



保健センターからの

鴻巣市合併10周年記念 平成27年度食育講演会 しあわせ脳になるう！ ～脳にいい食べ方がある～

とき／1月22日(金)10時～11時30分(開場9時30分)

ところ／クレアこうのす小ホール

定員／200人(先着順) 費用／無料

講師／黒川伊保子さん(株式会社感性リサーチ 代表取締役)

その他／保育あり(先着10人・要申込み)。お土産もあります

申込み／12月22日(火)～1月14日(木)の平日9時～17時に電話で鴻巣保健センター



黒川伊保子さん

平成27年度 市民講座 ～ひきこもりってなに？～

「ひきこもり」について学ぶとともに、ひきこもりを経験したご本人から、そのとき感じたことや思いを語っていただきます。

とき／11月24日(火)14時～16時30分

ところ／鴻巣保健所大会議室

定員／50人(先着順)

講師／ひきこもり当事者及びひきこもりを支援している臨床心理士

申込み／電話で鴻巣保健所保健予防推進担当(☎541-0249)

各種相談のご案内

詳細は鴻巣・吹上保健センターに電話でお問い合わせください。

いきいき健康相談

とき／12月7日(月)9時30分～鴻巣、12月21日(月)9時30分～吹上、

申込み／開催前日まで

こころの健康相談

とき／12月16日(水)臨床心理士＝9時30分～吹上、保健師＝13時30分～鴻巣

申込み／開催前日まで

ポピークラブ

とき／12月18日(金)13時30分～吹上

申込み／開催前日まで

健康生活

Q 禁煙外来では、どのような治療を行うのですか？

A 脳梗塞や心筋梗塞の可能性を高め、がんの可能性を高めます。COPD(閉塞性肺疾患)の原因の一つでもあります。

意志の強い方は、一人で禁煙できるかもしれませんが、禁煙できなかった場合は、禁煙外来を受診してください。医師からさまざまなアドバイスも受けられますし、タバコがおいしくなくなる薬も処方してもらえます。もちろん保険適応です。

我々医師が専門的な立場から禁煙のお手伝いをしますので、タバコをやめたいと思ったら、ぜひお近くの禁煙外来を受診してください。

(一般社団法人 鴻巣市医師会)

外来などです。昔は、パイプ型の禁煙グッズ等もありましたよね。このような禁煙グッズを使用しても、禁煙できず、た人は少なかつたように感じます。禁煙は、とても難しいです。ニコチン依存症と言って、タバコを吸わないと禁断症状が出て、イライラしたり落ち着きがなくなったりし、吸いたくない気持ちを抑えられなくなります。タバコは、とても有害です。動脈硬化を早め、

か？禁煙ガムや、禁煙パッチも禁煙外来で処方してもらえます。

一人禁煙できる方も禁煙できない方も、禁煙外来を受診してください。医師からさまざまなアドバイスも受けられますし、タバコがおいしくなくなる薬も処方してもらえます。もちろん保険適応です。

我々医師が専門的な立場から禁煙のお手伝いをしますので、タバコをやめたいと思ったら、ぜひお近くの禁煙外来を受診してください。

(一般社団法人 鴻巣市医師会)

！ ノロウイルスによる食中毒にご注意を！

ノロウイルスによる感染性胃腸炎や食中毒は、冬場を中心に多く発生する傾向があります。ノロウイルスは感染力が強く、保育園や学校、病院等で発生すると急速に感染が拡大する危険性があります。正しく予防して、ノロウイルスによる感染を防ぎましょう。

予防のポイント

手洗いは正しくしっかりと

- 帰宅後やトイレの後、食事の前には必ず手を洗いましょう
- 石けんでよく洗浄し、すすぎは流水で十分に行いましょう

清掃・消毒でいつも清潔に

- トイレを清潔に保ちましょう
- 調理や配膳は、十分に手を洗ってから行いましょう

食品の加熱は中心まで十分に

- 生食を控えましょう
- 調理は中心温度85℃～90℃で90秒以上加熱しましょう

おう吐物や下痢便の処理に注意

- マスク・手袋を着用し、雑巾・タオル等でしっかりとふきとった後、次亜塩素酸系消毒剤を用いて、適切に消毒をしましょう。処理後は必ず、手洗い・うがいをしましょう

問い合わせ／鴻巣保健所生活衛生・薬事担当(☎541-0249)



のお知らせ

●問い合わせ●

鴻巣保健センター ☎543-1561、FAX 543-5749
 吹上保健センター ☎548-6252、FAX 549-2696
 川里保健センター ☎569-3141 (鴻巣保健センターへ転送)
 ※鴻巣保健センターにお車で越しの方は、市役所
 駐車場をご利用ください

