



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：2/26(水) ※時間予約制

対象月齢外の方も空き状況により予約可

対象：R6年6月生まれ

申込：2/3(月)~「とだミ」で



戸田市 離乳食個別相談

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、産後ケア施設などの施設で、育児・授乳などの相談・ケアを行います。



詳しくはこちら

産後サポート教室

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います。

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

申込：2/3(月)~「とだミ」で

教室名	日程
産後ヨガ	3/5(水)
産後骨盤ケア	3/12(水)
ベビーマッサージ	3/26(水)



詳しくはこちら

「子育てアプリ とだミ」をご活用ください

「子育てアプリ とだミ」では妊娠届、産後ケア事業利用申請書の提出(母子健康手帳交付は要所)や、各種教室の予約ができます。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



母子モ で検索!

高齢者用肺炎球菌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

下記の対象者で、今までに高齢者用肺炎球菌予防接種を受けたことがない方は、公費助成が受けられます。

公費助成期間は、**66歳となる日の前日まで**です。未接種の方は早めに受けてください。

対象 高齢者用肺炎球菌予防接種を受けたことがない、①または②に該当する市民

①接種日時時点で65歳の方

②接種日時時点で60歳以上65歳未満の方で心臓、腎臓、呼吸器の機能または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級の方 ※身体障害者手帳を医療機関へ提示してください

費用 自己負担3,000円(生涯1回のみ) ※生活保護受給者・市民税非課税世帯の方は無料

接種方法 ・医療機関に予約し「接種券(はがき)」を持って、医療機関で接種してください。

※接種券は、65歳到達の翌月頃、対象者へ順次発送しています。紛失した場合は再発行ができますのでご連絡ください

・生活保護受給者は「接種券」と「受給者証」を持って、医療機関で接種してください。

・市民税非課税世帯の方は市発行の無料券(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)が必要ですので、事前に福祉保健センターへお申し込みください。**事前申し込みのない場合、自己負担3,000円となります**のでご注意ください。

注意事項 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。

市外での接種をご検討の方は、事前にご相談ください。



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
- 健康づくり担当 ☎ 446-6453
 - 保健政策・感染症対策担当 ☎ 446-6479
- 親子健やか室
- 親子保健担当 ☎ 446-6491

併設している団体

- 戸田市社会福祉協議会 ☎ 442-0309
- 戸田市障害者基幹相談支援センター ☎ 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。



幼児食講習会

〈内容〉管理栄養士による、離乳食完了後から5歳頃までの食事についての話

日時：2/14(金)10:00~11:30

※受付：9:45~

場所：福祉保健センター 健診室

対象・定員：1~5歳頃の子どもの保護者(市民)、20人 ※子どもの同伴可

申込：2/3(月)~「とだミィ」で

問い合わせ：健康づくり担当

☎ 446-6453



【期間限定】女子栄養大学学生考案「すこやかTODA弁当」を販売しています！

<100年健康プロジェクト>

昨年大好評をいただいた栄養バランスの整った健康的なお弁当の第2弾！期間中の販売日に1日限定10食で販売します。

期間：2/26(水)まで ※毎週水曜日のみ販売

場所：おむすびcafeころりん

戸田市新曽30-3サンペイビル1階

問い合わせ：健康づくり担当

☎ 446-6453



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

骨こつ教室 [市民大学講座] 3/1~8は女性の健康週間です。



骨量は年齢と共に減少します。この機会に骨の健康度を測定してみませんか。

〈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：3/7(金)

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



とまり木サロン ひきこもりについて話してみませんか。

ひきこもりについて語り合う集いの場です。話を聞くだけでも、その場にいただけでも大丈夫です。自由に出入りできます。

日時：2/18(火)13:30~15:30

場所：福祉保健センター プレイルーム

対象：ひきこもりの状態にある方やその家族

※予約不要、匿名で参加できます



自殺予防のための駅頭キャンペーン

3/7(金)18:00~19:00

北戸田駅・戸田駅・戸田公園駅で駅頭キャンペーンを行います。

ソフトボールチーム

「戸田中央メディックス埼玉」

が来ます！



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：2/17(月)、3/11(火)

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：要予約



個別健康・栄養相談

〈内容〉健康や栄養に関する相談(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



こころの健康相談 ひきこもり相談

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ています。ひきこもりに関する相談もお受けしています。

臨床心理士による相談(1回1時間)

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：2/17(月)14:15~、15:30~

2/28(金)9:15~、10:30~

3/14(金)9:15~、10:30~

面接相談：要予約(1週間前まで) ※年度内1回まで利用可



〈相談できること〉

- ・職場や友達との対人関係について
- ・家族との関係について
- ・気持ちの整理の方法
- ・ひきこもりについて
- ・人との接し方
- ・生きづらさについて など

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



がん検診 受診期間は2月28日(金)までです！

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。受診されていない方は、早めの受診をお勧めします。

- 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