



保健センターからののお知らせ



- 検診**
- 乳・子宮頸がん検診**（受診は2年に1回）
日時 4月21日（水）（受付は12:30～13:40）
対象 乳がん/40歳以上、子宮頸がん/20歳以上
費用 乳がん/600円、子宮頸がん/500円
申込み 4月7日（水）から受付（先着50人）
- 胃がん検診・胸部X線検診（肺がん・結核）**（受診は年1回）
日時 4月16日（金）受付8:30～10:00
対象 40歳以上
費用 胃がん/600円
 胸部X線/200円（喀痰細胞検査/500円）
申込み 3月31日（水）から受付（先着120人）

申込み・問合せ・実施場所
 保健センター TEL 049 (294) 5511

※保健センターへの電話のかけ間違いが大変多くなっています。よくご確認のうえ、おかけください。

今月の健康

年1回、からだの点検していますか？

機械や自動車の点検は欠かさず行う人が多いと思いますが、同じようにご自身のからだの点検もしていますか？ 毎日休まず動いている「からだ」だからこそ、定期的な点検＝健康診断が必要です。健康診断を受けることで、病気を早いうちから予測し、予防することができます。

年1回の点検として、おすすめなのが特定健診（メタボ健診）です。メタボ健診は、日本人の死亡原因の約6割を占める生活習慣病を早期に発見することを目的とした健診です。

メタボ健診の項目は、身体測定（身長・体重・腹囲）、医師の診察、血圧測定、血液検査（脂質・糖・肝機能）、尿検査などの基本的なものです。比較的短時間で済みますので、検査が苦手な人にもおすすめです。「忙しくて受診できない」という人も、年に1回はご自身のからだを点検する日として、健診を受けてみませんか。病気になってからでは、通院するために時間もお金もたくさんかかってしまいます。

メタボ健診というと、太っていない人は受けなくても良いと思う人がいるかもしれませんが、スリムな人も油断は禁物です。スリムな体型でも、血圧値や脂質の値が高い人もいます。からだのなかで起きていることは、外から見ただけでは判断できません。そこで、定期的な専門家による点検、つまり健診が必要なのです。

保健センターでは、国民健康保険加入者（40～74歳）を対象にメタボ健診を実施しています。平成20年度は、39.5パーセントの人が受診しました。この健診は、保健センター、福祉会館、公民館などで行う集団健診と町内医院での個別健診のいずれかで受診することができます。国民健康保険以外の保険でも、メタボ健診を実施していますので、勤務先などに確認することをおすすめします。

国民健康保険に加入している健診対象者には、4月下旬ごろに平成22年度「メタボ健診のお知らせ」を送付しますので、健診の機会のなかった人は、今年から年1回のからだ点検を始めてみませんか。多くの人の申し込みをお待ちしています。



- 健康相談**
- 成人健康相談（心と体の相談）**
 4月7日（水）9:30～11:30 **場** 役場ホール
 4月23日（金）9:00～12:00 **場** 保健センター
 ※心の相談は来所前にご予約ください。
電話相談 月～金曜日（祝日を除く）9:00～17:00



- 子ども**
- 乳幼児健診** ※対象者には個別に通知します。
 4か月児健診 4月5日（月）**対** H21.11生まれの児
 10か月児健診 4月2日（金）**対** H21.5生まれの児
 1歳6か月児健診 4月13日（火）**対** H20.9生まれの児
 3歳児健診 4月14日（水）**対** H18.10生まれの児
- 乳幼児の予防接種**
 BCG予防接種 4月9日（金）**甲** 4/2（金）から
 麻しん風しん（MR）予防接種 4月12日（月）**甲** 4/5（月）から
 三種混合 4月8日（木）**甲** 4/1（木）から
 30日（金）**甲** 4/23（金）から
 ポリオ 4月6日（火）、7日（水）**甲** 3/30（火）から
- つくしんぼ（赤ちゃん）サロン**
日時 4月28日（水）10:30～11:30（受付は10:00～10:15）
内容 親子遊びの紹介、参加者の交流

4月の在宅当番医 9:00～12:00

日にち	医療機関名	専科	住所	電話
4/29(祝)	くぼた耳鼻咽喉科クリニック	耳鼻咽喉科	越生町越生東2-7-9	277-7834

※埼玉医科大学病院（毛呂本郷38 ☎ 276-1465）は、救急部が日曜・祝日を問わず救急患者を受け入れています。