

保健だより

対象は全て市民

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 土・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!



妊婦・乳幼児のいる方へ ○妊婦・乳幼児の健診・学級など 問い合わせ 親子健やか室 親子保健担当 ☎446-6491

乳幼児健診

対象者へ約2週間前に個別通知します



詳しくはこちら



離乳食個別相談

〈内容〉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

日時: 11/26(火)

※時間予約制

対象: R6年3月生まれ

申込: 11/1(金)~「とだミィ」で対象月齢外の方も空き状況により予約可

戸田市 離乳食個別相談 🔍



「子育てアプリ とだミィ」をご活用ください

子育てを応援するアプリ「子育てアプリ とだミィ」では妊娠届、産後ケア事業利用申請書の提出が可能です(母子健康手帳交付は来庁が必要です)。各種教室の予約も可能です。アプリストアで「母子モ」と検索し、ダウンロード後、プロフィール登録でお住まいの地域の郵便番号を入力してご利用ください。

ダウンロードはこちら



産後サポート教室

対象: 産後2か月~1年未満の産婦と赤ちゃん

費用: 無料

場所: 児童センターこどもの国 2階

時間: 午前10時~11時30分

持ち物: 母子健康手帳、バスタオル、飲み物、動きやすい服装、授乳用ケープ(必要な方のみ)

申込: 11/1(金)~とだミィで ※要予約

詳しくはこちら



赤ちゃんと一緒に参加しながら、産後のお母さんの身体と心を整え、赤ちゃんとの愛着形成を促し、お母さん同士の交流を行う教室などを開催しています。

教室名	日程
産後ヨガ	12/ 4(水)
産後骨盤ケア	12/11(水)
ベビーマッサージ	12/25(水)
仕事復帰準備教室	12/14(土)

とだミィでの予約となります。

産後ケア事業

市内在住の出産後1年未満の産婦に対して、自宅または助産院、産院などの施設で、育児・授乳などの相談・ケアを行います。



詳しくはこちら



母子モ 🔍 で検索!

成人の方へ ○健診・相談・教室など

問い合わせ 健康づくり担当 ☎446-6453 ※申込順

いきさわやか相談

〈内容〉口臭測定、息を爽やかに保つ方法

日時: 11/15(金)、12/13(金)ほか
個別対応(約1時間)

対象: 満18歳以上の市民

持ち物: 使っている歯ブラシ

申込: 電話で ※要予約



健康情報ステーション フレイル予防講座

(地域包括支援センター共同開催)

採血不要でできるさまざまな健康測定を行い、フレイルを予防し健康寿命を延ばしましょう!

日時: 12/6(金)10:00~11:30 ※受付: 9:45~

会場: 上戸田地域交流センター(あいパル) 1階

内容: フレイル予防講座、血圧測定、血管年齢測定、握力測定、野菜量測定(ベジチェック) ※測定内容が変更となる場合があります

対象・定員: 満18歳以上の市民、20人

申込: 電話で ※要予約

がん検診、成人歯科健康診査など

お手元に届いた検診などの案内をご確認ください。対象者、自己負担金、申し込み方法など詳しくは、市ホームページや健康・保健ガイドをご覧ください。

- がん検診(肺、大腸、乳、子宮、胃、前立腺)
※胃内視鏡検査は定員(750人)に達したため、今年度の申し込み受付を終了しました

- 令和6年度戸田市成人歯科健康診査の実施期間は11月30日(土)までです。対象の方は早めに受診しましょう。

対象: 今年度20歳、30歳、40歳、50歳、60歳、70歳になる市民(対象者には8月末に受診票を送付済)



健康・保健ガイド
はこちら

生活習慣改善教室

慢性腎臓病は成人の8人に1人が発症する「新たな国民病」と言われる身近な病気です。原因となることが多い糖尿病を予防し、腎臓を守りましょう!

