

**毎日5分から続けるホームトレーニング講座
健康づくりチャレンジポイント事業・
健康づくりマイスター養成事業対象講座**

日時 7月29日(水)午前10時～11時30分(午前9時45分から受け付け)
場所 行田グリーンアリーナ2階研修室
内容 自宅で手軽に行える効果的なホームトレーニングについて、県民健康福祉村の健康運動指導士による講話および実践的な実技を交えながら学習する。
対象 市内在住の方
定員 30人(先着順)
参加費 無料
持ち物 筆記用具、室内用運動靴、水分補給できるもの、タオル、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)、マスク
申し込み 直接または電話で保健センター

健康づくりマイスター養成事業

保健センターでは、市民の皆さんが楽しく、継続的に健康づくりに取り組める機会としてさまざまな「健康づくりのための教室」を実施しています。

令和2年度から健康づくりのための教室を同年度中に6講座以上受講し、認定条件を満たした方を「健康づくりマイスター」として認定します。

自分のため、家族のため、地域のために健康づくりマイスターを目指しませんか。

- 認定条件**
- ①対象講座を6講座以上受講すること
 - ②健康づくりチャレンジポイント事業に参加すること
 - ③非喫煙者であること(参加中に禁煙に取り組んだ場合も可)
- その他** 初回参加時にスタンプカードを交付します。
申し込み 受講を希望する講座ごとに、直接または電話で同センター



保 健 案 内

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



新型コロナウイルス感染症拡大防止に対応するため、保健センターで行われる事業は急きょ中止または延期する場合があります。最新情報は市ホームページでお知らせします。

子どもの健康

赤ちゃんクラス(申し込み不要)

日時 8月6日(木)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(初期)教室(要申し込み)

日時 7月21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 4～6カ月のお子さんとその保護者(保護者のみの参加可)

離乳食(後期)教室(要申し込み)

日時 7月22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 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

事業名 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。

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

・行田市在宅医療・介護連携支援センター
☎553-2003

・相談時間 午前9時～午後5時
※土・日曜日、祝日、年末年始などを除く

「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 7月22日(水)
※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

風しんの追加的対策のお知らせ

厚生労働省では、昨年度(令和元年度)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ます。令和4年3月末までの間に風しん抗体検査を受け(原則無料)、その結果十分な量の抗体がない方を予防接種(無料)の対象とする風しん追加的対策を始めました。

対象 昭和37年4月2日～昭和54年4月1日生まれの男性

①令和2年度(2020年度)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(5月末に送付済み)

②昭和47年4月2日～昭和54年4月1日生まれの男性(令和元年5月末に送付済み)

③上記①および②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)およびクーポン券を紛失された方は、保健センターに問い合わせください。

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
7月19日(日)	清幸会行田中央総合病院	553-2000
7月23日(木)	清幸会行田中央総合病院	553-2000
7月24日(金)	壮幸会行田総合病院	552-1111
7月26日(日)	壮幸会行田総合病院	552-1111
8月2日(日)	清幸会行田中央総合病院	553-2000
8月9日(日)	壮幸会行田総合病院	552-1111
8月10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、県では、「埼玉県AI救急相談」を実施しています。
<https://www.pref.saitama.lg.jp/a0703/aikyukyu.html>

もの忘れ検診を受けましょう

65歳未満の方が発症する若年性認知症は、進行してからようやく認知症だと分かることが多いため、診断が遅れてしまう傾向にあります。認知症は、早期発見・早期治療をすれば、進行を遅らせることができるものです。ぜひ、この機会に医療機関でもの忘れ検診を受けてみましょう。

- ▶ **期 間** 令和3年2月27日(土)まで
▶ **対 象** 本市に住居登録があり、次に該当する年齢の方(当該疾患治療中の方を除く)

年齢(令和3年3月31日現在)	生年月日
50歳	昭和45年4月2日～昭和46年4月1日
55歳	昭和40年4月2日～昭和41年4月1日
60歳	昭和35年4月2日～昭和36年4月1日
65歳	昭和30年4月2日～昭和31年4月1日
70歳	昭和25年4月2日～昭和26年4月1日

▶ **内 容** 問診、浦上式検査(医師の質問に答える検査法)

▶ **費 用** 無料

▶ **受診方法** 高齢者福祉課に直接または電話で申し込み、「行田市もの忘れ検診受診票」の交付を受けてください。受診票の交付を受けた後、市が指定する実施医療機関に予約し、受診してください。



▶ **実施医療機関**

医療機関名	所在地	電話番号
医)千寿会 赤井胃腸科	門井町2-10-32	553-2233
荒木医院	真名板2065	559-3102
医)基信会 池畑クリニック	宮本16-1	556-2295
医)行仁会 加藤内科医院	旭町3-2	556-3253
医)川島会 川島胃腸科	佐間1-18-39	553-0001
医療生協さいたま行田協立診療所	本丸18-3	556-4581
医)壮幸会 行田総合病院	持田376	552-1111
医)社団清幸会 行田中央総合病院	富士見町2-17-17	553-3360(予約センター)
医)社団 栗原医院	本丸11-35	556-2272
なすクリニック	忍2-19-1 清水ビル1階	550-4000
医)社団俊英会 根本医院	行田10-22	555-1261
医)結び会 松原医院	長野1-31-10	553-6700
医)悠希会 南川げんきクリニック	小見1400-1	554-8835
やまかわ内科クリニック	香里山町18-6 マルオカビル2階	564-1488
医)社団グリーンハート 吉田記念山本クリニック	埼玉4719	558-3507

▶ **申し込み・問い合わせ** 同課地域包括ケア担当(内線278)