



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!



健康・保健ガイド

成人保健、親子保健、予防接種について詳しくは、「**戸田市健康・保健ガイド**」をご覧ください。



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
- 保健政策 ☎446-6479
- 感染症対策担当
- 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

成人の方へ

○健診・相談・教室など

各種相談については市ホームページをご覧ください

問い合わせ 健康づくり担当 ☎446-6453 ※申込順

生活習慣改善教室【市民大学講座】

慢性腎臓病は「新たな国民病」と言われ、成人の8人に1人が発症する身近な病気です。原因となること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: R7.1/14(火)13:30~15:00 ※受付:13:15~
場所: 文化会館 301会議室
対象・定員: 満18歳以上の市内在住・在勤者、40人
申込: 電話または申込フォームで



朝ごはんレシピコンテスト

〈内容〉朝食摂取率向上のため、朝ごはんレシピを募集します。優秀作品は表彰し、記念品を贈呈するほか、ホームページなどで紹介します。

テーマ: 手軽に用意できるオリジナル朝ごはん
対象: 市内在住・在勤・在学者、市内飲食店
締切: R7.1/31(金)
応募方法: 市ホームページをご覧ください



骨こつ教室【市民大学講座】

〈内容〉かかとの骨の骨量測定、結果説明、骨粗しょう症予防のための生活習慣・歯周病予防の話

日時: R7.1/22(水)
 ① 13:00~14:30 ② 13:30~15:00
 ③ 14:15~15:45
対象・定員: 満18歳以上の市民、60人
 ※要予約。年度内1回のみ
持ち物: 受講票(後日郵送)、筆記用具



がん検診 がん検診はお済みですか?

がんの早期発見・早期治療のためには、がん検診が重要です。市のがん検診は令和7年2月末まで実施しています。例年1月、2月に受診が集中するため、早めの受診をお勧めします。

〇がん検診

(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



肺、大腸、胃、前立腺がん検診について



乳、子宮がん検診について

すっきりボディ塾~食事・運動編~

男性の参加歓迎!

〈内容〉適切な食習慣を身に付けるための簡単にできる調理実習(試食)、自宅で取り組める簡単な運動実技、生活習慣病予防の講義
日時: R7.1/26(日)10:00~13:30 ※受付:9:45~
 調理実習の試食(1食分)の時間含む
場所: 福祉保健センター 健診室、調理実習室
対象・定員: 30~74歳の市民、15人
持ち物: エプロン、三角巾、マスク、ふきん、手拭きタオル、箸、飲み物、筆記用具、タオル、運動ができる服装
申込: 12/2(月)~電話または申込フォームで



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: 12/23(月)14:15~、15:30~
 R7.1/17(金)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



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: 12/13(金)、R7.1/29(水)
 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



個別健康・栄養相談

〈内容〉健康や栄養に関する相談に応じます(健診結果、生活習慣改善、食生活改善、禁煙など)
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



定期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

各種定期予防接種など、詳しくは「健康・保健ガイド」または市ホームページをご覧ください。

新型コロナウイルス感染症予防接種、
 高齢者等インフルエンザ予防接種、
 高齢者用肺炎球菌予防接種、
 成人男性の風しん抗体検査の対象者には通知をお送りしています。



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

詳しくは「健康・保健ガイド」または、市ホームページをご覧ください。
対象者へ約2週間前に個別通知します



子育て相談ルーム、パパママ教室、離乳食個別相談、産後サポート教室について詳しくは、「子育てアプリ とだミィ」または市ホームページをご覧ください。

※年末年始は産後ケア事業の実施がありません