



保健センターからのお知らせ

申問 ☎995-3381



ハッピーこまちゃん
健康ポイント対象
事業



➡ 3月は「自殺対策強化月間」

自殺は個人の自由な意思や選択の結果と思われがちですが、実際にはさまざまな要因が複雑に関係し、心理的に追い込まれた末の死です。身近な人の変化に気づいたら、まずは耳を傾けねざらい、支援先につなげ、温かく見守りましょう。

保健センターでは、月1回精神科医によるこころの相談を行っています。ひとりで悩まずご相談ください。

【相談機関等】

- こころの健康相談統一ダイヤル ☎0570-064-556
- よりそいホットライン(24時間対応) ☎0120-279-338
- 埼玉いのちの電話(24時間対応) ☎048-645-4343
- チャイルドライン(18歳まで) ☎0120-99-7777

➡ 高齢者肺炎球菌予防接種について

4月1日から定期接種で用いられるワクチンが変更されます。ワクチンの変更に伴い自己負担額が3,000円から6,000円に変更になります。なお、対象の方には2月中に通知を送付しました。詳しくは、2次元コードをご覧ください。



高齢者肺炎球菌
予防接種

➡ 目指そう！みんなで健康マイスター

「みんなで健康マイスター」とは、自分の健康づくりに取り組むとともに、学んだ健康情報を家族や友人に広め、健康づくりの仲間を増やす方のことです。

1分野5～15分程度の動画を受講し学べます。

「健康マイスター(名人)」となって、健康な毎日をごしませんか。詳しくは、2次元コードをご覧ください。



埼玉県
ホームページ

➡ 3月1日～7日は「子ども予防接種週間」

ワクチンで防ぐことができる病気(VPD: Vaccine Preventable Diseases)から子どもたちを救うため、入園・入学前であるこの時期に、未接種のワクチンがないか確認しましょう。予防接種に関する不安や悩みがある方は、お気軽にご相談ください。

➡ 3月1日～8日は「女性の健康週間」

女性の心と体は、月経周期や、思春期・成熟期・更年期・老年期のライフステージによる女性ホルモンの影響などを受けやすいと言われています。

健康で充実した日々を過ごすために、この機会に健康について考えてみましょう。

保健センターでは、健康相談を随時受け付けています。お気軽にご相談ください。



女性の健康づくり



保健センターの催し



健康づくりの料理教室

☎4月16日(木) 午前10時～午後0時30分

場 保健センター栄養指導室

対 市内在住で64歳以下の方

内 「手ばかり健康法で自分の適量を知ろう～かんたんバランス栄養ごはん～」をテーマに講話と調理実習

持 エプロン、三角巾、ハンドタオル、マスク、上履き

定 16人(申込順)

費 500円(食材料費)

申 4月6日から、窓口または電話

1月31日(土)に

「災害時参集訓練」を行いました。

災害時、傷病者が多数の場合、もしくは医療機関が被災して機能していない場合、市は応急処置の実施のため、医師会、歯科医師会、薬剤師会で構成される草加八潮災害医療チーム(SYMAT)の協力のもと救護所を設置します。

今回の災害時参集訓練は、草加市立病院災害対策室長の吉永敦史医師(DMAT統括登録者)の支援のもと、SYMATと草加八潮消防組合の協力を得て、保健センター駐車場に救護所を設置して行いました。



大規模災害の際に負傷者が災害時連携病院などに集中すると、適切に治療を行うことができず、病院としての機能が成り立たなくなる可能性があります。

軽症者の応急処置は、救護所で行いますので、ご理解とご協力をお願いします。

●日頃の備えについて

ご自身と大切な人のためにも、日頃からの準備をお願いします。

- ① 平時から救急セットや薬を備えておく。
- ② 草加八潮消防組合ホームページで、救急・応急手当の方法を確認しておく。



草加八潮消防組合
ホームページ



すこやかカレンダー

場 保健センター

申問 子ども家庭支援課 ☎(内)890

事業名	日時	対象	申し込み
すこやか相談	4月7日(火) 午後1時30分～4時	お子さんの発育・発達やことばの遅れ、発音不明瞭、落ち着きがないなどの心配がある方	電話
ママのこころの相談 (臨床心理士による相談)	4月13日(月) 午前9時30分～11時30分(1人45分)	乳幼児の保護者・妊婦で子育て上の悩み、不安などがある方	
離乳食(初期)教室	4月14日(火) 午前10時30分～正午	5・6カ月児の乳児とその保護者	電話または 市ホームページ 内から電子申請
離乳食(後期)教室	4月15日(水) 午前10時30分～正午	9～11カ月児の乳児とその保護者	
パパ・ママ学級	4月19日(日) 午後1時～4時	妊娠5～7カ月の初妊婦および夫	

八潮市役所 ☎996-2111 市外局番は(048)です

☎日時・期間 場場所 対対象 内内容 持持ち物 定定員 費費用(記載がない場合は無料) 申申し込み 問問い合わせ