高年齢者の肺炎球菌ワクチン接種

高齢者を対象に肺炎球菌ワクチンの予防接種を実施しています。ご希望の方は、委託医療機関に予約のうえ、接種を受けてください。

なお、下表の市内委託医療機関以外で接種を希望される場合は、助成の対象とならない場合がありますので、事前にお問い合わせください。

また、定期予防接種の対象外の方に、市が疾病予防を目的に独自に任意予防接種に係る費用の助成を行っています。

■定期予防接種

対象／①平成27年度中に次の年齢になる方

65歳	昭和25年4月2日～昭和26年4月1日生
70歳	昭和20年4月2日～昭和21年4月1日生
75歳	昭和15年4月2日～昭和16年4月1日生
80歳	昭和10年4月2日～昭和11年4月1日生
85歳	昭和5年4月2日～昭和6年4月1日生
90歳	大正14年4月2日～大正15年4月1日生
95歳	大正9年4月2日～大正10年4月1日生
100歳	大正4年4月2日～大正5年4月1日生

※平成28年度～30年度は、各当該年度に上記年齢となる方が順次対象となる予定です

②接種日現在、60歳～65歳未満で、心臓・腎臓又は呼吸器の機能若しくは免疫の機能に障がいのある方（身体障害者手帳1級相当）

接種回数／1回 接種期限／平成28年3月31日(木)

費用／2,500円 ※生活保護受給者は無料

注意／①②とも、過去に高齢者肺炎球菌ワクチンを受けたことがある方は、市の助成を受けたか否かにかかわらず、定期接種の対象となりません

持ち物／健康保険証、生活保護世帯の方は受給証、対象②の方は身体障害者手帳

■市が独自の助成で行う任意予防接種

対象／①接種日当日に65歳以上の方 ②接種日当日に60歳～65歳未満で、心臓・腎臓又は呼吸器の機能若しくは免疫の機能に障がいのある方（身体障害者手帳1級相当）

助成回数／2回まで（これまでの接種回数も含む）※定期予防接種対象者を除く。2回目の再接種は、前回の接種から5年以上の間隔をあけてください

自己負担額／4,100円（市内委託医療機関で接種した場合）

持ち物／健康保険証、対象②に該当する方は身体障害者手帳

市内委託医療機関一覧

(50音順)

医療機関名	電話番号	定期接種	任意接種
相原 医院	569-1951	○	○
あおばクリニック	580-5670	○	○
内山 医院	596-0212	○	○
おおさきクリニック	580-7720	○	○
大塚 医院	541-0932	○	○
北鴻巣クリニック	596-1423	○	○
河野小児科医院	541-0146	○	○
こうのす共生クリニック	540-6677	○	×
こうのす共生病院	541-1131	○	○
鴻巣 外科胃腸科	543-7770	○	○
鴻巣第一クリニック	542-5566	○	○
鴻北クリニック	595-3733	○	○
小室クリニック	541-0020	○	○
埼玉県済生会鴻巣病院	596-2221	○	○
埼玉脳神経外科病院	541-2800	○	○
斎藤外科胃腸科医院	541-4345	○	○
佐野 医院	541-2888	○	○
サンビレッジクリニック鴻巣	540-0088	○	○
昭和クリニック	548-0025	○	○
高橋胃腸科医院	542-5018	○	○
たけうちクリニック	594-7701	○	○
田嶋 医院	548-6230	○	○
多島小児科医院	548-3764	○	○
坪山整形外科	548-0052	○	○
中村 医院	541-1331	○	○
仁科整形外科	543-7099	○	○
ひろせクリニック	595-3566	○	○
吹上共立診療所	548-3865	○	○
吹上整形外科医院	548-5211	○	○
ふたむら内科クリニック	540-6635	○	○
プライムクリニック	543-8888	○	○
ヘリオス会病院	569-3111	○	○
ヘリオスクリニック	540-7320	○	○
星野 医院	542-8911	○	○
宮坂 医院	569-0100	○	○
村越外科胃腸科肛門科	548-0048	○	○
柳澤小児科内科クリニック	597-1171	○	○
山口内科クリニック	541-0215	○	○
山崎 医院	548-0219	○	○
山田ハートクリニック	540-4180	○	○
湯本フラワー通りクリニック	595-1711	○	○
わたまクリニック	541-5756	○	○

看護職の届出制度が始まりました

平成27年10月から、「看護師等の人材確保の促進に関する法律」の改正により、看護職の資格をお持ちで就業していない方は届出をしていただくことになりました。

転居や出産育児等で離職した方等はお問い合わせください。届出方法については、県ナースセンターで詳しくご案内します。

問い合わせ／県ナースセンター（☎048-824-7220）



12月1日は世界エイズデーです。この機会に検査を受けましょう！

鴻巣保健所ではHIV・性感染症検査（原則毎月第2月曜日・第4火曜日）を無料・匿名で行っています（要事前予約）。

詳細は鴻巣保健所（☎541-0249）までお問い合わせください。



2015.11

12