

## 次世代デンタル健診

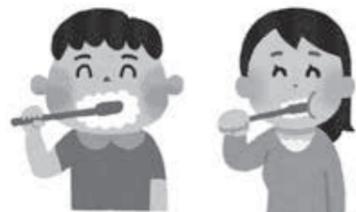
歯の健康は、若いころからの健康習慣が大切になります。この機会に、自分の歯の健康を見直しましょう。

### 日時および対象

期 日	対 象	受付時間
11月26日(木)	妊婦(安定期)	午前8時45分～9時
	1歳未満と保護者	午前9時～9時15分
	1歳以上と保護者	午前9時15分～9時30分
	20歳～39歳の方	午前9時45分～10時

※当日、本市に住民票のある方

**場 所** 保健センター  
**費 用** 無料  
**そ の 他** 保育があります。必要な方は申し込み時に申し出てください。  
**申し込み** 直接または電話で保健センター  
**問い合わせ** 保健センター



## 効果の高いサーキット・ウォーキング教室

ウォーキングは、手軽に誰でもできる有酸素運動です。また、日常生活でも取り入れやすい運動の一つで、継続でき脂肪燃焼効果も期待できます。

今回はウォーキングについて、より効果的に行える姿勢、速度、歩数、リズムなどについて学び、実践します。

**日 時** 10月29日(木)午前10時～正午(午前9時30分から受け付け)  
**場 所** 「行田グリーンアリーナ」メインアリーナ  
**内 容** 【サーキット・ウォーキング実践】体の準備と姿勢、効果的な速度を学びます。  
**講 師** 新井恵子さん(健康運動指導士)  
**対 象** 市内在住でウォーキングなど運動に関心のある方  
**定 員** 30人(先着順)  
**持 ち 物** 運動しやすい服装、室内運動靴、飲み物、タオル、健康手帳、筆記用具  
**申し込み** 10月23日(金)までに直接または電話で保健センター



## 高齢者のインフルエンザ予防接種

**接種期間** 10月20日(火)～12月25日(金)  
**対 象** 次のいずれかに該当し、接種を希望する方(インフルエンザの予防接種は義務ではありません)  
 ①接種日現在65歳以上の方  
 ②接種日現在60歳以上64歳以下の方で心臓、腎臓または呼吸器の機能に重度の障害(身体障害者手帳1級程度)がある方、またはヒト免疫不全ウイルスにより免疫機能に障害がある方

**接種方法** 指定医療機関での個別接種(年度内1回)  
 ※指定医療機関へ申し込みください。  
**費 用** 1,000円(生活保護受給者の自己負担はありません)  
**持 ち 物** 予診票(各指定医療機関にあります)、保険証または生活保護受給者証、対象②に該当する方は身体障害者手帳  
**注 意** 市外での接種希望の方や障害の程度など不明な点は、事前に保健センターに問い合わせください。

### 指定医療機関一覧

赤井胃腸科	553-2233	荒木医院	559-3102	池畑クリニック	556-2295
石井クリニック	555-3519	いわね内科クリニック	554-1313	加藤内科医院	556-3253
川島胃腸科	553-0001	河本耳鼻咽喉科	555-2626	行田岡田医院	557-2311
行田協立診療所	556-4581	壮幸会行田総合病院	552-1111	行田中央総合病院	553-2000
行田ふれあいクリニック	555-1155	栗原医院	556-2272	小林内科医院	552-0362
さかつめ内科医院	553-5202	さきたまクリニック	564-6620	島田クリニック	556-3980
田代医院	553-2351	根本医院	555-1261	野口産婦人科	556-4292
ハビネス診療所	559-0082	古田整形外科医院	553-5221	松原医院	553-6700
南川げんきクリニック	554-8835	やまかわ内科クリニック	564-1488	吉田記念山本クリニック	558-3507



