



# 保健だより

## 福祉保健センター

〒335-0022 戸田市大字上戸田5-6（「健康福祉の杜」敷地内）

☎ 446-6484 FAX 446-6284

開館時間 8:30～17:15

休日 第1・3日曜日、祝日、年末年始

戸田市福祉保健センター

最新の情報はホームページで確認！



※掲載している健診や教室などは、新型コロナの影響により中止や内容変更となる場合があります

## 妊婦・乳幼児のいる方へ

○ 妊婦・乳幼児の健診・学級など

福祉保健センター

問い合わせ 親子保健担当 ☎ 446-6491 ※申込順

内容	とき	対象	備考
乳幼児健診	9/29(木) 9/6(火) 9/8(木) 9/13(火) 9/15(木) 9/7(水)	4か月児 ●R4年5月生 1歳児 ●R3年9月生 1歳8か月児 ●R3年1月生 2歳6か月児歯科 ●R2年3月生 3歳6か月児 ●H31年3月生 5歳児発達健診(予約制) ●年中相当児	・対象児の保護者には約2週間前に個別通知します。 ・受診に当たっては、通知内容を確認し、感染拡大防止対策にご協力ください。 ・詳しくは <a href="#">戸田市 乳幼児健診</a> で検索ください
離乳食学級 (個別相談)	9/22(木) ※時間予約制	R4年1月生まれ ※対象月齢外の方も空き状況により受付 ています	※相談時間は30～40分が目安です ☑12人 ☑母子健康手帳、バスタオル、筆記用具 ☑3回食への進め方・取り分け方法など、離乳食に関する相談 ☑9/1(木)8:30～電話で <a href="#">要予約</a>
パパママ教室	9/9(金)、10(土)、12(月)、16(金)に開催予定。時間や予約方法などは ※申込順。定員に達し次第締め切り		<a href="#">戸田市 パパママ教室</a> で検索ください。

## 産後ケア事業

問い合わせ 親子保健担当 ☎ 446-6491

産後に心身の不調を感じている方、家族から十分なサポートが受けられず育児に不安を抱えている方に、助産師などが家庭訪問をしてサポートします。一人で悩まずにご相談ください。詳しくは [戸田市 産後ケア](#) で検索ください。

## 母子健康手帳交付・妊娠届出

問い合わせ 親子保健担当 ☎ 446-6491

インターネットで予約の上、福祉保健センターへ来所してください。予約方法や詳細は [戸田市 母子健康手帳](#) で検索ください。

## 定期予防接種対象者

問い合わせ 保健政策・感染症対策担当 ☎ 446-6479

予防接種は感染症から守ることを目的としています。効果や副反応について理解した上で戸田市・蕨市内の医療機関に予約し、接種してください。対象年齢を過ぎると有料になります。詳しくは市の『保健ガイド』、市ホームページをご覧ください。

予防接種名	対象年齢	予防接種名	対象年齢
ロタウイルス	ロタリックス (1価)	麻しん風しん混合 (MR)	第1期 1～2歳未満
	ロタテック (5価)		第2期 小学校入学前の1年間
	出生6週～24週*1	水痘(みずぼうそう)	1～3歳未満
	出生6週～32週*1		
インフルエンザ菌b型(ヒブ)	生後2か月～5歳未満	日本脳炎	第1期 生後6か月～7歳6か月未満
小児用肺炎球菌(13価)			第2期 9～13歳未満
四種混合	生後3か月～7歳6か月未満	二種混合(ジフテリア・破傷風)	11～13歳未満
BCG	1歳未満	ヒトパピローマウイルス 感染症(HPV)*2	小学6年生～高校1年生 相当の年齢の女子
B型肝炎(HBV)			

\*1 生まれた日の翌日から起算します。出生6週とは、生まれてから6回目の、生まれた日と同じ曜日のことです

\*2 HPVワクチンの積極的な勧奨の差し控えにより接種機会を逃した方に対して公平な接種機会を確保する観点から、積極的な勧奨を差し控えている間に定期接種の対象であった平成9年4月2日～平成18年4月1日までの間に生まれた女子を公費負担の対象とすることとなりました。接種の期間は令和4年4月～令和7年3月までの3年間となります。令和4年度に中学3年生および高校1年生になる方は、別途お問い合わせください

