

保存版

※裏面に市内医療機関等が掲載されています。(年1回発行)

平成25年度

健康カレンダー

SKT24
発行 草加市
編集 草加市保健センター
発行日 平成25年3月5日

草加市ホームページにも掲載しています。アドレス http://www.city.soka.saitama.jp

母子保健

※各教室・相談は「広報そうか」に募集掲載後、電話受付

プレママ教室(コース4日間:原則として水曜日)定員各35人

Table with columns: 実施月日, 実施時間・実施日, 対象者の出産予定日, 申込開始日. Includes dates from April 2013 to February 2014.

両親学級(半日コース:日曜日)定員各20組

Table with columns: 実施月日, コース, 実施時間, 対象者の出産予定日, 申込開始日. Includes dates from May 2013 to March 2014.

子どもの健やかな成長のための教室・相談

Table with columns: 名称, 内容. Lists various programs like 親子料理教室, 子どものことばの相談, etc.

①こんにちは赤ちゃん訪問(申込の必要はありません)

※家庭訪問・・・①か②のどちらかの方法で訪問を行います。

②妊産婦・新生児訪問

市の委嘱を受けた訪問員が赤ちゃんが生後2か月になる月にすべての家庭(②妊産婦・新生児訪問を受けた人を除く)に訪問し、子育ての不安や悩みを聞き、子育てに関する情報を提供します。

Table with columns: 実施月, 対象者, 実施月, 対象者. Lists dates and birth months for visits.

不安や悩みのある産後間もないお母さん・赤ちゃんに保健師・助産師・看護師が訪問します。

乳幼児健診・相談など

※各会場は、駐車スペースが無いため大変混みます。車での来場は避けてください。★印のあるものは事前予約制です。

Large table with columns: 4か月児健診, 10か月児健診, 1歳7か月児健診, 3歳3か月児健診, 乳幼児相談, 離乳食講習, ほかほか広場, おやこでブラッシング. Includes dates, times, and locations.

予防接種

接種方法 予防票・母子健康手帳・健康保険証持参の上、指定医療機関で接種を受けてください。

※事前予約制のものは、「広報そうか」に募集掲載後、電話申込受付

乳幼児期に接種

Table with columns: 予防接種名, 標準接種年齢, 回数, 対象者・通知時期. Lists Hib, 小児用肺炎球菌, etc.

学童期に接種

Table with columns: 予防接種名, 接種期間, 回数, 対象者・通知時期. Lists 日本脳炎2期, 二種混合, etc.

その他

Table with columns: 予防接種名, 標準接種年齢. Lists ポリオ(不活化), 三種混合, etc.

※日本脳炎について
平成22年度から勸奨が再開され、平成7年6月1日～平成19年4月1日生まれの人、20歳未満までの間、日本脳炎予防接種を定期接種(無料)で受けられるようになりました。

成人保健

●募集・日程等は、変更する場合がありますので、「広報そうか」で確認してください。
●保健センター及び各施設は、駐車場が狭いため、車での来場はご遠慮ください。

がん検診等(申込制)

☆**申込期間** 窓口、はがきともに**3月6日(水)から8月30日(金)(消印有効)**
すでに何らかの自覚症状がある場合は検診ではなく、医療機関での受診をおすすめします。
指定医療機関での個別検診(受診券申込制)

検診名	肝炎ウイルス検診	肺がん・結核検診	子宮がん検診
対象者	40歳となる人(平成26年3月31日までに40歳となる人を含む。) 41歳以上でこれまでに市の肝炎検査を受けたことがない人	40歳以上(平成26年3月31日までに40歳となる人を含む。) 65歳以上は、結核検診を含む。	20歳以上の女性(平成26年3月31日までに20歳となる人を含む。)で、前年度に草加市の子宮がん検診を受けていない人 ※今年度受診した人は来年度受診できません。
実施期間	6月1日(土)~12月20日(金) (休診日を除く)	7月1日(月)~9月30日(月) (休診日を除く)	6月3日(月)~10月31日(木) (休診日を除く)
検査内容	B型肝炎検査、C型肝炎検査	胸部レントゲン直接撮影 かく痰検査(医師が必要と認めるとき)	子宮頸部の細胞検査(医師が必要と認め、説明に本人が同意したときは子宮体部細胞検査)
費用	1,000円	胸部レントゲン 800円 かく痰検査 900円	頸部検診 1,700円 頸部及び体部検診 2,500円
無料:75歳以上・生活保護・世帯全員が非課税(非課税世帯)の人			

