

市民医療センター

美女木 4-20-1

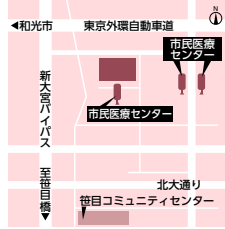
☎421-4114 ☎421-4218

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、循環器内科、消化器内科、神経内科、呼吸器内科、耳鼻咽喉科、整形外科
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(要事前予約)

休日・平日夜間の診療機関(急患)

●かかりつけ医を持ち、早めの受診を心がけましょう

※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

戸田市休日・平日夜間急患診療所

●蕨市医師会館隣 ☎445-1130

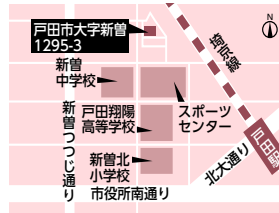
休日診療日 ● 2/5・11・12・19・26、3/5・12・19・20・26

診療時間 ● 午前9時～正午、午後1時～5時

平日夜間診療月 3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 ● 2/5・11・12・19・26、3/5・12・19・20・26

診療時間 ● 午前9時～正午、午後1時～5時

平日夜間診療月 2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

●午後10時30分～翌朝7時

毎週月～金曜日の平日夜間診療時間

※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
2/5(日)	飯田クリニック 蕨市南町2-14-8	441-2730
2/11(祝)	蕨市立病院 蕨市北町2-12-18	432-2277
2/12(日)	戸田中央産院 戸田市上戸田2-26-3	444-1181
2/19(日)	西村レディースクリニック 戸田市本町3-15-21	447-5311
2/26(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
3/5(日)	戸田中央産院 戸田市上戸田2-26-3	444-1181
3/12(日)	桜公園クリニック 戸田市新菅南3-12-18	446-3950
3/19(日)	蕨市立病院 蕨市北町2-12-18	432-2277
3/20(祝)	戸田中央産院 戸田市上戸田2-26-3	444-1181
3/26(日)	蕨市立病院 蕨市北町2-12-18	432-2277

救急電話相談

埼玉県小児救急電話相談

#8000(NTTのプッシュ回線をご利用の場合)

☎048-833-7911(IP電話、ひかり電話、ダイヤル回線をご利用の場合)

子どもの急病(発熱、下痢、嘔吐など)時の家庭での対処方法や受診の必要性について、看護師が電話で相談に応じます。 ※この電話相談は助言を行うものであり、診断や治療を行うものではありません。医療機関の紹介もできません

相談時間 月～土曜日：午後7時～翌朝7時、日曜日、祝日、年末年始：午前7時～翌朝7時

問い合わせ 県医療整備課☎048-830-3559



埼玉県大人の救急電話相談(救急医療機関案内)

#7000(NTTプッシュ回線、ひかり電話、携帯電話をご利用の場合)

☎048-824-4199(IP電話、ダイヤル回線、PHSをご利用の場合)

1 大人の救急電話相談

月～土曜日：午後6時30分～10時30分

日曜日、祝日、年末年始：午前9時～午後10時30分

大人の急病時の家庭での対処方法や受診の必要性について、看護師が電話で相談に応じます。

2 救急医療機関案内(24時間対応)

緊急に医療機関の受診が必要な時などに、受診可能な医療機関(歯科を除く)を案内しています。

問い合わせ 県医療整備課☎048-830-3559

健康づくりにおける身体活動について

身体活動量が多い人は、総死亡、虚血性心疾患、高血圧、糖尿病、肥満、骨粗鬆症、結腸がんなどの罹患率や死亡率が低いことが確認されています。また、身体活動量を増やすことで生活習慣病の予防や加齢に伴う生活機能低下(ロコモや認知症など)をきたすリスクを下げることが期待できます。身体活動とは、安静にしている状態よりも多くのエネルギーを消費するすべての動作を指し、運動以外にも日常生活における労働、家事、通勤などの「生活活動」が含まれます。つまり、身体活動量を増やすには、運動習慣のない人でも普段から体を動かすことに

