

忘れていませんか？ お子さんの予防接種

予防接種担当

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。なお、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。



麻しん風しん混合(2期)

3月31日(木)まで、1回のみ無料で接種できます。
対象…平成27年4月2日～同28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。

ジフテリア破傷風混合(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21年4月2日から同22年4月2日までに生まれた方には、昨年4月に個別通知を発送しています。

日本脳炎(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1期・2期を無料で接種できます。また、平成20年4月2日から同21年10月1日までに生まれた方は、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または市ホームページをご確認ください。

委託医療機関の終了

以下の医療機関は閉院したため、取り扱いを終了しました。
 ●西内科クリニック(稻荷町18-6)
 問い合わせ…予防接種担当

高齢者肺炎球菌ワクチン(定期接種)

～実施期間は3月31日(木)まで～

予防接種担当

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・川越駅西口連絡所で配布している「説明書」と「予診票」を事前に入手してください。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。

対象…市に住民登録があり、令和3年4月1日から同4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)

*費用助成が受けられるのは、3月31日(木)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。

*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。

委託医療機関の追加

予防接種(子ども*)について、以下の医療機関が追加となりました。



*HPVのみ
 ●井上医院(元町2丁目8-8) ☎222-0326
 ●坂本クリニック(的場北1丁目17-26) ☎233-0031
 ●やまぶきクリニック(六軒町2丁目10-3) ☎228-2112
 問い合わせ…予防接種担当

休日・夜間診療

	(日)・(祝)・(休)	(月)～(土)
川越市医師会夜間休日診療所(内・小) 小仙波町2丁目53-1 ☎222-3330	午前9時～11時 午後1時～3時 午後8時～10時	午後8時～10時
予防歯科センター(歯)*急患のみ 三久保町18-3 ☎224-3891	午前9時～11時30分	—



休日・夜間診療



休日当番医

2月の休日当番医

受付時間は、午前9時～午後4時です。
 受診前に当番医に確認してください。



6日(日)	三森整形外科医院(三久保町6-4) ☎222-0515)	整外
11日(祝)	萩原オプティカル萩原眼科医院(砂新田57-4) ☎246-6733)	眼
13日(日)	ひろせクリニック(新富町2丁目4-3 木村屋ビル3階) ☎222-1199)	内・消内・乳外・糖内・外・肛外
20日(日)	森田耳鼻咽喉科医院(新富町2丁目21-8) ☎222-1535)	耳
23日(祝)	川越耳鼻咽喉科医院(脇田本町11-2 M・TECビル6階) ☎243-8600)	耳
27日(日)	和田眼科クリニック(南台2丁目13-7 21ビル3階) ☎291-5510)	眼

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



保健・健康
リンク集

☎…日時、会…会場、対…対象、定…定員、費…経費、問…問い合わせ、申…申し込み、ホ…ホームページ
*会場=総合保健センター・経費=無料、当日直接会場の場合は、記載を省略しています。

お知らせ

■HPV ワクチンの個別勧奨が再開されます 予防接種担当

ヒトパピローマウイルス (HPV) ワクチン接種については、接種後に持続的な激しい疼痛や運動障害が生じたと報告されたため、これまで長期にわたり調査が行われ、その間、積極的な勧奨は差し控えてきました。しかし、国の審議会において、ワクチン接種の有効性が副反応のリスクを上回ることが認められ、個別勧奨が再開されることとなりました。

定期接種の対象年齢の方には、市内の接種体制やワクチンの流通状況等を確認の上、順次通知を送付します。対象年齢の方ですぐに接種を受けることを希望される方は予約票を用意の上、委託医療機関へ申し出てください。

なお、積極的な勧奨の差し控えにより接種機会を逃した方への対応については、現在、国において検討されています。詳しくは、厚生労働省ホームページや市ホームページをご覧ください。

☎市の委託医療機関

対小学校6年生～高校1年生相当の女子

■先進医療不育症検査費助成事業を実施しています

管理給付担当

市では、先進医療に指定された「不育症検査費用」の一部を助成します。対象となるのは令和3年4月1日以降に検査を実施した方です。令和3年4月1日～同4年3月31日までに終了した検査については、3月31日(休)までに支給申請が必要です。なお、期限に間に合わない場合は必ずご連絡ください。その他要件などがありますので、詳しくはお尋ねください。

■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

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。令和3年4月1日から同4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31日(休)までに申請が必要です。なお、期限に間に合わない場合は必ずご連絡ください。その他要件などがありますので、詳しくはお尋ねください。

健診・イベント情報

■2月の乳幼児健診

詳しくは、市ホームページを確認するかお尋ねください。☎地域保健担当

■ファーストサロン(オンライン)

詳しくは、NPO 法人川越子育てネットワーク ☎080-9779-8181 (祝日を除く月～金曜日、午前9時～午後5時)にお尋ねください。

☎3月7日(月)午前10時～11時 対市内在住の妊婦と夫、おおむね生後5か月までの子と保護者(第1子に限る) 対8組(抽選)

☎3月2日(休)までに同ネットワーク☎から

■新型コロナウイルス感染症の感染拡大を受け、育児教室・成人教室等は中止しますが、電話での相談を受け付けています

●妊娠・出産・育児や子どもの健康相談(発育、発達、離乳食など)について

☎もしも健康相談 ☎224-0712

●女性の健康(不妊、婦人科疾患や更年期障害など)について

☎もしも健康相談 ☎224-0712

●大人の方の健康相談について

☎もしも健康相談(大人の健康) ☎224-5263

■市ホームページでも相談先や資料を紹介しています



子育て世代包括
支援センター



離乳食について
(教室の資料をダウンロードできます)

生活に運動を取り入れましょう!

～☆からだいきいき☆筋力アップメニュー～

筋力トレーニングのポイント

- ①呼吸を止めない(力を入れる時に吐き、ゆるめたときに吸う)
- ②どの筋肉が鍛えられているのを感じながら、ゆっくり行う
*関節などに痛みを感じる場合は、無理をしないようにしましょう。

●背中・腰

①いすに座り、いすの両脇を持った状態で上半身を前に倒す。
*背中に物差しを入れたイメージで、背中が丸くならないようにしましょう。



ポイント

お腹を足の付け根につけるイメージで、視線は少し前を見て下を見ないようにしましょう。
②背中を伸ばしたまま、ゆっくりと上半身を起こす。
③ゆっくり10回繰り返す。



●おなか

①いすに浅く座り、息を吐きながら、へそをのぞきこむように背中を丸めて上体を後ろに倒す。
②背中が背もたれに少しつく手前で上体を10秒間保持する。
③3回繰り返す。
*息を止めないように気を付けましょう。
*両手でいすを持ち、いすが倒れないようにしっかり支えましょう。