保健センターでの集団検診(申込制)

検診名	乳がん検診	胃がん検診及び大腸がん検診	
検診日	4月 24日(水) 26日(金)	4月 (当月の予定はありません)	
	5月 10日(金) 13日(月) 22日(水)	5月 8日(水) 9日(木) 17日(金) 27日(月)	
	6月 3日(月) 12日(水) 19日(水)	6月 1日(土) 5日(水) 20日(水)	
	7月 5日(金)	7月 17日(水) 21日(日) 22日(月)	
	8月 2日(金) 8日(木) 21日(水)	8月 (当月の予定はありません)	
	9月 5日(木) 30日(月)	9月 11日(水) 12日(木)	
	10月 9日(水) 24日(木)	10月 6日(日) 10日(木) 22日(火) 23日(水)	
	11月 13日(水) 15日(金) 27日(水)	11月 5日(火) 6日(水) 14日(水) 16日(土)	
	12月 5日(木) 6日(金)	12月 2日(月) 7日(土) 11日(水)	
	受付時間	午後0時15分~1時15分	午前8時15分~10時 (ただし、大腸がん検診のみの人は9時30分~10時30分)
	対象者	40歳以上の女性(平成26年3月31日までに40歳となる人を含む)で、前年度に草加市の乳がん検診を受けていない人	30歳以上 (平成26年3月31日までに30歳となる人を含む)
	内容	視触診・マンモグラフィ検査※授乳中の方は不可	胃がん:バリウムX線検査 大腸がん:便潜血反応検査
費用	1,300円	胃がん 900円 大腸がん 500円	
無料:75歳以上・生活保護・世帯全員が非課税(非課税世帯)の人			
実施人数	各日 90人	各日 140人	

各種相談

健康相談...保健師等による健康に関する相談
栄養相談...栄養士による食生活に関する個別相談
こころの相談...保健師による心の病に関する悩みを持つ人とその家族の相談
月~金曜日(閉館日を除く午前9時~午後5時)
電話、来所を問わずご相談ください。
来所の場合は要予約(1時間程度)。

★地域健康相談

相談日・会場...
月・金:原町コミセン 月・木:稲荷コミセン
火・金:氷川コミセン 水・金:瀬崎・八幡・柳島コミセン
祝日・休館日等を除く。
相談日は変更する場合があります。詳しくは保健センターへ。
時間...午前9時~正午
内容...看護師等による成人・高齢者の健康・介護予防の相談。血圧、体脂肪測定などの健康チェック。
直接会場に来所してください。

★歯の健康フェア

内容...子どもから大人までの歯科健診・相談、
子どものフッ素塗布、高齢者よい歯のコンクールなど
開催日...6月9日(日) 会場...保健センター

★骨密度測定

実施日... 5月15日(水) 6月17日(月) 5/7~受付
及び申込 7月29日(月) 8月28日(水) 7/8~受付
受付日 9月26日(木) 10月18日(金) 9/6~受付
11月25日(月) 12月19日(木) 11/6~受付
会場...保健センター 費用...100円
受付時間...①午前9時30分~10時②午前10時30分~11時③午後1時~1時30分④午後2時~2時30分
内容...超音波による骨密度測定
対象者...18歳以上 各日90人
申込方法...各実施日前の奇数月の「広報そうか」に募集掲載後、電話受付※測定は1人年1回まで

★成人歯科健診

対象者...40・45・50・55・60・65・70歳の人
(平成26年3月31日現在)
実施期間...平成25年5月20日(月)~平成26年1月31日(金)
受診方法...対象者には個別通知(受診券送付)します。
指定医療機関での個別健診。
費用...500円

★高齢者インフルエンザ

対象者...65歳以上の高齢者
実施期間...平成25年10月1日(火)~12月25日(水)
受診方法...対象者には9月下旬に個別通知(受診券送付)します。
指定医療機関で接種してください。

がん検診等以外の健康診査は加入している健康保険によって実施者・問い合わせ先が異なります。

- 国民健康保険加入者(40~74歳)の特定健診
⇒市役所※保険年金課
- 社会保険等加入者(40~74歳)の特定健診
⇒各医療保険者(健康保険組合、共済組合など)
- 後期高齢者医療加入者(75歳以上)の後期高齢者健診
⇒市役所※後期高齢者・重心医療課
※草加市役所 048-922-0151(代)

