

## 健康づくりチャレンジポイント事業に参加しよう

市では、健康づくりを推進するために、健(検)診やウォーキング、健康教室(認定講座)などに参加していただいた方に、行田商店共通商品券をプレゼントしています。商品券を使って、心と体をリフレッシュしましょう。

健(検)診期間 令和2年2月29日(土)までに

対象 次の①～③全てに該当する方

- ①行田市民で20歳以上の方(令和2年3月31日現在)
  - ②特定健診または後期高齢者健診、人間ドック、職場の健診、ヤング健診のいずれかを受診した方
  - ③各種がん検診(胃・肺・大腸・子宮・乳・前立腺)受診、歯科受診・検診、健康づくりチャレンジポイント認定講座への参加、ウォーキング(1カ月で15万歩以上を3カ月継続)、薬局での糖尿病予防検体測定検査の実施、健康レシピ・空気のおいしいお店・ヴェールカフェの利用など4つ以上の項目に該当した方
- ※定期的な医療機関受診の検査結果は該当になりません。  
 ※健康づくりチャレンジポイント認定講座は申し込み制です。詳細は「市報ぎょうだ」で随時お知らせします。  
 ※ウォーキングは毎日の歩数を3カ月記録してください。記録用紙の指定はありません。

持ち物 健(検)診結果、参加記録、活動記録など※原本を持参

申し込み 令和2年3月6日(金)までに保健センター※必ず本人が来所

申請の流れ

健康づくりのため、健(検)診を受けたり、認定講座に参加したりして、必要項目を満たす。

保健センターで健(検)診結果や参加記録をチェック。気になる点はお相談をお受けします。  
 ※健(検)診結果や参加記録などを持参のこと

## 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



# 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

ママ・パパ教室(要申し込み)

日時 8月8日(木)午前9時30分～正午(午前9時15分から受け付け)  
 内容 歯科医師による歯科講話、歯科診察、沐浴実習、妊婦体験など

対象 妊婦とその家族

定員 20人(先着順)

その他 詳細は市ホームページ

をご覧ください。



赤ちゃんクラス(申し込み不要)

日時 7月22日(月)午前10時～11時30分

対象 4カ月未満のお子さんとその保護者

内容 お子さんの体重測定や育児相談

離乳食(後期)教室(要申し込み)

日時 7月31日(水)午前10時30分～11時30分(午前10時15分から受け付け)

対象 9～11カ月のお子さんとその保護者(保護者のみの参加可)

乳幼児健診など

健診名 4カ月児健診、離乳食(初期)教室、10カ月児相談、1歳6カ月児健診、2歳児歯科健診、3歳児健診

その他 対象者には通知します。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。

## 健康づくりチャレンジポイント認定講座 健康づくりのための教室 「ロコモ予防!骨コツ教室」

いつまでも健康で過ごすために、ロコモティブシンドロームと骨粗しょう症の予防について学びましょう。

日時 7月25日(木)午後2時～3時30分(午後1時30分から受け付け)

場所 保健センター

内容 ・凌 晨光さん(行田中央総合病院整形外科医)による講演「ロコモ・フレイル・サイコペニア～まずはロコモ予防からはじめてください～」・健康ミニ講話

対象 市内在住の方

定員 35人(先着順)

費用 無料

持ち物 筆記用具、動きやすい服装、飲み物、健康づくりチャレンジポイントのリーフレット(お持ちの方)

問い合わせ 直接または電話で同センター

## 休日急患診療

休日や祝日の急な病気やけがのときは次の医療機関をご利用ください。

期日	医療機関名	電話番号
7月21日(日)	清幸会行田中央総合病院	553-2000
7月28日(日)	壮幸会行田総合病院	552-1111
8月4日(日)	清幸会行田中央総合病院	553-2000
8月11日(日)	壮幸会行田総合病院	552-1111
8月12日(月)	壮幸会行田総合病院	552-1111

診療時間 午前10時～午後5時

診療科目 内科、小児科、外科

※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。

## #7119(365日24時間対応)

病院に連れて行こうか迷ったときや受診できる医療機関を知りたいときの全国共通ダイヤルです。

## 風しんの追加的対策を始めました

厚生労働省は、今年度から3年間、予防接種法による風しんの定期予防接種を受ける機会が一度もなかった方に対してクーポン券を発行し、2022年3月末までの間、原則無料で風しん抗体検査を受けていただき、その結果十分な量の抗体がない方は予防接種(無料)の対象とする風しん追加的対策を始めました。

- 対象
- ①2019年度クーポン券が交付される方  
昭和47年4月2日～昭和54年4月1日  
生まれの男性
  - ②申し込み(希望)によりクーポン券交付となる方  
昭和37年4月2日～昭和47年4月1日  
生まれの男性(8月ごろから随時送付)
  - ③上記①に該当する方で転入された方  
風しん抗体検査などを前住所地で受けていない方は保健センターに問い合わせください。

※詳細は市ホームページ  
をご覧ください。



## おとなの健康

健康相談(要申し込み)

日時 7月19日(金)、8月8日(木)

※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

## 忍川の自然に親しむ会

発足 平成27年3月

会員数 11人

活動の目的 「市民が水に親しみをもち、自然環境を大切にす」という視点を活動のベースとし、忍川の自然環境の特徴を知り、忍川の置かれた課題を探ります。また、忍川・さきたま調整池の調査・研究を通じて、会員相互の親睦を図ります。

- 活動内容
- ①忍川の美化活動および忍川に生息する生き物調査
    - ・「全国水生生物調査」(環境省)として実施
  - ②地域の団体、市、県、環境省との共同活動
    - ・「忍川環境を見守る会」との連携・協働作業
    - ・「水のふるさと応援団」(県土地水政策課)として神流湖付近の清掃活動
    - ・「川の国応援団」(県水環境課)として川の再生活動

主な活動場所 忍川周辺

- ・吾妻橋から下流300メートル付近
- ・谷故橋から上流150メートル、下流300メートルの翔栄橋付近

市民の皆さんへ 10年以上「川の国応援団」として川の再生交流会に参加し、美化活動を行っていますが、ごみが一向に無くなりません。河川などにごみを捨てないことが川の美化につながります。皆さんの美化活動へのご参加をお待ちしています。

【代表】宮井 健爾【電話番号】090-4841-1306

## つながる ひろがる みんなのチカラ

～市民公益活動団体紹介～③1



吾妻橋付近で清掃活動を行う会員の皆さん