

# 献血にご協力ください

下記日程にて献血を行います。  
血液が大変不足しております。  
一人でも多くの方のご協力をお願いします。

日時	場所	主催	
9月29日(月)	10時～12時	杉戸町役場	杉戸ライオンズクラブ
	13時～16時	本庁舎1階会議室	
10月10日(金)	10時～12時	東埼玉総合病院	
	13時～16時		

## がん患者の集い!

日時 9月26日(金) 13時～16時  
場所 杉戸町生涯学習センター 創作室1  
対象 がん患者(がん全般)  
※がん患者の集いです。仲間に出会い、自分一人じゃないと思えることは大きな励みです。5月の参加者は21名でした。  
問合せ がん患者会シャローム専用携帯 ☎ 090-4535-9198

### 子宮頸がん個別検診実施中!

10月31日(金)まで

場所 玉井医院(☎33・2464) 休診日:日、祝日、水午後  
長岡産婦人科医院(☎33・3325) 休診日:日午後、祝日、木、第4水午後

対象 20歳以上で偶数月生まれの女性

費用 1,000円

申込 不要(運転免許証または保険証を持参し、直接医療機関へ)

◎次の方は受診費用が免除になります。

- ・70歳以上の方:検診当日にお申し出ください。
- ・町民税非課税世帯の方:検診受診日の2週間前までに保健センター窓口で手続きをしてください。印鑑が必要です。
- ・生活保護を受けている方:検診当日、受給者証を提示してください。

### 高齢者インフルエンザ予防接種

▼インフルエンザは、風邪と似た症状ですが風邪よりも重く全身倦怠感を伴うのが特徴です。症状が重いときに無理をすると肺炎や気管支炎などの合併症を引き起こす危険があります。特に高齢者は免疫力が低いため予防接種を受けてインフルエンザを予防しましょう。

対象 杉戸町の住民で満65歳以上の方及び60歳～65歳未満で心臓、じん臓若しくは呼吸器機能又はヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能障害のある方(一定の基準有・医師の診断書等必要)も対象となります。

※対象者本人が希望する場合のみ受付します。

接種期間 10月20日(月)～12月25日(木)

費用 1,000円(生活保護受給者は無料です)

申込方法 直接、町内医療機関に予約をしてください。

問合せ 保健センター

※今まで卵に過敏症のある方、過去ワクチンでアレルギーを起こしたことのある方はご遠慮ください。

【委託医療機関】

朝尾整形外科・新井クリニック・井上小児科皮膚科・今井病院・小島内科医院・耳鼻咽喉科後藤クリニック・杉戸耳鼻咽喉科医院・高野台クリニック・高橋内科医院・玉井医院・鳥居整形外科医院・長岡産婦人科医院・東埼玉総合病院・清地クリニック・宮城内科クリニック・山根医院

※委託医療機関以外(町外)で接種を希望する場合は、保健センターまでご連絡ください。

### 俳句

青田風休み田に来て躑けり 小林 ひろし  
幾筋も吹き抜けてゆく青田 松浦 美千子  
風 静かなる青田を渡る蝶の舞 山崎 晴代  
深々と轍の跡の青田道 西松 洋子  
右日光左大江戸大青田 和田 道夫  
訳もなく今日も打たるる 和 道夫  
油虫 鈴木 義雄  
鮎の宿向かいの婦人のよく 大谷 みち子  
食べる 打ちすゑんゴキブリすでに 影もなし 佐々木 文子  
紫陽花やポツンと置かれ車 椅子 吉沢 みづき  
息子とはそっけなきもの夏 中里 遥  
の月 ひまわりの咲いて地球をひ とまわり 中村 光江  
す ひまわりや秩父連山遙かに 小野 諄子  
スリッパで追ふ油虫電話中 加藤 茜  
滅多打ちしてなお逃す油虫 伊藤 富美枝

## ふるさと元気村

転倒防止や筋力向上、健康づくりのためにトレーニングしてみませんか。高齢者でも使える簡単なトレーニングマシンです。利用するためには講習が必要です。

事前講習日 10月16日(木)  
時間 13時30分～15時  
場所 シルバー人材センター2階ふるさと元気村  
対象 町内在住の60歳以上の方  
※ただし、要支援・要介護認定を受けている方を除く。  
定員 5名  
申込 電話で保健センターへ(申込書を郵送します)

## ママパパ教室 -平日クラス-

もうすぐママ・パパになるみなさん、出産・育児について学んでみましょう。

月日	時間	内容
10月2日(木)	13時30分～15時30分	友達を作ろう! 赤ちゃんを事故から守ろう 先輩ママとおしゃべりタイム
10月9日(木)		妊婦体操・妊娠中の生活 お産の準備とすすみ方 産後はどう過ごす? 赤ちゃんって?おっぱいケア
10月16日(木)	9時30分～14時15分	妊娠中の食生活(調理実習) 赤ちゃんとお母さんの歯の健康
10月21日(火)		13時30分～15時30分

(平日コースは5日間で1コースです。)  
対象 出産予定月平成21年1～3月の妊婦と夫。  
(特に10月28日(火)はパパにもおすすめです)  
※出産予定月は目安ですので、予定月以外の方も参加できます。  
申込 9月25日(木)までに電話で保健センターへ

## 男性の料理教室

初心者の方でも気軽にご参加いただけます。

日時 10月23日(木) 9時30分～13時  
場所 保健センター 2階 調理実習室  
費用 300円  
持ち物 エプロン・三角巾・ふきん・筆記用具  
定員 25名  
申込 10月17日(金)までに電話または窓口へ  
(17時以降 佐藤 ☎(32)3539)  
※費用は事前に保健センターまでお持ちください。  
主催 食生活改善推進員協議会

がん検診等各種検診のお知らせ(個人通知)はありません。  
各種検診については広報・ホームページ・保健センター年間計画表でご確認ください。

# 保+健

お子様のご用でお越しになる際は母子手帳をお持ちください  
保健センター ☎(34)1188

## 乳幼児健診

場所:保健センター

名称	対象	実施日	受付時間
3～4か月児健診(BCG接種)	平成20年6月生	10月8日(水)	13時～13時30分
9～10か月児健診	平成19年12月生	10月7日(火)	
1歳6か月児健診	平成19年3月生	10月1日(水)	
3歳児健診	平成17年5月生	10月22日(水)	

持ち物 母子健康手帳・バスタオル  
(3歳児は母子健康手帳のみ)  
※対象児には個別通知があります。健診日の1週間前までに通知が届かない場合は、保健センターへご連絡ください。

## 栄養相談

月1回栄養士による栄養相談を行っています。離乳食や生活習慣病予防の食事などの相談を受付けます。(予約制)  
実施日 10月24日(金)  
相談時間 9時～12時  
申込 10月17日(金)まで、電話または窓口へ

## ヘルスサポーター講習会

▼生活習慣病予防のための講義と調理実習・軽い運動を行います。  
日時 10月10日(金) 9時30分～14時30分  
場所 保健センター 2階 調理実習室  
費用 300円(食材費)  
持ち物 エプロン・三角巾・ふきん・筆記用具・タオル  
定員 30名  
申込 10月3日(金)までに電話または窓口へ  
(17時以降 佐藤 ☎(32)3539)  
※費用は事前に保健センターまでお持ちください。  
主催 食生活改善推進員協議会