市民医療センター

戸田市美女木 4 －20－1
✆421-4114　FAX421-4218
国際興業バス 西川口－北戸田線
● 市民医療センター下車
コミュニティバス（美笹循環）
● 市民医療センター下車

診療科目
●内科、小児科、消化器内科、神経内科、呼吸器内科、整形外科、耳鼻咽喉科
診療科目によっては、診療日が決まっている場合があります

受付時間
●月曜日　午前８時30分～11時30分、午後２時～５時
●火～金曜日　午前８時30分～11時30分、午後１時30分～５時
●土曜日　午前８時30分～11時30分、午後１時30分～４時
●予防接種：月・水・金曜日（要予約）

休日・平日夜間の診療機関（急患）

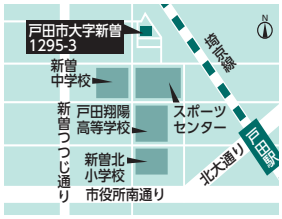
●かかりつけ医を持ち、早めの受診を心掛けましょう

※休日・平日夜間の診療機関は、診療時間内に受け付けを済ませてください

内科・小児科（詳しくは蕨戸田市医師会ホームページをご覧ください）

戸田市休日・平日夜間急患診療所
●蕨戸田市医師会館隣　✆445-1130
休日診療日●10／13・20・27、11／4・17
診療時間●午前９時～正午、午後１時～５時

平日夜間診療月11月（奇数月）
毎週月～金曜日の平日夜間診療時間
午後７時30分～10時30分　※休日を除く



蕨市休日・平日夜間急患診療所
●蕨市福祉・児童センター内　✆431-2611
休日診療日●10／６・14・22、11／3・10
診療時間●午前９時～正午、午後１時～５時

平日夜間診療月10月（偶数月）
毎週月～金曜日の平日夜間診療時間
午後７時30分～10時30分　※休日を除く

小児科　※平日夜間診療時間のあと
毎週月～金曜日の平日夜間診療時間

●午後10時30分～翌朝７時
※受診する場合は、必ず事前に各医療機関に電話でお問い合わせください

●月・水・木・金曜日
「戸田中央総合病院」　戸田市本町1-19-3　✆442-1111
●火曜日　「済生会川口総合病院」　川口市西川口5-11-5　✆253-1551

産婦人科

診療時間　午前９時～正午、午後１時～５時
※当番医は変更になる場合もあります。受診前に必ず電話でお問い合わせください。受診は急患のみです

月日	診療機関名・住所	電話
10／6（日）	戸田中央産院 戸田市上戸田２-26-３	444-1181
10／13（日）	蕨市立病院 蕨市北町２-12-18	432-2277
10／14（祝月）	戸田中央産院 戸田市上戸田２-26-３	444-1181
10／20（日）	飯田クリニック 蕨市南町２-14-８	441-2730
10／22（祝火）	戸田中央産院 戸田市上戸田２-26-３	444-1181
10／27（日）	蕨市立病院 蕨市北町２-12-18	432-2277
11／3（日）	蕨市立病院 蕨市北町２-12-18	432-2277
11／4（休月）	戸田中央産院 戸田市上戸田２-26-３	444-1181
11／10（日）	岩沢レディースクリニック 戸田市本町４-17-28　WINビル301号	445-4103
11／17（日）	桜公園クリニック 戸田市新曽南３-12-18	446-3950

救急電話相談

＃7119　✆048-824-4199（ダイヤル回線、IP電話、PHS、都県境の地域でご利用の場合）
24時間相談対応 年中無休

年齢を問わず、急な病気（発熱、下痢、嘔吐（おうと）など）やけがの家庭での対処方法や医療機関の受診の必要性について、看護師が電話で相談に応じます。判断に迷ったときは気軽にご連絡ください。緊急で医療機関の受診が必要な時は、受診可能な医療機関（歯科を除く）を案内します。　※令和元年７月19日からAI救急相談が始まりました。電話が苦手な人でも気軽に相談することができます。県国保医療課のホームページか右のQRコードからご利用ください
※この電話相談およびAI救急相談は助言を行うもので、診断や治療を行うものではありません

従来の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　✆048-833-7911／○大人の救急電話相談　＃7000

問い合わせ
県医療整備課✆048-830-3559

県精神科救急情報センター　✆048-723-8699（ハローキューキュー）
夜間・休日に、精神疾患を有する人やその家族などからの緊急的な精神科医療相談を電話で受け付けています。
相談内容から適切な助言を行い、必要に応じて医療機関の紹介を行います（県内在住者が対象）。
受付時間　月～金曜日：午後５時～翌午前８時30分、土・日曜日、祝日：午前８時30分～翌午前８時30分
問い合わせ　県立精神保健福祉センター✆048-723-3333