# 保 健 案 内

保健センター  
 長野2-3-17  
 TEL:553-0053  
 FAX:555-2551



## 子どもの健康

### 乳幼児健診

**健 診 名** 4カ月児健診、1歳6カ月児健診、2歳児歯科健診、3歳児健診

**そ の 他** 転入されたお子さんで、前住所地で受診していない方は保健センターにご連絡ください。

### 乳幼児相談(要申し込み)

**日 時** 11月5日(木)午前9時30分～11時  
**対 象** 小学校入学前のお子さん

### 離乳食教室(初期)(要申し込み)

**日 時** 11月10日(火)午前10時30分～11時30分(午前10時15分から受け付け)  
**対 象** 平成27年5月15日～6月14日生まれのお子さん

※いずれも場所は保健センター



## 休日急患診療

期 日	医療機関名	期 日	医療機関名
10月18日(日)	清幸会行田中央総合病院	11月3日(火)	壮幸会行田総合病院
10月25日(日)	壮幸会行田総合病院	11月8日(日)	壮幸会行田総合病院
11月1日(日)	清幸会行田中央総合病院		

- ・診療科目……内科、小児科、外科
- ・診療時間……午前10時～午後5時  
 ※医療機関が変更されることがありますので、事前に問い合わせください。
- ・清幸会行田中央総合病院 ☎553-2000
- ・壮幸会行田総合病院 ☎552-1111
- ◇夜間などの急病やけがで受診できる医療機関を知りたいとき
- ・行田市消防署 ☎550-2123
- ・埼玉県救急医療情報センター ☎048-824-4199
- ◇埼玉県小児救急電話相談「#8000」
- ・県内どこからでも「#8000」をプッシュすると相談窓口につながります(携帯電話可)。
- ・相談時間【月～土曜日】午後7時～翌日午前7時  
 【日曜日、祝日】午前7時～翌日午前7時
- ◇埼玉県大人の救急電話相談「#7000」
- ・県内どこからでも「#7000」をプッシュし、音声ガイダンスに従ってボタン1を押すと相談窓口につながります(携帯電話可)。
- ・相談時間【毎日】午後6時30分～10時30分

## おとなの健康

### こころの相談(要申し込み)

**日 時** 10月23日(金)  
 ※時間は申し込みの際にお知らせします。  
**場 所** 保健センター  
**対 象** いつも不安、夜眠れない、生活のリズムが乱れている、自分の性格や人間関係に悩んでいる、飲酒量が多くやめられないなど、こころに悩みのある方  
**そ の 他** 随時、電話での相談も受け付けます。

## 在宅医療窓口

- ◇「病気があがるが、足が不自由で通院できない」「寝たきりの家族がいて床ずれが心配」などの相談があるとき
  - ・在宅医療支援センター ☎553-2060
  - ・相談時間 午前9時～午後5時(土・日曜日、祝日、年末年始を除く)
- ◇「歯科医院への通院が困難」「訪問歯科診療を行っている歯科医院が知りたい」などの相談があるとき
  - ・在宅歯科医療推進窓口 ☎080-1391-8020
  - ・相談時間 午前10時～午後3時(正午～午後1時を除く)※土・日曜日、祝日、年末年始を除く

## 妊婦健康診査を埼玉県外の医療機関で受診する方へ

平成28年4月1日以降に埼玉県外の医療機関で妊婦健康診査を受診する場合、妊婦健康診査助成券が使用できない場合があります。その場合は、助成券分の金額について医療機関の窓口でいったんお支払いいただきます。なお、助成券分の費用については、後日手続きにより払い戻し(償還払い)ができます。最後の妊婦健康診査受診日または出産日から6カ月以内に保健センターで手続きを行ってください。

### 必要なもの

- ・健診時の領収書および診療明細書  
 ※再発行されないよう紛失に注意してください。
- ・未使用の妊婦健康診査助成券
- ・母子健康手帳
- ・請求者名義の通帳
- ・認め印

問い合わせ 保健センター

