



保健センターからのお知らせ



申込み・問合せ・実施場所
保健センター
☎ 049 (294) 5511



検 診

乳・子宮頸がん検診（受診回数／2年に1回）

日 時 11月29日(木)午前・午後
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
クーポン券がある人は無料です。

申込み 9月28日(金)から受付（定員先着120人）
当日の受付時間は申込み時にお知らせします。
※生活保護受給世帯の人は無料になります。申込み時にお申し出ください。また、検診当日印鑑・受給者証をお持ちください。
※お子さんの保育スペースがあります。



健康相談

成人健康相談（心と体の相談）
10月 9日(火) 9:00~12:00 **場**保健センター
10月22日(月) 9:30~11:30 **場**役場ホール
※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 10月 1日(月) **対** 平成24. 5生まれの児
10か月児健康診査 10月 2日(火) **対** 平成23.11生まれの児
と平成23.12生まれの児
1歳6か月児健診 10月17日(水) **対** 平成23. 3生まれの児
3歳児健診 10月16日(火) **対** 平成21. 4生まれの児
乳幼児の予防接種
BCG予防接種 10月 9日(火) **申** 10/2(火)から
麻しん風しん(MR)予防接種 10月15日(月) **申** 10/9(火)から
三種混合 10月11日(木) **申** 10/4(木)から
日本脳炎 10月12日(金) **申** 10/5(金)から

つくしんぼ（赤ちゃん）サロン

日 時 10月4日(木)
10:15~11:30（受付は10:00~10:15）
内 容 親子遊びの紹介、参加者の交流
対 象 3か月~1歳3か月の第一子

育児学級 身体測定、育児相談

日 時 10月23日(火)13:30~16:30
(受付13:30~14:00)
※15分前に整理券配布。希望者に離乳食指導
対 象 乳幼児とその保護者
申込み 9月27日(木)から受付

『ストレスの上手な付き合い方』教室

現代は社会が複雑になり、生活も不規則でストレス社会と言われています。仕事や家族のこと、友人や近所付き合いなど様々な要因で不安、心配、ストレスを抱えてしまうことが誰しもあり得ることです。しかし、いきいきと生きていくには『心』と『体』の両方が健康でなければなりません。心を健康に保つには、ストレスをコントロールする意識と日ごろのセルフケアが大事になります。今回、臨床心理士の小笠原美江先生にストレスの上手な付き合い方についてご講義いただきます。ぜひご参加ください。

日 時 11月19日(月)13:30~15:30
内 容 ストレスの上手な付き合い方
費 用 無料
定 員 30人
持ち物 筆記用具
申込み 10月1日(月)から保健センターで受付（電話可）

脳卒中の前ぶれにご注意を！

脳卒中は、脳の血管が破れたり詰まったりして起こる病気です。長年の食生活、喫煙、飲酒、ストレスなどが原因となって起こるため、日ごろの生活習慣が予防の大きなポイントになります。脳卒中の前ぶれとして次のような症状があります。ご注意ください。
・体の片側がしびれたり、手足に力が入らない。
・直線がかけない。
・突然激しい頭痛が起こる。
・ものが二重に見える。
・足がもつれて歩けない。
・ろれつが回らない。
・人の言うことが理解できない。
・食べ物が一時的に飲み込めない。
など。

前ぶれは5分くらいで消失することがあります。周りの人は見守り、必要ならば受診に付き添いましょう。本人が意識がない場合はできるだけ早く救急車を呼びましょう。また、脱水症状になると、血液が濃縮し、固まりやすくなります。水分補給を忘れずにしましょう。

10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
10/ 8(祝)	はなみず木整形外科	整形外科	越生町如意102-9	292-8003

※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。