便秘について
便秘とは、「排便回数や便量が減ること」とされていますが、個人差があることから明確には決まっていません。一般的には数日以上排便がなく、お腹の張りや腹痛、日常生活に支障がある場合をいいます。寒暖差やストレス、水分摂取量不足でも便秘になりやすいとされています。今後、寒くなると特に少なくなるのが水分摂取量です。十分な水分補給を心掛けましょう。便秘の予防・解消に効果的な食べ物は、食物繊維が多く腸の動きを助けるさつまいも、ゴボウ、キノコ、こんにゃく、海藻、果物などです。また、善玉菌を多く含むヨーグルト、納豆、味噌などを上手に摂取することが重要です。規則正しい排便習慣を付けるには、決まった時間にトイレに行くことや適度な運動、お腹を冷やさないことも大切です。徐々に寒くなる季節の変わり目ですので、体調を整え健やかに過ごしましょう。
問い合わせ　市民医療センター✆421-4114

福祉保健センター

〒335-0022 戸田市大字上戸田5番地の6（健康福祉の杜敷地内）
☎446-6484 FAX446-6284
開館時間 午前8時30分～午後5時15分
休日 第1・3日曜日、祝日、年末年始

戸田市福祉保健センター 検索
最新の情報はホームページで確認！

※対象はすべて市内に住民登録のある人のみ

凡例
時 とき　所 ところ　内 内容　出 出演　講 講師　対 対象　定 定員　費 費用　持 持ち物　申 申込　問 問い合わせ

妊婦・乳幼児のいる人へ
○妊婦・乳幼児の健診・学級など

問親子保健担当☎446-6491　※申込順
所福祉保健センター

内容	とき	対象	備考
乳幼児健診	10／31(木) 4か月児	●R元年6月生	持質問用紙、母子健康手帳、（4か月児・1歳児はバスタオル、1歳児・1歳8か月児・2歳6か月児・3歳6か月児は歯ブラシ） ※対象者には個別に通知します。通知がない場合はお問い合わせください。4か月児健診で離乳食の開始についてご案内します
	10／15(火) 1歳児	●H30年10月生	
	10／10(木) 1歳8か月児	●H30年2月生	
	10／29(火) 2歳6か月児歯科	●H29年4月生	
	10／24(木) 3歳6か月児	●H28年4月生	
	10／16(水) 5歳児発達健診(予約制)	●年中相当児	
離乳食学級 ※生後8～9か月児対象	11／26(火) ①9：45～11：30 受9：30～ ②13：45～15：30 受13：30～	H31年2月生とH31年3月生(第1子優先)	内3回食への進め方・取り分けの方法など、乳幼児の生活の留意点 定80組 持母子健康手帳、筆記用具 申11月1日(金)午前8時30分～電話で　要予約
パパママ教室 ※安定期に入り、体調のよい日に合わせてお申し込みください	①11／9(土) ②R2.1／18(土) 13：15～16：00 受13：00～	妊婦とそのパートナー ※都合により一人での参加を希望する人は、事前にお問い合わせください	内2人で出産・育児の話、妊娠中の栄養の話、育児体験 定40組 持母子健康手帳、飲み物、筆記用具　要予約

子育て世代包括支援センター　子育て相談ルーム

問親子保健担当☎446-6491

妊娠中や産後の心配事、赤ちゃんから就学前までの健康(発育発達・栄養)、子育ての悩みなどの相談に母子保健コーディネーター(保健師など)が応じます。　※相談中や訪問で不在の時もありますので、事前にお問い合わせください

福祉保健センターで妊娠届出をした場合、母子保健コーディネーターによる赤ちゃんの抱っこの仕方や歯周病予防の話などを聞くことができます。初めての妊婦さんは、ぜひパートナーと一緒に来てください。

定期予防接種対象者のお知らせ

問保健政策担当☎446-6479

予防接種は感染症から守ることを目的としています。効果や副反応について理解した上で、戸田市・蕨市内の医療機関に予約し、接種してください。対象年齢を過ぎると有料になります。詳しくは福祉保健センター発行の保健ガイド、市ホームページをご覧ください。

予防接種名		対象年齢	予防接種名		対象年齢
インフルエンザ菌b型(ヒブ)		生後2か月～5歳未満	BCG		1歳未満
小児用肺炎球菌(13価)		生後2か月～5歳未満	水痘		1～3歳未満
四種混合(DPT-IPV)		生後3か月～7歳6か月未満	日本脳炎	第1期	生後6か月～7歳6か月未満
麻しん風しん混合(MR)	第1期	1～2歳未満		第2期	9～13歳未満
	第2期	年長に相当する年齢の人	二種混合(DT)		11～13歳未満
B型肝炎		1歳未満	子宮頸がん※		小学6年生～高校1年生相当の年齢の人

