

保健センターから  
のお知らせ

毛呂山町保健センター  
(川角305番地1)

☎049-294-5511 FAX049-295-5850

マ=毛呂山町健康マイレージ事業対象事業

身体すっきり！  
運動教室



毎回人気の運動教室を今年も開催します。みんなでストレッツをしながら、すっきりと心地よい汗を流しましょう。ご参加お待ちしております。  
※新型コロナウイルス感染症防止に配慮して実施します。  
・当日はマスク着用のうえ、ご来場ください。  
・発熱のある人、体調不良の人はご欠席ください。  
・人と人との間隔をあけたり、換気するなどさせていただきます。  
・新型コロナウイルスの影響で中止となる場合があります。

ご理解とご協力をお願いします。  
【日】 10月13日(火)  
午後1時30分～3時30分  
保健センター

【内】 ストレッチ、簡単なエクササイズ、筋力トレーニングなど

【定】 町内在住で40歳以上の人 20人(先着順)

【講師】 遠藤良江さん(健康運動指導士)

【料】 無料  
【持】 筆記用具、飲み物、タオル

※運動できる服装・靴でお越しください。

【申】 9月10日(木)から保健センターで受付ます(電話可)。

乳がん・  
子宮頸がん検診



【日】 10月24日(土) 午前・午後  
※時間は予約時にお伝えします。

【場】 保健センター  
町内在住の女性

【対】 乳がん検診/40歳以上

子宮頸がん検診/20歳以上

※どちらも令和2年度中に当該年齢になる人を含みます。

※2年に1回の検診です。令和元年度に受診された人は受けられません。

【定】 各120人程度  
【料】 乳がん検診/600円

子宮頸がん検診/500円  
※クーポン券対象者および生活保護受給者は無料です。

※事前に郵送する問診票を記入して持参してください。

※乳がん検診受診の人はバスタオルを持参してください。

※生活保護受給者は申込み時に受給者証、印鑑を持参してください。

※感染症予防のためマスクを着用して来所してください。

【申】 9月7日(月)から保健センターで受付ます(電話・FAX可)。

健康マイレージの  
商品券引換申込み開始

毛呂山町健康マイレージ事業の商品券引換申込みが始まります。「毛呂山町健康マイレージ」を20ポイント以上貯めた人は、ポイントを商品券と引き換えることができます。なお、申込み期間と引換期間はそれぞれ異なりますのでご

注意ください。  
※感染症予防のためマスクを着用して来所してください。

【持】 健康マイレージポイントカード

※20ポイントにつき500円分の商品券を1枚贈呈します。  
※引換期間は10月19日(月)から11月20日(金)です。

【申】 9月14日(月)から30日(木)に保健センターで受付ます。

「自殺予防週間」です

毎年、9月10日から16日までを「自殺予防週間」として、国、地方自治体が連携して幅広い国民参加による啓発活動を強力に推進することとされています。  
自殺は自由な意思や選択の結果ではなく、健康問題、経済・生活問題などの様ざまな要因が複雑に関係し心理的に追い込まれた末の死といわれています。  
またうつ病などごころの健康問題が大きく関係しています。うつ病について正しく理解し、早く気づき、適切な治療につなぐことは、自殺を防ぐことにつながります。

がんワンストップ  
電話相談

☎ 9月3日(木)、18日(金)、

10月5日(月)、21日(水)、

11月5日(木)、17日(火)

各日午後6時15分から8時  
30分(受付は午後8時まで)

※12月以降も月2回開催予定です。

☑ 働くがん患者の治療と仕事の両立支援相談

☑ 県内在住または在勤する就労中がん患者(休職中の人も含む)

相談対応 看護師、医療ソーシャルワーカー、両立支援促進員など

料 無料

※新型コロナウイルス感染症の影響を踏まえて、当面の間、電話による相談として実施しています。詳しくは埼玉県ホームページをご確認ください。

☑ 埼玉県疾病対策課へ電話、メールまたはホームページにて事前にお申込みください。

☎ 埼玉県疾病対策課

☎ 048-8330-3651

がん予防から学ぶ健康  
長寿!胃がん予防教室



がんを知れば健康長寿のヒントが必ずあります。今、知っておきたい最新情報や基礎知識を専門の医師が丁寧に解説します。座席に限りがございますので、お早めにお申し込みください。

☎ 10月26日(月)

午後2時~3時30分

☑ 保健センター

☑ 胃がんの基礎知識、最新知識と予防について

☑ 町内在住の人

☑ 30人(先着順)

講師 真下由美さん(埼玉医科大学国際医療センター消化器内科 消化器内視鏡科准教授)

料 無料

☑ 筆記用具

※感染対策としてマスクの着用をお願いします。  
※状況により急遽中止となる場合もあります。

☑ 9月14日(月)から保健センターで受付ます(電話可)。

肝炎ウイルス検診



B型肝炎・C型肝炎に感染したことに気づかずそのままにしていると、慢性肝炎や肝硬変・肝臓がんに進行する場合があります。今までに検診を受けたことがない人は、ぜひお申し込みください。

※感染症予防のため、マスクを着用して来所してください。

☎ ①10月17日(土)、②18日(日)

☑ 保健センター

☑ 血液検査

料 無料

☑ 40歳以上(令和3年3月31日までに40歳になる人を含む)で、以下のいずれにも該当しない人

・過去にC型肝炎ウイルス検査を受けたことがある人

・C型肝炎の治療を受けたことがある人

・B型肝炎の治療を受けている人

・大きな手術(開胸手術、開腹手術など)を受けたことがある人

・妊娠、分娩時に多量に出血したことがあり、定期的に肝機能検査を受けている人

・大きな手術(開胸手術、開腹手術など)を受けたことがある人

・妊娠、分娩時に多量に出血したことがあり、定期的に肝機能検査を受けている人

・大きな手術(開胸手術、開腹手術など)を受けたことがある人

☑ 各回10人(先着順)  
※定員になり次第、受付終了。  
☑ 9月23日(水)から10月2日(金)までに保健センターで申込み(電話・FAX可)。

ソーシャルクラブに  
参加しませんか

統合失調症の人が、グループ活動を通じて、生活のリズムを整えたり、社会性を身に付けることを目的として、相談しながら楽しく過ごす教室です。

☎ 月1回、木曜日の午前中

☑ 保健センター

☑ 折り紙、手芸、町内散策、調理実習など参加者で話し合っ決めてます。

☑ 町に住み票があり、統合失調症で主治医が参加可能と認めた人。回復に向けて意欲があり、グループ活動のルールが守れる人。

☑ 主治医の診療情報提供書料、その他材料費など

☑ 随時受付しています。参加を希望される人は、保健センターに電話し、面接の上、主治医へ確認後、見学に参加していただきます。

☑ 随時受付しています。参加を希望される人は、保健センターに電話し、面接の上、主治医へ確認後、見学に参加していただきます。

☑ 随時受付しています。参加を希望される人は、保健センターに電話し、面接の上、主治医へ確認後、見学に参加していただきます。

☑ 随時受付しています。参加を希望される人は、保健センターに電話し、面接の上、主治医へ確認後、見学に参加していただきます。

☑ 随時受付しています。参加を希望される人は、保健センターに電話し、面接の上、主治医へ確認後、見学に参加していただきます。