



保健だより

対象は全て市民

福祉保健センター

〒335-0022 戸田市大字上戸田5-6(「健康福祉の杜」敷地内)

☎ 446-6484 FAX 446-6284

開館時間 8:30~17:15

休日 土・日曜日、祝日、年末年始

戸田市福祉保健センター

最新の情報はホームページで確認!

健康・保健ガイド

健康づくり、親子保健、
予防接種について詳しく
は、「**戸田市
健康・保健
ガイド**」をご
覧ください。



成人の方へ ○健診・相談・教室など

問い合わせ 健康づくり担当 ☎ 446-6453

すっきりボディ塾(運動編)

健診結果や運動不足で体重増加が気になる方、
運動を始めるきっかけにしませんか。

〈内容〉メタボリックシンドロームの予防改善
の講義と効果的な運動の実技

日時: 8/29(金)10:00~12:00

場所: 福祉保健センター 健診室

対象・定員: 30~74歳の市民、30人

申込: 電話または申込フォームで ※費用無料。要予約



【市民大学講座】こころの健康講演会

“ひきこもり”経験者のお話を聞いて
みませんか。

日時: 8/31(日)14:00~16:00

※受付: 13:30~

場所: 上戸田地域交流センター(あいパル)3階ホール

講師: 一般社団法人ひきこもりUX会議

理事 石崎 森人さん

対象: どなたでも(市内在住・在勤・在学者優先)

定員: 60人 ※事前申し込み優先

申込: 8/28(木)までに市ホームページまたは
電話で ※費用無料。先着順

※当日参加も可能ですが、定員に達した場合は
入場をお断りすることもあります



がん検診・健診

がんの早期発見・治療のためにも、定期的
に受診しましょう。

各種がん検診
について



各種健康診査
について



いきさわやか相談

〈内容〉口臭測定、息を爽やかに保つ方法

日時: 8/25(月)、9/17(水)

個別対応(約1時間)

対象: 満18歳以上の市民

申込: 要予約 ※費用無料



こころやひきこもりに関する相談

こころの不調や不安を抱える方、または、その家族
などからの相談をお受けしています。 ※費用無料

こころの健康相談(電話・面接)

月~金曜日(祝休日・年末年始除く)

※面接は要予約

9:00~12:00、13:00~16:00

臨床心理士相談(面接:1回1時間)

要予約(1週間前まで)

※年度内1回まで利用可



成人歯科健康診査

〈内容〉歯周病・むし歯の検査、
かみ合わせの状態、顎関節のチェックなど
※費用無料

日時: 9/1(月)~11/30(日)

対象: 20歳、30歳、40歳、50歳、
60歳、70歳の方 ※対象者へ
は受診票を8月下旬に郵送します

実施場所: 受診票に歯科健診指定医療
機関一覧表を同封します



からだの健康相談

本人や家族の健康上の悩みなどについて、
保健師などが相談をお受けしています。

※費用無料

からだの健康相談・栄養相談(電話・面接)

月~金曜日(祝休日・年末年始除く)

9:00~12:00、13:00~16:00

場所: 福祉保健センター

こころとからだの相談(面接)※予約優先

日時: 8/15(金)、22(金)、26(火)

10:00~12:00

場所: 上戸田地域交流センター(あいパル)

問い合わせ: 229-3133(同上)

熱中症を 予防しよう

これまでの常識では通用しないような高温のリスクが増加しています。いま一度、命と健康を守る対策を確認しましょう。

- ・暑い日や暑い時間帯の外出は控える
- ・エアコンなどを積極的に活用する
- ・のどが渇く前に水分補給をする など

詳しくは市ホームページをご覧ください→



定期予防接種対象外の方の 帯状疱疹ワクチンの接種費用助成について

問い合わせ 保健政策・感染症対策担当 ☎ 446-6479

市では一定の条件を満たす方に対し、帯状疱疹ワクチンの任意接種費用の助成を行っています。

対象者 接種日に住民登録をしている50歳以上の市民で、令和6年4月1日~令和8年3月31日に帯状疱疹ワクチン予防接種を
実施した方 ※定期予防接種対象者を除く

助成金額 生ワクチン(ビケン) 4,000円×1回

組換えワクチン(シングリックス) 10,000円×2回

申請期限 予防接種の接種日から1年以内、ただし最終の申請期限は令和8年4月20日(月)まで

その他 助成は生涯に1度まで

※令和8年3月31日(火)までの接種が対象

詳しくは市ホームページをご覧ください→



妊婦・乳幼児のいる方へ ○妊婦・乳幼児の健診・教室など

問い合わせ 親子健やか室 親子保健担当 ☎ 446-6491

乳幼児健診、子育て相談ルーム、パパママ教室、産後ケア事業、産後サポート教室、離乳食個別相談や不妊・不
育症検査費、妊婦健診などの助成については、市ホームページをご覧ください。

「子育てアプリ とだミィ」をご活用ください

「子育てアプリ とだミィ」では妊娠届出書(母子健康手帳交付は要来庁)、産後ケア事業利用申請書
の提出や、各種教室(離乳食個別相談、産後サポート教室など)の予約ができます。アプリストア
で「母子モ」と検索し、ダウンロード後、プロフィール登録で郵便番号を入力してご利用ください。

iOS



Android



ダウンロードはこちら



母子モ で検索!