※現在、子宮頸がんワクチンは、厚生労働省の勧告により積極的な接種勧奨を控えています

受診しましたか？健診・検診

健診・検診は下記のとおり実施期間が異なります。まだ受診していない人は、早めに受診しましょう。

＜実施期間＞
- ◆30歳代健診（申込制）
- ◆生活保護受給者の健診（対象者には郵送にて通知済み）
- ◆保険異動者の健診（申込制）
- ◆肝炎ウイルス検診（対象者には郵送にて通知済み）

} 10月31日(木)まで

- ◆成人歯科健診（対象者には郵送にて通知済み）　11月30日(土)まで
- ◆がん検診（対象者には郵送にて通知済み）　令和2年2月29日(土)まで　※1・2月は混み合います

初回献血！お友達＆ご家族紹介キャンペーン

問県薬務課☎048-830-3635

県と県赤十字血液センターでは、11月末まで「初回献血！お友達＆ご家族紹介キャンペーン」を実施しています。

献血経験者の人と献血未経験の人(友達や家族など)が、県内の献血ルームや献血バスでご一緒に献血に協力いただくと、素敵なプレゼントがもらえます。

献血ルームに行ったことがないという皆さん、この秋は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

交通機関
- JR埼京線「戸田駅」から徒歩10分、「戸田ほほえみの郷」となり
- tocoバス西循環「健康福祉の杜」下車、徒歩2分

申込・問い合わせ
- 親子保健担当 ✆446-6491
- 成人保健担当 ✆446-6453
- 保健政策担当 ✆446-6479

併設している団体
- 戸田市社会福祉協議会 ✆442-0309
- 障害者生活支援センターわかば ✆446-6785
- CAFEこるぽ ✆287-8633

成人の人へ
○健診・相談・教室など

問成人保健担当✆446-6453　※申込順
所福祉保健センター

内容		とき	対象	備考
いきさわやか相談		10／18(金) 11／13(水) 時間予約制	満18歳以上の市民	内口臭測定、息を爽やかに保つ方法 持使っている歯ブラシ　※相談時間は一人１時間 要予約
カラダ見直し塾	運動編	10／28(月) 13：30～15：30 受13：10～	30～64歳の市民	内2019下半期の運動プランを考えよう(講義50分) どこでも出来る！ゴムチューブでレジスタンストレーニング(実技70分) 定30人 持タオル、飲み物、運動ができる服装、筆記用具 要予約
		11／22(金) 9：30～11：30 受9：15～		
	食事編 New 夜開催	12／11(水) 18：15～20：45 受18：00～		内生活チェック、食生活見直しプランを考えよう、ヘルシーメニューの調理実習(初心者も大歓迎) 定24人 持エプロン、三角巾(きん)、布巾、はし、筆記用具 要予約
すっきりボディ塾	運動編	12／20(金) 13：30～16：00 受13：10～	30～74歳の市民	内簡単体力チェック、2019下半期の運動プランを考えよう(講義80分) 脂肪燃焼！ウオーキング(実技70分) 定30人 持タオル、飲み物、運動ができる服装、筆記用具 要予約

注１)国保加入者で特定保健指導対象者は、受講後６か月間サポートあり

注２)年度内においてカラダ見直し塾および、すっきりボディ塾はどちらかの食事編・運動編各１回まで参加可

名称	内容	相談時間等
こころの健康相談	こころの不調や不安を抱える人、その家族などからの相談に精神保健福祉士や保健師が応じます	■電話相談　月～土曜日、第２・４・５日曜日(祝休日・年末年始を除く)　９：00～12：00、13：00～16：00 ■面接相談　月～金曜日(祝日を除く)　９：00～12：00、13：00～16：00　※要電話予約
DV相談	配偶者・パートナーからのDV被害で悩んでいる人の相談に応じます	
個別健康・栄養相談	健康上の悩み、健診結果、生活習慣改善、食生活改善、禁煙など個別に対応します	随時 ※面接相談は要電話予約

健康福祉の杜まつり(消費生活展同時開催)

問保健政策担当✆446-6479

福祉や健康づくり活動の推進を目的としたイベントです。自分のココロやカラダの健康について、体験しながら知ることができる参加型ブースが多数あります。

時10月６日(日)、午前10時30分～午後３時
所福祉保健センター　※駐車場はありません。公共交通機関などを利用してください
内【健康コーナー】育児相談、口腔内細菌観察、お薬相談、VRで健康チェック、食育コーナーなど
【体験コーナー】ヘルシーおやつ試食(先着500人)、赤ちゃん人形の抱っこ体験、視覚障害・車いす体験など
【がんを学ぼうコーナー】肺年齢測定、がんクイズラリー、大腸トンネル、小児がんとは(絵本読み聞かせとパネル展示)
【社会福祉協議会コーナー】福祉関係団体やボランティア団体による体験・展示・販売ブース、参加団体によるステージ発表、ふれあい動物園など
【社会福祉事業団コーナー】模擬店など