



▲すぎスポ
ホームページ

申込・問合せ

NPO法人杉戸町総合型スポーツクラブすぎスポ
☎(48)5161(月・水・金10時～16時)

健康スポーツ・文化教室（会場：エコ・スポいずみ多目的スペース、参加費無料、当日申込OK!）

●健康体操教室（通年）

音楽にあわせて楽しく体操できます。
無理なく有酸素運動ができます。

日時 毎週木曜日 10時10分～11時30分
（第5週休み）

持ち物 運動着、室内履き、飲み物等



●ヨガストレッチ教室（通年）

日時 毎週水曜日 13時～14時15分
（第4・5週休み）

持ち物 運動着、室内履き、飲み物、
ヨガマットまたはバスタオル



●おもしろサイエンス実験教室（※要事前申込：右上記問合せへ）

光のひみつ ～虹を見る箱をつくろう～

日本工業大学服部邦彦教授による「光・虹」についてのものづくり
体験です。

日時 8月18日(日) 11時～12時

内容 『光のカクテル・虹を見る箱』について 工作・解説実験等

対象 杉戸町の小学4年生～6年生 25名程度

講師 服部 邦彦 教授

持ち物 筆記用具、水筒（飲み物）、工作用ハサミ、セロテープ
※貸出あり



●お楽しみ会「スポーツ縁日」

子どもから大人まで一緒に楽しめるイベントです。スタンプラリーに参加すると参加賞がもらえます。
パラリンピックで話題のスポーツやゲーム、ミニ縁日を楽しみませんか。

日時 8月25日(日) 10時～13時

※熱中症警戒アラートにつき時間短縮の可能性
があります。

内容 ◎スポーツ体験（スタンプラリー）

ピンポン・卓球バレー・卓球マシン・ボッチャ
ゴムパンチ飛行機（有料・ゲートボール場にて20個限定）

◎ミニ縁日（有料）

ヨーヨーつり・スーパーボールすくい・かき氷・焼きそば・
フランクフルト・その他

◎組み紐（場所 フリースペース）

その他 8月31日(土)まで、エコ・スポいずみ内の文化財展示室にて企画展「幸手と杉戸の古墳時代」を開催中
です。スポーツ縁日当日は埼玉県立さきたま史跡の博物館の学芸員による講演会を開催します。



すぎスポ会員募集(すぎスポ入会金1,000円)

●ボウリング

楽しい仲間と練習ができます。年数回、大会も実施しています。
お気軽にご参加ください。

日時 毎月第1・3・4木曜日 14時～16時

場所 ビッグボウル杉戸 会費 500円/月（その他保険料、別途ゲーム代）



●フロアカーリング

氷上のカーリングをフロアで気軽に楽しめます。いつでも体験できますので
お問合せください。

日時 毎週日曜日 10時～11時30分

場所 高野農村センター 会費 500円/月（その他保険料 任意）



▶ お子様の用事でお越しになる際は母子健康手帳をお持ちください

子宮頸がん予防(HPV) ワクチン接種期限について

公費（無料）で受けられる期限が迫っています。

対象 ①または②に該当する方

①令和6年度に高校1年生相当の女性
（平成20年4月2日～平成21年4月1日生まれ）

②キャッチアップ接種対象者
（平成9年4月2日～平成20年4月1日生まれ）

接種期限 令和7年3月31日まで

※期限を過ぎての接種は自費（1回約29,000円）とな
ります。接種完了までには6か月かかるため、ご希望
の方は早めに接種を開始しましょう。

※キャッチアップ接種対象者で、これまでにHPVワク
チンを接種したことのない方には、8月上旬にハガキ
による案内を送付しました。

接種をご希望される方で、転入や紛失等で予診票をお
持ちでない場合は、保健センターへご連絡ください。

子宮頸がん予防ワクチン(HPVワクチン)を 自費で接種された方へ助成金制度のご案内

対象 次の要件をすべて満たす方

・令和4年4月1日時点で、杉戸町に住民登録が
ある方

・平成9年4月2日～平成18年4月1日生まれ
の女性

・定期接種の対象年齢（小学校6年生～高校1年
生相当）の期間にHPVワクチン接種を3回完
了しなかった方

・定期接種の対象年齢を過ぎてから、令和4年3月
31日までにHPVワクチンの接種（2価：サーバ
リックス、4価：ガーダシル）を自費で接種した方

助成額 町で定める予防接種金額を上限とし、接種費用
を助成します。

申請期間 令和7年3月31日まで

申請方法 必要な書類を揃え、保健センター窓口または
郵送で書類を提出してください。

※必要書類は町ホームページからダウンロードできるほ
か、保健センター窓口でも配布しています。

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 9月11日(水)

9時30分～11時45分、13時～16時

場所 役場 本庁舎 1階会議室

主催 杉戸ライオンズクラブ



ヘルスメイトの料理教室 ～ビタミンたっぷり夏野菜メニュー～

ヘルスメイト（食生活改善推進員）と一緒に簡単・お
いしい・ヘルシーな料理を作りましょう！

日時 8月21日(水) 10時～13時30分

場所 保健センター 2階 調理実習室

献立 野菜ゴロゴロドライカレー 他

持ち物 エプロン、三角巾、筆記用具、ふきん2枚、
室内履き（スリッパ等の脱げやすいものは不可）

定員 15名（申込順） 費用 400円

申込 8月14日(水)までに電話で保健センターへ

主催 杉戸町食生活改善推進員協議会

お肉の食中毒にご注意ください！

生の食材の多くには、病原体が潜んでいることがあり
ます。特に、お肉を生や生焼けのまま食べることは大変
危険です。例えば、新鮮な鶏肉にもカンピロバクターが
潜んでいることがあり、少量の菌でも食中毒を発症する
原因になります。「新鮮だから安全」は間違いです。食
材は中心部まで十分に加熱し、食中毒を防止しましょう。

☎ 幸手保健所 ☎(42)1101

乳幼児健診

名称	対象	実施日
3～4か月児健診	令和6年5月生	9月11日(水)
9～10か月児健診	令和5年11月生	9月10日(火)
1歳6か月児健診	令和5年2月生	9月4日(水)
3歳児健診	令和3年4月生	9月18日(水)

受付時間 13時～13時30分

（3歳児健診は12時50分～13時20分）

持ち物 個別通知をご確認ください。

※対象児には個別通知を郵送します。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。