



健康ガイド

問合せ 健康増進課
☎(42)8421・FAX(42)2130

健康増進課から



健康相談

ところ ウェルス幸手検診ホール

▼母子健康相談

とき 12月3日(月)、17日(月)、
平成31年1月7日(月)

受付 午前9時～11時

内容 乳幼児の身体計測、育児に
関する相談など

▼成人健康相談

とき 12月14日(金)

受付 午前9時30分～11時

内容 保健師による尿検査、血圧
測定、健診結果説明など

対象 市内在住の人

定員 10人(予約制)

▼食生活相談

とき 12月14日(金)午前9時15分、
10時15分、11時15分

内容 管理栄養士による食生活相
談など

対象 市内在住の人
定員 各1人(申込み順)

レディース検診

とき 12月10日(月)、平成31年1
月25日(金)

※ご予約は、お早めに。

受付 ①午後0時30分～1時

②午後1時15分～1時45分

※子宮頸がんのみ受診の人は②
ところ ウェルス幸手検診ホール

離乳食講習会

とき 12月21日(金)午前10時～11
時30分(受付は9時30分から)

ところ ウェルス幸手調理実習室

内容 離乳食のすすめ方の話、調
理実演、試食(保護者のみ)

対象 3か月～6か月児の保護者
定員 15組(申込み順)

持ち物 母子手帳、筆記用具

冬期小児休日診療

インフルエンザなどが猛威を振
るう冬期、急な発熱などの急病の
場合に備えて、小児休日診療を実
施します。日程や医療機関につ
きましては、休日当番医の情報とあ
わせて、裏表紙をご覧ください。

とき 12月29日～平成31年3月10
日までの毎週日曜日、祝日など

※12月31日～1月3日を除く。

内容 小児科医による在宅当番診
療

注意事項

①必ず医療機関に電話照会の上、
受診してください。
②お薬を飲んでいる場合は、薬剤
情報カード(薬の説明書)をお持
ちください。
③周囲に感染症をうつさないため
に、発熱・発疹の症状がある場
合は、予め申し出ましょう。

※冬期に流行しやすい、インフル

乳幼児健康診査

ところ ウェルス幸手検診ホール

健康診査名および対象	とき
4か月児健康診査 平成30年8月生まれの児	12月18日(火)
10か月児健康診査 平成30年2月生まれの児	12月5日(水)
1歳6か月児健康診査 平成29年5月生まれの児	12月12日(水)
3歳5か月児健康診査 平成27年7月生まれの児	12月11日(火)

受付 午後1時～1時30分

内容 内科診察、歯科診察(1歳
6か月と3歳5か月健診のみ)、
育児相談など

※対象児には個別通知がありま
す。通知が届かない場合はご連
絡ください。



を行っていただきます。
日程や詳細については、健康増
進課へお問い合わせください。

そのほか



医療従事者の人へ

12月31日現在、業務に従事して
いる保健師・助産師・看護師・准
看護師・歯科衛生士・歯科技士
は、「業務従事者届」の提出が義務
となっております。届出票は各勤務
先から受け取るか、県ホームページ
からダウンロードできます。

提出期限 平成31年1月15日(火)

提出先 勤務地を管轄する保健所
(郵送可)

問合せ 埼玉県医療人材課看護・
医療人材担当 ☎048(8330)
3543

▼保育所入所の事前申込制を ご存知ですか？

幸手市では、育児休業から復帰
する保護者への支援として、保育
所入所の事前申込(予約制)を行っ
ています。

お申し込みの際は、保育コン
シエルジュへご相談ください。
実施保育所は、幸手市立第一保
育所・第二保育所・第三保育所です。

対象の人は、平成30年4月2日
から平成31年4月1日までの間に
出生した、または出生する予定の
乳児の保護者で、平成31年度中に
育児休業から職場復帰する人です。

なお、平成31年4月2日以降に
出産となった場合は内定が取消し
となります。

また、1歳になる前に仕事復帰
する予定の人や、1歳を過ぎた後
も育児休業を取得する予定の人
は、お申込みできませんのでご注
意ください。

審査につきましては、平成31年
4月入所申込みの人と一緒に受付
をし、同一基準で審査します。



愛の献血

とき ①12月17日(月)午後1時30
分～4時 ②平成31年1月10日
(木)午前10時～11時45分、午後
1時～4時

ところ ①東武丸山病院 ②幸手
市役所

※献血カードをご持参ください。
※都合により日時が変更となる場
合があります。

歯みがきレッスン

とき 12月27日(木)

受付 午前9時30分、10時、10時
30分、11時

ところ ウェルス幸手検診ホール

内容 身体計測、育児相談、歯科
衛生士による歯みがき指導

※2歳以上の児には、染出しもし
ます。

歯周病予防教室

※歯みがきをしてきてください。
対象 6か月児～未就学児

※平成28年10月、11月生まれの児
には、個別通知しています。

定員 各12人(申込み順)

持ち物 母子手帳、歯ブラシ、コッ
プ、タオル、お知らせの通知(届
いた人)

※歯みがきをしてきてください。
対象 6か月児～未就学児

※平成28年10月、11月生まれの児
には、個別通知しています。

定員 各12人(申込み順)

持ち物 母子手帳、歯ブラシ、コッ
プ、タオル、お知らせの通知(届
いた人)

※歯みがきをしてきてください。
対象 6か月児～未就学児

※平成28年10月、11月生まれの児
には、個別通知しています。

定員 各12人(申込み順)

持ち物 母子手帳、歯ブラシ、コッ
プ、タオル、お知らせの通知(届
いた人)

※歯みがきをしてきてください。
対象 6か月児～未就学児

※平成28年10月、11月生まれの児
には、個別通知しています。

定員 各12人(申込み順)

持ち物 母子手帳、歯ブラシ、コッ
プ、タオル、お知らせの通知(届
いた人)

※歯みがきをしてきてください。
対象 6か月児～未就学児

※平成28年10月、11月生まれの児
には、個別通知しています。

定員 各12人(申込み順)

持ち物 母子手帳、歯ブラシ、コッ
プ、タオル、お知らせの通知(届
いた人)

※歯みがきをしてきてください。
対象 6か月児～未就学児

げんきアップ メニュー



今月は
カラフル野菜の
ケーキ・サレ

今月は野菜たっぷりメニューの紹介
です。ケーキ・サレとはフランス語で
「塩味のケーキ」という意味です。クリ
スマスパティーの一品としていかが
でしょうか♪

【材料】4人分(8cm×20cm型1本分)

- かぼちゃ 1/10個(180g)
- アスパラガス 2本(90g)
- ミニトマト 5個(60g)
- ロースハム 2枚(20g)
- ※卵1個(60g)、牛乳100ml、ホットケ
ーキミックス150g、オリーブオイル大
さじ2、ピザチーズ20g、塩少々

【作り方】

- ①かぼちゃは一口大の薄切り、アスパ
ラガスは1cmの輪切りにする。ミニ
トマトは半分に切り、ハムは短冊切
りにする。
- ②かぼちゃ、アスパラガスを大きじ2
杯の水とともにレンジで加熱する。
(600wで5分間)
- ③ボールに※を混ぜ合わせ、②とトマ
ト、ハムを入れて軽く混ぜ合わせる。
- ④型にクッキングシートをひき、③を
流し入れる。
- ⑤180℃に予熱したオーブンで30分
焼いてできあがり。(1人前303Kcal)