込みをした方は、当日直接会場。外れた方には、6月23日(金)までに連絡

## ●体力アップ倶楽部～中級編～

65歳以上の方が日常生活の中で運動を継続して行う方法を身に付ける全5回の教室。初級編よりも運動強度が高い講座です。

日時…7月12日～8月9日、水曜日、午前10時～11時30分 会場…ウエスタ川越市民活動・生涯学習施設 対象…市内在住の65歳以上 定員…30人(抽選) 申し込み…6月28日(水)までに電話で地域保健担当

## ●ときも体力測定会

理学療法士による体力測定会。柔軟性・バランス能力・体組成測定など。自分の体力を確認してみませんか。

日時…7月6日(木)、午後2時～4時 会場…北公民館 対象…市内在住の65歳以上 定員…25人(抽選) 申し込み…6月22日(木)までに電話で地域保健担当 ☎229-4125

## ●からだうれしい食事教室

### ①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。

### ②カロリーを摂りすぎいていませんか?

血糖値が気になる方など、糖尿病を予防するための食生活について。

日程・会場…①=6月29日(木)、南公民館、②=7月13日(木)、高階市民センター 時間…午前10時～11時30分 対象…市内在住の20歳以上 定員…先着20人 申し込み…6月1日(木)、午前10時から電話で健康づくり支援担当

## ●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～川越市食生活改善推進員協議会主催。

日程・会場…7月10日(月)・19日(水)=北公民館 ▶13日(木)=大東市民センター ▶18日(水)・20日(木)=中央公民館 ▶19日(水)・28日(金)=総合保健センター ▶26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…往復ハガキに催し名・希望日・住所・氏名・電話番号を明記し、6月16日(金)(必着)までに健康づくり支援担当

## ●若年者健康相談

問診、身長・体重・腹囲測定、血圧測定、尿検査、医師による生活習慣病を未然に防ぐための相談。

日時…6月28日(水)、午後2時～4時 対象…市内在住の18～39歳(通院治療の方を除く) 定員…先着5人 申し込み…6月1日(木)、午前9時から電話・ファクスで成人健診担当 ☎229-4126 ☎225-2817

## ●5月31日は「世界禁煙デー」

5月31日～6月6日は禁煙週間です。早めに禁煙することで、喫煙が原因となささまざまな病気のリスクを下げるができます。この機会に、禁煙にチャレンジしてみませんか。

問い合わせ…健康づくり支援担当