

ご活用ください

健康センター

出産・育児、
検診・健診、予防接種、
各種相談・教室



市民の皆さんの健康を守り、保健サービスを推進する施設として、平成2年11月にオープンしました。皆さんの健康をサポートする、さまざまな事業を実施しています。また、休日や夜間は応急診療所として利用されているほか、災害時には応急救護施設としても活用されます。ここでは一部の事業をご紹介します。



妊娠中の方

- ・母子健康手帳の交付
- ・妊婦健康診査受診票・超音波検査受診票の交付
- ・ハローベビークラス（妊娠5～8か月の妊婦と家族）
分娩経過や栄養の話、もく浴実習、妊婦体操、グループワークなどを行います。
- ・妊婦歯科健康診査受診券の交付
- ・妊娠SOS相談
- ・妊婦訪問



子どもの健康診査

- ★3～4か月児健康診査（産婦の健康相談あり）
- ・6～7か月児健康診査受診票の交付
- ・9～10か月児健康診査受診票の交付
- ★1歳6か月児健康診査
- ★3歳児健康診査
身体計測・診察ほか
- ・すこやか健診（発達のことで心配がある就学前までのお子さん）
- ・幼児歯科相談（1歳～4歳1か月のお子さん）
- ★5歳児歯科健診



★は3面に詳しい記事があります。



大人の検診・健康診査

- ・乳がん検診、子宮頸がん検診
- ★乳がん・子宮頸がんセット検診
- ・消化器がん（胃がん・大腸がん）検診、大腸がん検診
- ★成人歯科健診
- ・肝炎ウイルス検診
- ・胸部（肺がん・結核）健診
- ・骨粗しょう症検診
- ・前立腺がん検診
- ・健康診査（25歳～39歳の方、40歳～74歳の国民健康保険加入者ほか）

★は3面に詳しい記事があります。



こんにちは赤ちゃん事業

- ・新生児産婦訪問（乳児家庭全戸訪問）
4か月までのお子さんのいる家庭に助産師や保健師が訪問し、体重測定や育児の相談を受けます。



離乳食・幼児食、相談

- ・ステップアップ離乳食（関心のある方）
- ・もぐもぐ教室（7～11か月）
- ・かむかむ教室（1歳8か月～3歳6か月）
- ・にこにこ教室（2歳6か月～3歳6か月）



- ・心理発達相談
言葉の遅れ、対応の仕方

★たんぼぼ広場
発育、育児、お母さんの健康

★は3面に詳しい記事があります。



子どもの予防接種

対象のお子さんには、予防接種を受ける際に必要な予診票を通知時期に合わせて個別に郵送します。予診票が見当たらない方、転入された方は母子健康手帳を用意のうえ、健康センターにご連絡ください。

市の予防接種、対象年齢などは健康センターに置いてある「お子様の予防接種はお済みですか」をご覧ください。小平市ホームページからダウンロードもできます。



大人の健康教室・相談

- ★栄養・運動教室（保育・試食付きの日あり）
骨や筋肉を強くする食事など、テーマに合わせた栄養の話と運動実技です。
- ・女性のリラックス教室（保育付き）
リフレッシュできる運動、ヘルシーレシピなどを紹介します。
- ・こだ健体操教室
市のオリジナル体操の教室です。
- ・計測相談会
骨量、血管年齢、体組成（筋力量・脂肪量など）、血圧を測定します。

★は3面に詳しい記事があります。



休日、夜間に 具合が悪くなったら

3面左下表に各応急診療の詳細が掲載されています。

休日・準夜応急診療所
（健康センター1階正面入ってすぐ）



たんぼぼ広場（親と子の健康相談）に参加された方の感想です

子どもの身長、体重を測りたくて来ました。にぎやかなので、とても来やすい場所です。

子どもの成長は早く、毎日変化していますが、自分だけでなく保健師さんにも見ていただき、お話が聞けるので安心できます。



柳瀬裕未さん
百花さん
朱里さん

佐藤裕子さん
由菜さん



スタッフの方の気配りがよく、コミュニケーションが取りやすいです。気分転換もできました。子育てについてインターネットで調べることもありますが、不安な部分も残ります。保健師さんと直接お話をして確認することで安心できました。

計測するたびに順調に育っていることがわかるので、とても嬉しいです。

親身に授乳の回数や間隔の相談に乗っていただいたときはとても助かりました。最近はこちらで習った手作りのおもちゃを家で遊ばせています。



鳥越麻央さん
菜々実さん

★マークの検診や健診の申込みなど詳しい内容は、3面をご覧ください。

その他の検診や健診は時期に合わせて詳しい内容を市報こいだらや小平市ホームページなどで案内します。市報こいだらの内容は小平市ホームページでもご覧になれます。また、健康センター、東部・西部出張所には検診や健診、相談、教室の詳細が掲載されている健康カレンダーも置いてあります。



健康センター 〒187-0043 学園東町1-19-12

☒kenkosuishin@city.kodaira.lg.jp

午前8時30分～午後5時（土曜・日曜日、祝日、年末年始を除く）

問合せ

- 子どもの健康診査、妊娠中の方、新生児産婦訪問、
離乳食・幼児食、相談など、母子について ☎042 (346) 3701
- 予防接種について ☎042 (346) 3700
- 大人の検診・健診について ☎042 (346) 3700
- 大人の健康教室・相談について ☎042 (346) 3701

案内図

