

インフルエンザの流行期に入りました

- 次のことを実践し、インフルエンザを予防しましょう。
- 予防接種が有効です。予防接種を受けてからインフルエンザに対する抵抗力がつくまでに2週間程度かかり、その効果が十分持続する期間は約5カ月間とされています。インフルエンザが流行する前に予防接種を受けましょう。
- 接触感染を防ぐために手洗いは重要です。外出後はこまめに手を洗いましょう。
- マスクを着用し、できるだけ人混みを避けましょう。
- 室内は適度な湿度(50~60パーセント)を保ちましょう。
- バランスのとれた食事や十分な休息、適度な運動など規則正しい生活をしましょう。



犬を飼う時のモラル向上を目指して

散歩中のふんの後始末は、飼い主の責任です。必ず持ち帰りましょう。また、放し飼いやリードをつけない散歩も禁止されています。大切な愛犬です。最後まで責任を持って飼いましょう。

イエローチョーク作戦

放置されたふんの周りを黄色のチョークで囲み、確認日時を書くという取り組みです。飼い主に自主的にふんを回収するよう促すとともに、飼い主のモラル向上の啓発となります。継続して行うことで、効果が期待できます。

用意するもの 黄色いチョーク

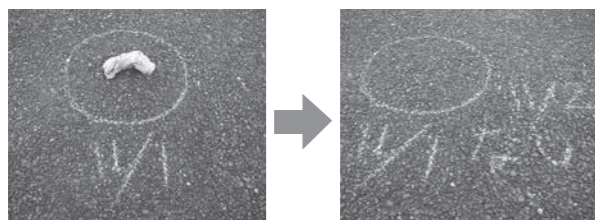
手順 ①放置されたふんの周囲を丸く囲み、「確認日時」を書く。

②時間を変えて現場を見る。

ふんがある時は「確認日時」を書き、ふんがない時は「なし」と「確認日時」を書く。「なし」と書いた時間の後にふんを確認したら、その間にふんを放置していることとなります。予防には「パトロール中」と書きます。

注意 実施の際には、車などに十分注意してください。許可なく私有地に書かないようにしてください。

その他 保健センターおよび環境課にてイエローチョークを配布します。(ご希望の方に1年につき2本)



ひと涼みアワード2019団結部門「優秀賞」を受賞

環境省および全国の企業・行政・民間団体が参加し、熱中症予防を推進する運動「熱中症予防声かけプロジェクト」において、本市は団結部門「優秀賞」を受賞しました。「熱中症おたすけ隊」は大塚製菓株式会社のご協力をいただきながら、市民から市民に伝わる活動として出前講座を実施しています。本年度は昨年度と比較して実施件数1.4倍、参加人数2.4倍と活動の機会が大きく広がっています。市民・企業・行政が連携したこのたびの熱中症予防啓発活動の取り組みが高く評価されました。



健康づくりチャレンジポイント認定講座 出張いきいき健康塾 「急げ！脳卒中～脳卒中治療の最前線～」

脳卒中は少しでも早く治療を開始することが重要です。その最新の治療についてわかりやすくお話しします。

日時 1月8日(水)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 ①三宮忠さん(埼玉県立循環器・呼吸器病センター薬剤部部長)による健康塾プチ講座「薬のはなし」

②吉川雄一郎さん(埼玉県立循環器・呼吸器病センター脳神経センター長・脳神経外科科長)による講演

対象 市内在住の方

定員 40人(先着順)

参加費 無料

持ち物 筆記用具、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)

申し込み 直接または電話で保健センター



保健案内

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



年末年始の在宅当番医 (12月31日～和令2年1月3日)

診療時間 午前10時～午後5時(歯科は午前10時～正午)

| 期 日 | 医療機関名 | 電 話 | 診療科目 |
|-----------------|-------------|----------|-----------|
| 12月31日 (火) | 壮幸会行田総合病院 | 552-1111 | 内科・小児科・外科 |
| | ほりの眼科 | 556-2596 | 眼科 |
| | 吉田記念山本クリニック | 558-3507 | 内科 |
| | 伊藤歯科医院 | 598-3481 | 歯科 |
| 令和2年 1月1日(水) | 清幸会行田中央総合病院 | 553-2000 | 内科・小児科・外科 |
| | ハビネス診療所 | 559-0082 | 内科 |
| | やまかわ内科クリニック | 564-1488 | 内科 |
| 令和2年 1月2日(木) | 清幸会行田中央総合病院 | 553-2000 | 内科・小児科・外科 |
| | 川島胃腸科 | 553-0001 | 内科・胃腸科 |
| | 小林内科医院 | 552-0362 | 内科 |
| | かげやま歯科クリニック | 556-8181 | 歯科 |
| 令和2年 1月3日(金) | 壮幸会行田総合病院 | 552-1111 | 内科・小児科・外科 |
| | 松原医院 | 553-6700 | 内科 |
| | やなせ眼科 | 564-0388 | 眼科 |
| | つだ歯科クリニック | 594-9511 | 歯科 |

子どもの健康

離乳食(中期)教室(要申し込み)

日時 12月19日(木)午前10時30分～11時30分
(午前10時15分から受け付け)

対象 7～8カ月のお子さんとその保護者(保護者のみの参加可)

乳幼児相談(要申し込み)

日時 1月14日(火)午前9時30分～11時30分

対象 就学前のお子さんとその保護者

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。

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 |
|-----------|-------------|----------|
| 12月22日(日) | 清幸会行田中央総合病院 | 553-2000 |
| 12月29日(日) | 壮幸会行田総合病院 | 552-1111 |
| 1月5日(日) | 壮幸会行田総合病院 | 552-1111 |
| 1月12日(日) | 清幸会行田中央総合病院 | 553-2000 |
| 1月13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。

また、埼玉県では、医療機関への適正受診をさらに推進するために、全国初となるAIを活用した「埼玉県AI救急相談」を導入しましたので、ご活用ください。
<https://www.pref.saitama.lg.jp/a0703/aikyukyu.html>

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

おとなの健康

健康相談(要申し込み)

日時 1月14日(火)
※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