がん検診等の申込方法

保健センター窓口受付またははがきを保健センターに郵送。
(はがきの書き方見本)
希望の検診名
住所
氏名
生年月日・年齢
電話番号
(乳・胃・大腸がん検診の場合は)
希望する検診日
①第1希望(左表から)
②第2希望(選んでください)
③第3希望
※電話での受付はできません。
※市役所総合窓口・市役所情報コーナー・各サービスセンター・公民館・コミセンに設置の「申込はがき」(切手貼付が必要です)も利用ください。
※宛先は下記住所「保健センター検診担当」まで。
※各検診とも、実施期間内に1回限り受診できます。
決定通知(受診券)は、子宮がん・肝炎ウイルス検診は5月末から、肺がん検診は6月末から、胃・大腸・乳がん検診は検診日の約1か月前に随時送付します。

★健康づくり教室

健康発見大作戦(※)・・・
健康づくりのための講話と食生活改善推進員による調理実習
女性のための健康教室(※)・・・
40歳からの女性の心とからだの健康講座
ヘルスマイト養成講座(※)・・・
食生活改善推進員を養成するための講座(※...上記教室は「広報そうか」に募集掲載後、電話受付)
移動健康教室・・・
保健師、管理栄養士等による、出張の健康づくりの講話等
日程や会場は要相談。申込は随時電話受付
特定保健指導・・・
メタボ改善のための個別相談や運動実習
ソーシャルクラブ・・・
心の病を持った人の仲間づくりと社会復帰に向けた活動
失語症・構音障害の人のためのことばの教室・・・
おおむね40歳以上で失語症・構音障害のある人とその家族のための、言語聴覚士による発声訓練・朗読等

★マッサージ・ストレッチ体操教室

内容...寝たきり・転倒防止のための簡単な体操です。
回数...週1回(全10回)
対象者...65歳以上の人※参加は1人年1回まで
申込方法...「広報そうか」に募集掲載後、電話受付
実施月 曜日 時間帯 会場
5~7月 金 午前 新田西文化センター
9~11月 木 午後 ふれあいの里
1~3月 木 午前 保健センター
町会やすこやかクラブ等の仲間が15人程度集まれば、教室開催を支援します。日程や会場は要相談。随時募集中。

★印の教室等の一部は介護保険料を使用して運営しています。
※定員制のものは、定員に達した時点で募集を終了しますのでご了承ください。

子ども急病夜間クリニック

草加市立病院 心臓・脳血管センター1階
電話954-6401
診療科目 小児科(0歳~15歳までの初期内科系疾患)
診察日 毎日夜間
診療時間 平日:午後7時30分~午後10時30分
土日祝及び年末年始:
午後6時30分~午後10時30分

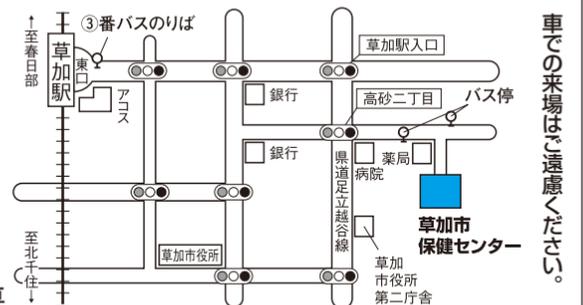
埼玉県による急病時の電話案内
埼玉県救急医療情報センター
診療できる医療機関を24時間体制で案内します
☎048-824-4199
歯科・精神科の案内と医療相談は行いません。

埼玉県小児救急電話相談
子どもの急病対処法や受診の必要性について助言します
#8000 または
048-833-7911(IP電話等の場合)
月~土(午後7時~翌朝7時)
日・祝・年末年始(午前9時~翌朝7時)
医療機関の紹介や成人・歯科・育児相談等は行いません。

祝日・年末年始の歯科応急診療を行います。
草加市休日急患歯科診療所(保健センター内) 電話922-1156
診療科目 歯科
診察日 祝日・年末年始(平成25年3月末までは日曜診療もいたします。)
診療時間 午前9時~正午

申し込み・問い合わせは

草加市保健センター
〒340-0016 草加市中央一丁目5番22号
電話 922-0200 FAX 922-1516
保健センターへの交通案内
バス 草加駅東口③番のりば発「谷塚駅東口行」「手代町循環」
又は谷塚駅東口②番のりば発「草加駅東口行」保健センター前下車



車での来場はご遠慮ください。