交通機関

- JR埼京線「戸田駅」から徒歩10分、「戸田ほほえみの郷」となり
- tocoバス西循環「健康福祉の杜」下車、徒歩2分

申込・問い合わせ

- 親子保健担当 ☎ 446-6491
- 成人保健担当 ☎ 446-6453
- 保健政策・感染症対策担当 ☎ 446-6479

併設している団体

- 戸田市社会福祉協議会 ☎ 442-0309
- 障害者生活支援センターわかば ☎ 446-6785
- CAFEこるぼ ☎ 287-8633

対象は  
全て市民

## 成人の方へ

○ 健診・相談・教室など

福祉保健センター

問い合わせ 成人保健担当 ☎ 446-6453 ※申込順

内容	とき・ところ	対象・定員	備考
いさざわやか相談	9/9(金)、10/20(木)	満18歳以上の市民	☑ 口臭測定、息をさわやかに保つ方法 ☑ 使っている歯ブラシ ※相談時間は1人1時間 <b>要予約</b>
【市民大学認定講座】 骨こつ教室	10/19(水) ①9:00~10:30 ②9:30~11:00 ③10:15~11:45	満18歳以上の市民 ※年度内、1回のみ	☑ かかとの骨の骨量測定(かかとの機械にのせる簡単な検査)、結果説明、骨粗しょう症予防の生活習慣、歯周病予防の話 ☑ 40人 ☑ 受講票 ※後日郵送します <b>要予約</b>
健康情報ステーション 健康講座(健康測定会)	10/7(金) 10:00~11:30 上戸田地域交流センター (あいパル)1階	満18歳以上の市民	採血不要でできるさまざまな健康測定を行い、健康について知識を深め、健康寿命を延ばしましょう! ☑ 保健師などによる講話、血管年齢測定、血圧測定、ヘモグロビン量測定、野菜量測定など各種測定会(測定内容が変更となる場合あり) ☑ 30人 <b>要予約</b>
ひきこもり公開講座 「ひきこもりの理解と対応を 考える～コロナ禍の孤立とひきこもり問題～」	9/17(土) 14:00~16:00 (開場/13:30) 文化会館 304会議室	戸田市、蕨市の在住者、 関係機関職員	講師 埼玉県立大学 大学院保健医療福祉学研究科 教授 東 宏之さん 定員 先着50人 ※費用無料 申込 9月9日(金)までに電話で <b>要予約</b> ☎ 県南部保健所 精神保健担当 048-262-6111

### ～9月10日～16日は自殺予防週間です～

毎年、大切な命が自殺で失われています。あなたの気づきで救える命があります。身の回りの人の自殺のサインに気づき、声かけ・傾聴・相談機関につなぐ「ゲートキーパー」になりましょう。

電話相談窓口	電話	とき
福祉保健センター成人保健担当	446-6453	月～土曜日、第2・4・5日曜日(祝日除く) 9:00～12:00、13:00～16:00
埼玉いのちの電話	645-4343	365日、24時間
	0120-783-556	毎日16:00～21:00、毎月10日8:00～翌8:00
さいたまチャイルドライン(18歳以下)	0120-99-7777	毎日16:00～21:00

### 熱中症を予防しましょう

暑い時間帯の外出は控え、エアコンなどを積極的に活用しましょう。また、のどが渇く前に水分補給を行いましょう。

## 健康福祉の杜まつり(消費生活展同時開催)

問い合わせ 保健政策・感染症対策担当 ☎ 446-6479

福祉や健康づくり活動の推進を目的としたイベントです。参加型ブースで、ココロやカラダの健康について、一緒に学びませんか。市・市社会福祉協議会・市社会福祉事業団の共催により、感染症対策を行った上で開催します。

とき 10月2日(日)午前10時30分～午後3時

ところ 福祉保健センター ※駐車場はありません。公共交通機関をご利用ください

内容 【健康コーナー】お薬相談、健康チェック、食育コーナーなど 【がんを学ぼうコーナー】クイズラリー、大腸トンネル探検など 【その他】福祉関係団体やボランティア団体による展示・販売ブース、ふれあい動物園、展示、カフェこるぼによるお菓子などの販売



## 9月24日～30日は結核予防週間です

問い合わせ 保健政策・感染症対策担当 ☎ 446-6479

戸田市と蕨市では、令和2年に新たに34人が結核を発病しており、特に65歳以上の高齢者が全体の約50%を占めています。結核は、進行した患者の咳やくしゃみから出た結核菌を吸い込むことによる空気感染で広まります。

結核に感染しても免疫力により結核菌の増殖が抑えられれば休眠状態となるため、必ずしも発病するわけではありません。しかし、感染者の高齢化や他の病気の罹患により免疫力が落ちると、休眠していた結核菌が増殖を始めて結核を発病することがあります。たとえ発病しても、早期に発見し、治療することで治る病気です。そのため、早期に発病を発見することが大切です。結核を発病しているかどうかは胸部X線検査で調べられますので、市の肺がん検診を受けましょう。

検査名	対象者	申込方法	受診期間	自己負担金	検査内容
肺がん検診	40歳以上の市民	実施医療機関に直接申込	令和5年2月末まで	300円	胸部X線(医師が必要と判断した場合は喀痰検査 ※容器代は自己負担)