〈内容〉医師による糖尿病・慢性腎臓病の予防を目的とした講義、福祉保健センター管理栄養士による食生活に関する講義

日時: R7.11/14(火) 13:30~15:00 ※受付: 13:15~

会場: 文化会館 301会議室

講師: たかくほ内科クリニック院長 高窪 野恵さん

対象・定員: 満18歳以上の市内在住・在勤者、40人

申込: 11/1(金)~電話または申込フォームで ※要予約



がん講演会

〈内容〉自分や身近な方ががんと診断された時の受け止め方や寄り添い方、がん治療と仕事の両立、信頼できる情報源や相談先などの話

日時: 11/23(祝・土)10:00~11:15 ※受付: 9:45~

会場: 上戸田地域交流センター(あいパル) 3階ホール

講師: 一般社団法人がんと働く応援団 キャリアコンサルタント 武田 亮子さん

対象・定員: 市内在住・在勤者、60人 ※要予約

申込: 電話または申込フォームで ※申込順



こころの健康相談 ひきこもり相談

〈内容〉こころの不調や不安を抱える方や、その家族などからの相談に応じます。ひきこもりに関する相談もお受けします。

精神保健福祉士・保健師による相談

電話相談: 月~金曜日
(祝休日・年末年始除く)

9:00~12:00、
13:00~16:00

面接相談: 要予約



臨床心理士による相談

その悩み、こころの専門家である臨床心理士に相談してみませんか。

日時: 11/25(月)14:15~、15:30~
12/10(火)9:15~、10:30~

面接相談: 要予約(1回1時間)

※年度内1回まで利用可



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

- 福祉保健センター 446-6453
- 健康づくり担当 446-6479
- 保健政策・感染症対策担当 446-6491
- 親子健やか室 446-6491
- 親子保健担当

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

健康・保健ガイド

健康診査やがん健診、予防接種などについて詳しくは、「戸田市健康・保健ガイド」をご覧ください。



新型コロナウイルス感染症予防接種および高齢者等インフルエンザ予防接種のお知らせ

問い合わせ 保健政策・感染症対策担当 ☎446-6479

新型コロナウイルス感染症予防接種を実施中です

新型コロナウイルス感染症予防接種については、令和5年度までの特例臨時接種から制度が大きく変わり、令和6年度から高齢者等インフルエンザ予防接種と同様に「定期接種(B類)」として実施することとなりました。接種を希望する方は、直接医療機関に連絡し、予約してください。また、ワクチンの種類や取り扱いの有無については、医療機関に直接お問い合わせください。

新型コロナウイルス感染症予防接種および高齢者等インフルエンザ予防接種の実施内容は次のとおりです。

期 間 令和7年1月31日(金)までの各医療機関の診療日

対 象 者 ①接種日時時点で65歳以上の市民
②接種日時時点で60歳以上65歳未満で、心臓・腎臓・呼吸器の機能およびヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能のいずれかの機能障害で身体障害者手帳1級の市民

回 数 各1回

持 ち 物 予診票(65歳を迎えた対象者へ順次郵送中。転入などの事情により手元にない場合はご連絡ください)
本人確認書類(マイナンバーカード、運転免許証、健康保険証などのいずれか一つ) ※今年度は接種券はありません

接種間隔 規定はありません。コロナワクチンとインフルエンザワクチンの同時接種も可能ですので、医師とご相談ください

費 用 新型コロナウイルス感染症予防接種 3,000円 高齢者等インフルエンザ予防接種 1,500円
(自己負担額) ※生活保護受給者・中国残留邦人等支援給付受給者・市民税非課税世帯(世帯全員が非課税の場合のみ)は無料ですが、市民税非課税世帯の方は、接種前に市発行の無料券が必要(申込書は市内の公共施設または市ホームページから取得可)です

注意事項 下記の医療機関以外(契約外医療機関)で接種する場合は、接種前に依頼書の発行が必要です。
契約外医療機関で、依頼書発行前に接種した場合、全額自己負担となりますのでご注意ください。