より実践できるわけです。

具体的な身体活動量の目標は、厚生労働省が公表した「健康づくりのための身体活動基準2013」に示されており、1日合計60分(65歳以上の人は40分を目標)体を動かすことです。合計時間なので、例えば10分程度の歩行を1日に数回取り入れた場合でも効果が期待できます。運動習慣のない人や目標に到達していない人は、まずは今より10分多く体を動かすことから始めてみましょう。

問い合わせ 診療室☎421-4114



市民医療センター医長
内科 田島弘隆

福祉保健センター

〒335-0022 戸田市大字上戸田5番地の6
 ☎446-6484 ☎446-6284
 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



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	2/23(木) 2/14(火) 2/9(木) 2/21(火) 2/16(木) 2/8(水)	4か月児 ●H28年10月生 1歳児 ●H28年2月生 1歳8か月児 ●H27年6月生 2歳6か月児歯科 ●H26年8月生 3歳6か月児 ●H25年8月生 5歳児発達健診(予約制) ●年中相当児	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か月児健診にて、離乳食の開始についてご案内します
離乳食学級 ※生後8～9か月児対象	3/22(水) ① 9:45～11:30 受 9:30～ ② 13:45～15:30 受 13:30～	H28年6月生と7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 3月1日(水)午前8時30分～電話で 要予約
パパママ教室 ※安定期に入り、体調の良い日に合わせてお申し込みください。パートナーと二人で受講してください	3/4(土) 13:15～16:00 受 13:00～	妊婦とそのパートナー	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)、子育ての悩みなどに母子保健コーディネーター(保健師など)が相談に応じます。 ※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の特典があります。初めての妊婦さんは、ぜひパートナーと一緒にお願いします。
 所 福祉保健センター

新しいこと
始めてみよう!

「TSS(戸田市食育推進市民会議メンバー)」大募集!
 食育について、一緒に考えてみませんか?

☎問 親子保健担当 ☎446-6491

あなたは食育に関心はありますか? 関心はあるけど、何をしたら良いのか分からない...と悩んでいませんか。
 TSSは、勉強会や子ども向けの教室を開催したりなど、和気あいあいと食育について学んでいます。
 主体的に食育を学びたいと思っている皆さん、毎月1回程度、一緒に食育について考えてみませんか? ※詳しくは市ホームページをご覧ください



時 月1回程度。初回は4月下旬予定。
 内 主に幼児、児童の食について考えます。具体的な活動内容はメンバー同士で意見を出し合って決めていきます。
 対 食育に興味のある満18歳以上の市民 ※子の同伴可
 申 2月28日(火)までに申込書を親子保健担当へ ※申込書は福祉保健センター窓口またはホームページから取得できます。希望者には郵送しますので、お気軽にお問い合わせください

平成28年度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。また、対象年齢を過ぎると有料になりますのでご注意ください。予防接種の詳細は、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歳～3歳未満
四種混合	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)	1歳～2歳未満		第2期 9歳～13歳未満
		年長に相当する年齢の者	二種混合 11歳～13歳未満
B型肝炎	1歳未満(平成28年4月1日以後に生まれた者に限る)	子宮頸がん※	小学校6年生～高校1年生相当の年齢の者



保健政策担当マスコット
ちっくりん

※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

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

- JR埼京線「戸田駅」から徒歩10分、「健康福祉の杜」となり
- tocoバス循環「健康福祉の杜」下車、徒歩2分

- 親子保健担当 ☎446-6491
- 成人保健担当 ☎446-6453
- 保健政策担当 ☎446-6479

- 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こるぼ ☎287-8633
- 生活自立相談センター ☎432-7321



成人の人へ

○健診・相談・教室など

申 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	2/17(金)、3/13(月) 時間予約制	満18歳以上の市民	☑口臭測定、いきをさわやかに保つ方法 ☑使っている歯ブラシ ※相談時間は一人1時間

