

〈健康づくりチャレンジポイント認定講座・健康づくりマイスター養成講座〉

骨の健康栄養セミナー

私たちの骨は体の中でどのような役割をしているのでしょうか。カルシウムと骨の関係や骨のために積極的にとるべき栄養素、控えたい栄養素などをお伝えします。

定員 20人(先着順)
参加費 無料
持ち物 筆記用具、飲み物、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)、健康づくりマイスター養成事業ポイントカード(お持ちの方)
申し込み 直接または電話で健康づくり課

日時 11月21日(月)午前10時～11時
場所 保健センター2階ホール
対象 市内在住の方

11月14日は「世界糖尿病デー」 やってみよう!薬局でお手軽カンタン糖尿病リスク測定

糖尿病は、自覚症状がないままに進行し、さまざまな合併症を引き起こします。そのため、早期発見、早期治療を行うことが大切です。次の薬局で簡単に測定できますので、糖尿病リスクの測定を試みましょう。

薬局名	所在地	電話番号
かもみ漢方薬局	行田8-5	556-2209
さくらヶ丘調剤薬局	小見1399-6	553-5211
トーア薬局	長野1263-7	556-1402
土橋薬局	桜町2-25-13	556-2226
パルシィ薬局行田長野店	長野2-29-38	556-4193
フジイ薬局	若小玉111-1	554-5482
ふじみ薬局	富士見町2-3-8	564-1616
フレンド薬局	宮本16-24	501-8661
ミキ薬局埼玉行田店	佐間1-27-3	555-3191
よつば薬局	富士見町2-1-12	552-1193
薬局アポック行田店	富士見町2-17-1	564-1200
ファーコス薬局行田	佐間2-16-36	550-1007

内容 各薬局の窓口で用意している申込用紙に必要事項を記入後、指先からごくわずかな血液を採取し、測定装置でHbA1c(ヘモグロビン・エワンシー)の値を測定します。※HbA1cとは過去1カ月から2カ月前の血統平均値を表す数値で、正常値は5.6未満とされています。正常値を超えた場合は、医師、薬剤師にご相談ください。
費用 1回500円(本市に住民票のある方)

その他 現在、糖尿病の治療をされていない方が対象になります。年間の測定回数に制限はありませんが、抗血栓薬の服用や出血性疾患のある方は測定できません。未成年が測定を希望する場合は、親権者の同意が必要となります。

行田市国民健康保険に加入中で特定健康診査がお済みでない方へ 委託事業所から電話による受診勧奨を実施します

市では、6月から特定健康診査(特定健診)を実施していますが、受診率は県平均より低い状況です。そのため受診率向上対策として、市で受診済みであることが確認できない方に対し、電話(フリーダイヤル)による受診勧奨を実施します。なお、架電は市が委託する事業所が行います。

▶**実施期間** 11月1日(火)～30日(水)午前9時30分～午後7時※土・日曜日、祝日も実施

▶**委託事業所** 株式会社名豊

▶**その他**

- 電話の際、口座を聞くことや金銭の振り込みなどを依頼することは絶対にありません。
- すでに受診済みまたは行田市国民健康保険の被保険

者でなくなった方は、行き違いが生じる場合がありますが、ご了承ください。

- 特定健康診査と市の補助を受ける人間ドック(併診ドック)の両方を受診することはできません。

職場で健診を受診した方へ

国民健康保険加入中の方で、職場健診の受診結果を提供していただいた方に、商品券を差し上げています。ただし、市の特定健康診査と同じ検査項目(身体測定値、腹囲、血圧、血液検査、尿検査など)を含んでいるものに限りです。令和4年度内に受診した場合、健診結果、国民健康保険証、特定健診受診券を保険年金課へお持ちください。

▶**問い合わせ** 同課国保グループ(内線271・272)

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、感染状況により、中止または延期となる場合があります。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 11月28日(月)午前9時30分～11時
内容 お子さんの体重測定や育児相談
対象 4カ月未満のお子さんとその保護者

離乳食(初期)教室(要申し込み)

日時 11月29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 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 11月30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)

乳幼児相談(要申し込み)

日時 11月15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

事業名 4カ月児健診、離乳食(初期)教室、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健康づくり課にご連絡ください。

おとなの健康

健康相談(要申し込み)

日時 11月29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
内容 保健師、栄養士、歯科衛生士による食事、生活習慣、歯の健康についての相談

こころの相談(要申し込み)

日時 11月30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
内容 不安や不眠、生活リズムの乱れ、人間関係など、心に悩みのある方の相談

お子さんの健康が気になるときだからこそ、予防接種と乳幼児健診は、遅らせずに、予定どおり受けましょう。
健康づくり課(保健センター内)や医療機関では、感染予防対策を徹底、実施しています。



みんなの 保健室

問い合わせ 健康づくり課(保健センター内)
長野2-3-17 TEL:553-0053 FAX:555-2551

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
11月20日(日)	清幸会行田中央総合病院	553-2000
11月23日(水)	清幸会行田中央総合病院	553-2000
11月27日(日)	壮幸会行田総合病院	552-1111
12月4日(日)	清幸会行田中央総合病院	553-2000
12月11日(日)	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、事前に問い合わせてください。

在宅医療窓口

「病気があるが、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

#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>