



乳幼児と保護者の方へ

※費用について、特に記載しているもの以外は無料です。

内 容	日時・会場		対 象		そ の 他														
離乳食実習	8／9(木)・午後1時30分～3時30分 保健センター		H24年3月生の第1子のお子さんとその保護者		定員／36組（先着順） 申し込み／電話で7／18(木)から予約受付開始														
母と子のつどい	8／24(金)・午後1時30分～3時30分 保健センター		H24年6月生 定員／30組（先着順）		内容／赤ちゃんの話、お母さん同士の交流など 申し込み／電話で7／19(木)から予約受付開始														
マタニティ教室 ※8月コースは、すでに受付を行っています。	<table><tr><th>日</th><th>程</th><th>定員</th><th>対象（初妊婦）</th><th>実施時間</th></tr><tr><td>8月 （1日コース）</td><td>11(土)</td><td>36人</td><td>H24年11月～ H25年1月出産予定</td><td>午前10時～ 午後4時</td></tr><tr><td>9月 （3日コース）</td><td>6(木)・22(土・祝) 26(木)</td><td>36人</td><td>H24年12月～ H25年2月出産予定</td><td>午後1時～ 4時</td></tr></table>		日	程	定員	対象（初妊婦）	実施時間	8月 （1日コース）	11(土)	36人	H24年11月～ H25年1月出産予定	午前10時～ 午後4時	9月 （3日コース）	6(木)・22(土・祝) 26(木)	36人	H24年12月～ H25年2月出産予定	午後1時～ 4時	申し込み／電話で7／19(木)から予約受付開始 会場／保健センター ※詳細は健康カレンダーをご覧ください。 不明な点は保健センターへお問い合わせください。	
日	程	定員	対象（初妊婦）	実施時間															
8月 （1日コース）	11(土)	36人	H24年11月～ H25年1月出産予定	午前10時～ 午後4時															
9月 （3日コース）	6(木)・22(土・祝) 26(木)	36人	H24年12月～ H25年2月出産予定	午後1時～ 4時															
予防接種 乳幼児健康診査	<table><tr><td rowspan="3">BCG 等予防接種</td><td colspan="4">8月の乳幼児健診</td></tr><tr><td>4か月児健診</td><td>10か月児健診</td><td>1歳6か月児健診</td><td>3歳児健診</td></tr><tr><td>H24年5月生まれ</td><td>H24年4月生まれ</td><td>H23年10月生まれ</td><td>H23年1月生まれ</td></tr></table> H21年4月生まれ 7月上旬発送予定。通知が届かない場合はご連絡ください。					BCG 等予防接種	8月の乳幼児健診				4か月児健診	10か月児健診	1歳6か月児健診	3歳児健診	H24年5月生まれ	H24年4月生まれ	H23年10月生まれ	H23年1月生まれ	※左記のとおり個別通知をしますので、詳細は通知をご覧ください。
BCG 等予防接種	8月の乳幼児健診																		
	4か月児健診	10か月児健診	1歳6か月児健診	3歳児健診															
	H24年5月生まれ	H24年4月生まれ	H23年10月生まれ	H23年1月生まれ															



成人の方へ

がん検診推進事業(子宮頸がん・乳がん・大腸がん)無料クーポン券・検診手帳を送付します!

市では、国のがん検診推進事業の一環として、一定の年齢層の対象者の方へ無料クーポン券と検診手帳を7月上旬に送付します。この機会に受診し、ご自身の健康管理およびがんの早期発見・早期治療にお役立てください。

【無料クーポン券の対象者】 有効期間：7月1日(日)から平成25年2月28日(木)まで

平成24年4月20日に朝霞市に住民登録があり、平成23年4月2日から平成24年4月1日までの間に以下の節目年齢に達した方

①子宮頸がん(女性)

20歳：平成3年4月2日～平成4年4月1日
25歳：昭和61年4月2日～昭和62年4月1日
30歳：昭和56年4月2日～昭和57年4月1日
35歳：昭和51年4月2日～昭和52年4月1日
40歳：昭和46年4月2日～昭和47年4月1日

②乳がん(女性)

40歳：昭和46年4月2日～昭和47年4月1日
45歳：昭和41年4月2日～昭和42年4月1日
50歳：昭和36年4月2日～昭和37年4月1日
55歳：昭和31年4月2日～昭和32年4月1日
60歳：昭和26年4月2日～昭和27年4月1日

③大腸がん(男性・女性)

40歳：昭和46年4月2日～昭和47年4月1日
45歳：昭和41年4月2日～昭和42年4月1日
50歳：昭和36年4月2日～昭和37年4月1日
55歳：昭和31年4月2日～昭和32年4月1日
60歳：昭和26年4月2日～昭和27年4月1日

※協定医療機関一覧は、無料クーポン券等とあわせて送付します。

(協定医療機関へ直接お申込みください。受診の際は、健康保険証とクーポン券を忘れずにお持ちください。)

※今年度(平成24年5月から)すでに市のがん検診を受診されている場合は受診できません。

※平成24年4月20日以降に朝霞市に転入し、無料クーポン券対象の方は無料クーポン券を交付しますのでご連絡ください。

※クーポン券を紛失された場合は、有効期間内であれば再交付しますのでご連絡ください。

(交付の際に、お名前、ご住所、生年月日等の必要事項を確認させていただきます。)

平成24年度個別がん検診実施医療機関に変更があります

①関医院(三原)…肺がん検診を追加 ②村山クリニック(朝志ヶ丘)…乳がん検診を削除

※実施医療機関については、今後変更になる場合がありますので、検診の実施内容・実施日については、医療機関へ直接お問い合わせください。

食中毒に気をつけましょう!

夏季は食中毒が多く発生する時期です。肉類を生や加熱不足で食べることによるカンピロバクター食中毒や腸管出血性大腸菌食中毒が多発しています。肉やレバーを食べるときには次の点に注意しましょう。

【ポイント】

- 1 レバーなどの内臓や食肉を調理するときは、しっかり加熱(75℃で1分間以上)して食べましょう。表面が焼けていても、内部が生であることがあります。
- 2 食肉は、購入から調理までの間、細菌が増殖しないように低温保存(10℃以下)しましょう。
- 3 焼肉やバーベキューをするときは、生肉を扱った箸やトングで、焼きあがった肉やサラダを食べないようにしましょう。
- 4 野菜、果物、調理済みの食品は、生肉やその肉汁と接触しないようにしましょう。
- 5 肉の調理に使用した包丁やまな板などの器具類は、その都度、洗浄消毒しましょう。
- 6 調理前や生肉に触った後、トイレの後、手指の洗浄消毒をしましょう。

問/朝霞保健所 ☎461-0468

※7月の休日歯科応急診療所

実 施 日 7 / 1(日)・8(日)・15(日)・16(月・祝)・22(日)・29(日)

受 付 時 間 午前9時～11時30分

場 所 新座市休日歯科応急診療所 (新座市保健センター)

診 察 料 健康保険法の規定料金 (保険証を必ずお持ちください。)

問い合わせ ☎048-481-2211

※救急医療のお問い合わせ

●埼玉県救急医療情報センター ☎048-824-4199

●埼玉県南西部消防本部 ☎048-460-0123

※小児救急電話相談

●#8000 (携帯電話からも相談可能)