

(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)

今から始める健口習慣

日時 8月30日(水)午後2時～4時(午後1時45分から受け付け)

場所 保健センター2階ホール

内容 歯科衛生士による生活習慣病の予防にもなる口の健康づくりについての講義

対象 市内在住の方

定員 25人(先着順)

持ち物 筆記用具、水分補給できるもの

その他 参加された方にはマイスターポイントカードを交付します。

申し込み 8月22日(火)までに直接または電話で健康づくり課

40歳からの健康チェック 肺がん検診(結核検診)

日本人の死因順位の第1位は「がん」であり、本市も同様です。肺がん検診は胸部レントゲン検査を行います。短時間で終わりますので、1年に1回は受診してください。安心して生活が続けられるよう、「がん」を早期発見・早期治療しましょう。

※事前申し込み制ですが、当日の申し込み(人数制限あり)も可能ですので、お気軽にお立ち寄りください。

日時 10月1日(日)午前9時～11時

場所 市役所正面玄関前

対象 市内在住の40歳以上の方(令和6年3月末現在)
※今年度すでに肺がん検診を受けた方は対象外

(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)

今日から始める！快眠生活

日時 9月6日(水)午前10時～11時30分(午前9時45分から受け付け)

場所 保健センター2階ホール

内容 睡眠健康指導士による健康の三大要素でもある休養(睡眠)についての講義

対象 市内在住の方

定員 25人(先着順)

持ち物 筆記用具、水分補給できるもの

その他 参加された方にはマイスターポイントカードを交付します。

申し込み 直接または電話で健康づくり課

定員 60人

参加費 200円(70歳以上の方、市民税非課税世帯の方、生活保護を受給されている方、特定中国残留邦人の方は無料)
※市民税非課税世帯の方は事前手続きが必要

持ち物 本人確認書類(運転免許証、健康保険証、マイナンバーカードなど)

申し込み 8月7日(月)から直接または電話で健康づくり課

「好きだから」を言い訳にしない ストップデートDV

交際相手との間で振られるさまざまな暴力を「デートDV」といいます。交際相手との間に次のようなことはありませんか。

- 無視する、ばかにする、大声でどなる
- 常に行動をチェックする
- 他の人と仲良くしていると責める
- メッセージの返事をすぐに返さないと怒る
- 用事があっても一緒に帰らないと怒る
- いつもおごらせる、高価なプレゼントを要求する

もし1つでも当てはまったら、デートDVかもしれません。どのような理由があっても、暴力は許されない行為です。

一人で悩まず相談を

性別に関わらず、どなたでも相談できます。

市のDV相談機関

VIVAぎょうだ

専門の女性相談員があなたと一緒に考えます。相談は無料で秘密は固く守られます。ぜひ、気軽にご相談ください。相談を希望される方は各種相談(13ページ)をご参照ください。

県のDV相談機関(相談無料・匿名可)

DVお悩みチャット@埼玉

チャットで気軽に相談できます。

▶相談受付日 水・金・日曜日午後3時～8時30分(12月29日～1月3日を除く)

With You さいたま

(埼玉県男女共同参画推進センター)

▶電話番号 048-600-3800

▶相談受付日 月～土曜日午前10時～午後8時30分(12月29日～1月3日、祝・休日および第3木曜日を除く)
※インターネット相談は24時間受け付け

埼玉県婦人相談センター

▶電話番号 048-863-6060

▶相談受付日 【月～土曜日】午前9時30分～午後8時30分【日曜日、祝日】午前9時30分～午後5時(12月29日～1月3日を除く)

緊急の場合は迷わず110番してください。警察署でも相談できます。

▶問い合わせ VIVAぎょうだ ☎556-9301

子どもの健康

赤ちゃんクラス(申し込み不要)

日時 8月21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 9月12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 9月13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 8月18日(金)、9月8日(金)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と、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 8月31日(木)、9月4日(月)
※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 8月23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

風しん追加的対策の抗体検査などについて

昭和37年4月2日から昭和54年4月1日生まれの男性は、お手元のクーポン券(交付済み)を使用し、風しん追加的対策事業に参加している全国の医療機関(厚生労働省ホームページに掲載)で、令和7年3月31日までの間、風しん抗体検査などを受けることができます。また、この検査は、勤務先の特定検診や国保の特定検診などの機会に受けることができます。

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
8月20日(日)	清幸会行田中央総合病院	553-2000
8月27日(日)	社幸会行田総合病院	552-1111
9月3日(日)	清幸会行田中央総合病院	553-2000
9月10日(日)	社幸会行田総合病院	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>