要予約

◆ 妊婦さんの8割以上にお口の異常が見られます

歯周病の妊婦さんは歯周病でない妊婦さんに比べて約5～7倍も早産になりやすいことが分かっています。妊娠中はホルモンの影響で歯周病が起りやすくなります。歯周病による炎症によって毒素や炎症物質が多くつくられると、血流の滞りによって子宮に届き、胎盤が早期に剥離します。また、子宮が収縮して出産の開始サインとみなされ、早産になります。

「いきさわやか相談」では妊婦さんに歯周病予防の方法をお伝えします

骨こつ筋活教室 【市民大学認定講座】	3/8(水) ①9:10~10:25 受9:00~ ②9:40~10:55 受9:30~ ③10:25~11:40 受10:15~	満18歳以上の市民 ※年度内、1回のみ受講可	☑かかとの骨の骨量測定(かかとを機械にのせるだけの簡単な検査です)、骨粗しょう症予防、筋力トレーニング、歯周病予防 定75人 持受講票 ※後日郵送します
-----------------------	--	---------------------------	--

要予約

すっきりボディ塾 【市民大学認定講座】	運動編 ～手軽にできる！ メタボ解消 チャレンジ～	2/20(月) 13:30~16:00 受13:10~	30歳～74歳の市民 ※年度内、運動編・食事編それぞれにつき1講座ずつのみ申込可	☑チューブ体操でお腹のたるみをやっつけろ！(実技70分) 自分の体と上手に向き合うポイントと方法(講義80分) 定30人 持タオル、飲み物、運動ができる服装、筆記用具
	食事編 ～メタボ撃退の食事を学ぼう～	3/10(金) 9:30~12:00 受9:10~		

要予約

食事編 ～メタボ撃退の食事を学ぼう～	3/3(金) 10:00~14:00 受9:40~	☑ヘルシー料理一食分の調理実習・試食、生活習慣病を予防するテクニックを学ぶ(料理初心者も大歓迎！) 定30人 持エプロン、三角巾、布巾、はし、普段使用しているご飯茶碗、筆記用具
-----------------------	---------------------------------	--

要予約

申 成人保健担当☎446-6453 所 福祉保健センター

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、または、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 9:00～12:00、13:00～16:00 ☑面接相談 月～金曜日(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、禁煙などの個別相談に応じます	

平成28年度 がん検診について

問 保健政策担当☎446-6479

がん検診の実施期間は2月末までです。市のがん検診は6月～2月までの間に各1回だけ受診できます。対象など詳しくは、6月に送付した通知をご覧ください。不明な点は、お問い合わせください。

※平成28年度戸田市がん検診の結果が「要精密検査」で未受診の人は、医療機関から渡される「結果連絡票」を持参し、早めに受診してください

平成28年度高齢者用肺炎球菌予防接種のお知らせ

問 保健政策担当☎446-6479

下記の対象者で、今までに高齢者用肺炎球菌予防接種を受けたことがない人は、公費助成が受けられます。なお、公費助成が受けられる期間は、平成29年3月31日までとなりますので、接種が済んでいない人はお早めにお受けください。

☑今まで1度も高齢者用肺炎球菌予防接種を受けたことがない人で、下記①②に該当する人

①平成28年4月1日～平成29年3月31日の間に、65歳、70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、100歳となる人

②接種当日60歳以上65歳未満の人で心臓、腎臓、呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能のいずれかの機能障害において、身体障害者手帳1級の人 ※身体障害者手帳を医療機関へ提示してください

費自己負担3,000円(生涯1回のみ) ※生活保護受給者、市民税非課税世帯の人は無料

接種方法 ○医療機関を予約し、4月に郵送した「接種券」を医療機関に持参して接種(紛失した人は再発行しますのでご連絡ください。)○生活保護受給者は「接種券」と「受給者証」を医療機関に持参して接種してください。○市民税非課税世帯の人が無料で接種する場合は申し込みが必要です。市内公共施設に置いてある(市ホームページからも取得可)申込書に必要事項を記入し、52円切手を貼り郵送または直接福祉保健センターへ持参してください。