みんなすこやか

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。

申・問／健康づくり課
☎465-8611　FAX466-7522

乳幼児と保護者の方へ

※費用：無料

内容	日時	会場	対象	その他
離乳食ステップアップ教室	2月21日㈭　午前10時30分～正午もしくは午後1時30分～3時30分	保健センター	平成30年3～7月生の第1子のお子さんとその保護者1人	申／1月10日㈭から電話で ※調理実習は午後の回のみ実施

マタニティ教室

日程		実施時間	対象（初妊婦）	内容	会場	その他
2月（短縮1日コース）	9日㈯ ※妊婦・パパになる方対象	午前10時～午後4時	平成31年5～7月出産予定	お産の進み方、パパ講座、沐浴・妊婦体験、DVD上映	保健センター	すでに受け付けを行っています。
3月（基本2日コース）	1回目：9日㈯ ※妊婦のみ対象	午前10時～正午	平成31年6～8月出産予定	妊娠中の歯っぴい講座 妊娠中の栄養講座		申／1月10日㈭から電話で
	2回目：24日㈰ ※妊婦・パパになる方対象	午前10時～午後4時		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

	2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	平成30年10月生まれ	平成30年4月生まれ	平成29年7月生まれ	平成27年10月生まれ
日程	6日㈫・20日㈫	8日㈮・27日㈫	5日㈫・19日㈫	1日㈮・15日㈮
会場	保健センター			

※左記の方へ、個別通知します。（1月中旬発送予定）

定期予防接種

B型肝炎・ヒブ・小児用肺炎球菌 等	生後1か月児（平成30年12月生まれ）
日本脳炎	3歳児（平成27年12月生まれ）

※左記の方へ、個別通知します。

平成30年度高齢者インフルエンザ予防接種のお知らせ（希望される方）

現在実施中の高齢者インフルエンザ予防接種は、1月31日㈭で終了となります。希望される方は、1月中 に接種してください。
※詳しくは広報あさか10月号38ページをご覧いただくか、お問い合わせください。

平成30年度高齢者肺炎球菌定期予防接種のお知らせ（希望される方）

肺炎球菌ワクチンは、肺炎球菌による肺炎などの感染症を予防し、重症化を防ぎます。
現在実施中の「高齢者肺炎球菌定期予防接種」は、3月31日㈰までとなります。
右記の生年月日の方で、接種を希望される方は、早めに接種をしてください（対象者には平成30年4月にむらさき色のはがきを送付しています）。
※過去に接種したことのある方は対象となりませんのでご注意ください。

＜平成30年度の対象者＞

昭和28年4月2日～昭和29年4月1日生（65歳となる方）
昭和23年4月2日～昭和24年4月1日生（70歳となる方）
昭和18年4月2日～昭和19年4月1日生（75歳となる方）
昭和13年4月2日～昭和14年4月1日生（80歳となる方）
昭和 8年4月2日～昭和 9年4月1日生（85歳となる方）
昭和 3年4月2日～昭和 4年4月1日生（90歳となる方）
大正12年4月2日～大正13年4月1日生（95歳となる方）
大正 7年4月2日～大正 8年4月1日生（100歳となる方）

※上記生年月日の方が公費助成を受けられるのは平成30年度のみです。平成31年4月1日以降に接種する場合は、全額自己負担となります。
★平成31年度以降は、高齢者肺炎球菌定期予防接種の対象者は65歳の方のみになる予定です。

成人の方へ

内容	日時	会場	対象	その他
成人歯科健診	2月13日㈬　午後1時～2時30分 2月14日㈭　午前9時～10時30分	保健センター	16歳以上の市民	内容／歯と歯ぐきの健診およびブラッシング指導 定員／1日60人 申／1月7日㈪～31日㈭に電話または窓口で
こころの健康相談	1月30日㈬　午後2時～3時	保健センター	精神面の健康に心配のある方や、認知症を含む精神障害のある方とその家族	申／1月25日㈮までに電話で

※1月の休日歯科応急診療所
実施日　1月3日㈭・14日㈪（月・祝）
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

☆1月1日～31日　「はたちの献血」キャンペーン月間です。

※救急医療のお問い合わせ
●埼玉県南西部消防本部　☎048-460-0123
●埼玉県救急電話相談　#7119（全国共通ダイヤル）または☎048-824-4199（ダイヤル回線、IP電話、PHS）
※従来同様、次の番号からも電話をかけられます
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）

「埼玉県コバトン健康マイレージ事業」に申し込もう!!　～楽しく歩いてポイントを貯めよう！～

歩数計またはスマートフォンを使用し、ウォーキングの歩数に応じたポイントを貯めて、抽せんで県の特産品等が当たります！
対象／市内在住の18歳以上の方（高校生は対象外）　**費用**／無料※歩数計を選択した場合は、1人494円の送料の負担あり。
申込方法／郵送またはＷＥＢで
●郵　送：申込書と健康保険証の写しを〒330-9091　さいたま新都心郵便局　私書箱159号　埼玉県コバトン健康マイレージ事務局へ送付
●ＷＥＢ：パソコン、スマートフォンから申し込みをし、後日、保険証の写しを宛先へ送付
※詳しくは健康マイレージ事務局（☎0570-035810）へお問い合わせください。

ボーナス抽せん会のお知らせ

埼玉県コバトン健康マイレージ事業に参加し、対象事業（特定健診、特定保健指導、がん検診、人間ドック）を受けた方を対象に、健康グッズ、朝霞の逸品などが当たるボーナス抽せんを行います。対象の方に個別に案内をします。
問／健康づくり課　☎465-8611、保険年金課　☎463-1178