医療機関名	住所	電話	新型コロナ	インフルエンザ	医療機関名	住所	電話	新型コロナ	インフルエンザ
戸田おおたクリニック	喜沢1-18-8 1F	432-5199	○	○	戸田公園いとう耳鼻咽喉科	本町4-16-10	432-3349	-	○
とだ小林医院	喜沢1-27-10	441-1511	○	○	MIRAI CLINIC TODA	本町4-16-17 2F	299-5929	○	○
奥村医院	喜沢1-33-4	441-5128	○	○	岩沢レディースクリニック	本町4-17-28-301	445-4103	○	○
鈴木メディカルクリニック	喜沢1-45-20	443-0765	○	○	公園の街クリニック	本町5-13-19-1F B室	447-6571	○	○
もとはしクリニック	喜沢南2-7-14	431-5500	○	○	戸田駅前クリニック	新曾330-1 2F	434-6325	○	○
八木医院	中町1-2-1	442-2140	○	○	LeMonおとなとこどものクリニック	新曾423 1F	242-3434	○	○
とだ眼科	中町1-15-47	442-2620	-	○	たかはし耳鼻咽喉科	新曾523 1F	447-8741	○	○
きざわ整形外科内科	中町1-17-7 1F	432-1051	-	○	T-FRONT 消化器内科・外科クリニック	新曾662 3F	287-3007	-	○
宮澤医院	中町2-11-8	442-2433	○	○	戸田ファミリア耳鼻咽喉科	新曾796 1F	434-4187	○	○
ふくだ内科	川岸2-7-30 1F	431-3737	○	○	ほそあい内科クリニック	新曾813 1F	242-5556	-	○
とだ井上整形外科	川岸2-7-30 2F	432-3111	-	○	沖永整形外科	新曾896-1 1F	445-1411	○	○
はやふねクリニック	下戸田1-1-5	442-5031	○	○	内科クリニック松原	新曾969-1 1F	433-8899	○	○
ざかい皮膚科	下戸田1-7-16 1F	442-3141	○	○	戸田なかたに整形外科	新曾984-1	291-8200	-	○
あしやハートクリニック	下戸田1-18-2 2F	434-0810	○	○	荘和泉クリニック	新曾1705-2	432-7711	○	○
中島病院	下戸田2-7-10	441-1211	○	○	こうゆうクリニック	新曾1935	290-8832	○	○
中島病院附属なかまクリニック	下戸田2-9-20	441-1211	○	○	北戸田ナノ整形外科クリニック	新曾1991 2F	229-8117	-	○
本多医院	上戸田2-1-4	441-1628	○	○	豊田脳神経外科クリニック	新曾2163-1 1F	430-0030	-	○
大島内科クリニック	上戸田2-1-15	430-2020	○	○	北戸田クリニック	新曾2220-1 1F	441-9029	○	○
戸田中央産院	上戸田2-26-3	444-1181	-	○	歌田乳腺・胃腸クリニック	新曾2235 2F	441-0080	○	○
桐山クリニック	上戸田3-12-7	434-6788	○	○	河野内科医院	新曾2492-1	447-7227	○	○
篠医院	上戸田5-14-7	442-3221	○	○	北戸田駅前クリニック	下笹目字谷口116-3 E北戸田2・3F	431-8123	○	○
戸田の杜クリニック	大字上戸田5-1 1F	229-3608	○	○	おおたきクリニック	新曾南2-3-18	434-6000	○	○
戸田中央総合病院	本町1-19-3	442-1111	○	○	桜公園クリニック	新曾南3-12-18	446-3950	○	○
かつた整形外科クリニック	本町2-16-2 1F	430-5511	-	○	梅田クリニック	笹目4-18-11 1F	449-0016	○	○
なかむら皮膚科	本町2-16-8	299-7182	-	○	指扇病院附属笹目クリニック	笹目5-20-10	421-5121	○	○
西村レディースクリニック	本町3-15-21 1F	447-5311	-	○	公平病院	笹目南町20-16	421-3030	○	○
永尾医院	本町4-2-1	441-3773	○	○	くらんど整形外科	笹目南町33-2	487-7758	-	○
					市民医療センター	美女木4-20-1	421-4114	○	○

※通院患者・施設入所者のみを対象に実施する医療機関は掲載していません



飲酒習慣について考えてみませんか？

11月10日～16日はアルコール関連問題啓発週間です

飲酒は適量を超えると、肝臓病・高血圧・糖尿病・がん・依存症など健康を害したり、事件・事故を招いたりする恐れがあります。

飲酒習慣が適切か、健康への被害や日常生活への影響が出るほど問題があるのか、オーディット(AUDIT)で見
てみませんか？



依存症(アルコール含む)について詳しくはこちら



麻薬・覚醒剤・大麻乱用防止運動を実施しています(10月1日～11月30日)

麻薬・覚醒剤・大麻・危険ドラッグなどの薬物乱用は、自分の健康を害するだけでなく、家族や周りの方にも大きな影響を与えます。覚醒剤や大麻などの薬物の誘いは、はっきり断りましょう。薬物でお困りの方は一人で悩まず相談しましょう。

県南部保健所 ☎048-262-6111

県薬務課 ☎048-830-3633