



各種健(検)診等の年間日程は「朝霞市保健センターガイド」に掲載しています。

問/健康づくり課(保健センター内)
☎465-8611 FAX 466-7522



乳幼児と保護者の方へ

※費用：無料 ※会場：保健センター

内容	日時・会場	対象	その他																						
離乳食ステップアップ教室	8月24日(休) 午前10時～正午 もしくは午後1時30分～3時30分	平成28年9月～平成29年1月生の第1子のお子さんとその保護者1人	申/7月6日(休)から(電話で要予約)																						
マタニティ教室	<table border="1"> <thead> <tr> <th>日</th> <th>程</th> <th>実施時間</th> <th>対象(初妊婦)</th> <th>内容</th> <th>その他</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>8月(短縮1日コース)</td> <td>26日(出) ※妊婦・パパになる方対象</td> <td>午前10時～午後4時</td> <td>H29年11月～H30年1月出産予定</td> <td>お産の進み方、パパ講座、沐浴・妊婦体験、DVD上映</td> <td rowspan="2">申/9月(基本2日コース)は電話で7/6(休)から予約受付開始 ※8月(短縮1日コース)はすでに受付を行なっています。</td> </tr> <tr> <td>9月(基本2日コース)</td> <td>1回目：7日(休) ※妊婦のみ対象 9日(出) ※妊婦・パパになる方対象</td> <td>午後1時～4時 午前10時～午後4時</td> <td>H29年12月～H30年2月出産予定</td> <td>妊娠中の歯っぴい講座 妊娠中の栄養と調理実習 お産の進み方、パパ講座、沐浴・妊婦体験、DVD上映</td> </tr> </tbody> </table>	日	程	実施時間	対象(初妊婦)	内容	その他	8月(短縮1日コース)	26日(出) ※妊婦・パパになる方対象	午前10時～午後4時	H29年11月～H30年1月出産予定	お産の進み方、パパ講座、沐浴・妊婦体験、DVD上映	申/9月(基本2日コース)は電話で7/6(休)から予約受付開始 ※8月(短縮1日コース)はすでに受付を行なっています。	9月(基本2日コース)	1回目：7日(休) ※妊婦のみ対象 9日(出) ※妊婦・パパになる方対象	午後1時～4時 午前10時～午後4時	H29年12月～H30年2月出産予定	妊娠中の歯っぴい講座 妊娠中の栄養と調理実習 お産の進み方、パパ講座、沐浴・妊婦体験、DVD上映							
日	程	実施時間	対象(初妊婦)	内容	その他																				
8月(短縮1日コース)	26日(出) ※妊婦・パパになる方対象	午前10時～午後4時	H29年11月～H30年1月出産予定	お産の進み方、パパ講座、沐浴・妊婦体験、DVD上映	申/9月(基本2日コース)は電話で7/6(休)から予約受付開始 ※8月(短縮1日コース)はすでに受付を行なっています。																				
9月(基本2日コース)	1回目：7日(休) ※妊婦のみ対象 9日(出) ※妊婦・パパになる方対象	午後1時～4時 午前10時～午後4時	H29年12月～H30年2月出産予定	妊娠中の歯っぴい講座 妊娠中の栄養と調理実習 お産の進み方、パパ講座、沐浴・妊婦体験、DVD上映																					
乳幼児健康診査	<table border="1"> <thead> <tr> <th colspan="5">8月の乳幼児健診</th> </tr> <tr> <th></th> <th>4か月児健診</th> <th>10か月児健診</th> <th>1歳6か月児健診</th> <th>3歳児健診</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>対象</td> <td>H29年4月生まれ</td> <td>H28年10月生まれ</td> <td>H28年1月生まれ</td> <td>H26年4月生まれ</td> </tr> <tr> <td>日程</td> <td>8月2日(休)・23日(休)</td> <td>8月9日(休)・30日(休)</td> <td>8月1日(休)・22日(休)</td> <td>8月4日(金)・25日(金)</td> </tr> </tbody> </table>				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	対象	H29年4月生まれ	H28年10月生まれ	H28年1月生まれ	H26年4月生まれ	日程	8月2日(休)・23日(休)	8月9日(休)・30日(休)	8月1日(休)・22日(休)	8月4日(金)・25日(金)	※左記の方へ、個別通知します。(7月中旬発送予定)
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																					
対象	H29年4月生まれ	H28年10月生まれ	H28年1月生まれ	H26年4月生まれ																					
日程	8月2日(休)・23日(休)	8月9日(休)・30日(休)	8月1日(休)・22日(休)	8月4日(金)・25日(金)																					
定期予防接種	<table border="1"> <thead> <tr> <th>B型肝炎・ヒブ・小児用肺炎球菌等</th> <th>生後1か月児(H29年6月生まれ)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>日本脳炎</td> <td>3歳児(H26年6月生まれ)</td> </tr> </tbody> </table>		B型肝炎・ヒブ・小児用肺炎球菌等	生後1か月児(H29年6月生まれ)	日本脳炎	3歳児(H26年6月生まれ)	左記の対象者に個別通知します。																		
B型肝炎・ヒブ・小児用肺炎球菌等	生後1か月児(H29年6月生まれ)																								
日本脳炎	3歳児(H26年6月生まれ)																								

※7月の休日歯科応急診療所

実施日時 7月17日(月・祝) 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)
 ※大人を対象とする救急電話相談 #7000(携帯電話からも相談可能)

☆7月は「愛の血液助け合い運動」月間です。

食中毒に気をつけましょう

問/朝霞保健所 ☎461-0468

夏期には細菌による食中毒が発生しやすくなります。多くは肉類を生や加熱不足で食べることを原因としたカンピロバクターや腸管出血性大腸菌による食中毒です。次の点に注意しましょう。

【ポイント】

- 1 肉の生食は危険です。お子さんや高齢の方では症状が重篤化することもあります。
- 2 レバーなどの内臓や食肉の調理をするときは、しっかり加熱(75℃で1分間以上)して食べましょう。
- 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など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 食肉は、購入から調理までの間、細菌が増殖しないよう低温保存(10℃以下)しましょう。
- 7 調理前や生肉に触った後、トイレの後は、手指の洗浄消毒をしましょう。

「初回献血！お友達＆ご家族紹介キャンペーン」を実施します！

問/埼玉県 薬務課 ☎048-830-3635

7月～9月に「初回献血！お友達＆ご家族紹介キャンペーン」を実施します。

献血経験者の方と、献血未経験者の方(お友達やご家族など)が、県内の献血ルームで一緒に献血していただくと、素敵なプレゼントを差し上げます！

献血ルームに行ったことがない…という皆さん、この夏はお友達と一緒に献血ルームに来てみませんか？
 ※プレゼントは無くなり次第終了します。

こころの健康相談

申・問/健康づくり課 ☎465-8611

日時/7月19日(休)
午後2時～3時30分

申込方法/7月13日(休)までに電話または窓口で予約
 会場/保健センター