



令和6年度 ヘルストレーニング教室 土曜のリフレッシュヨガ ～こころとカラダの健康を 見直す2日間～

参加費
無料

保健師からの健康長寿サポーター養成講習とヨガインストラクターによる「ヨガストレッチ」の合体型、全2回コースの教室です。

日時 3月1日(土)・8日(土)
9時30分～11時30分

場所 保健センター2階
研修室

対象 両日参加できる20歳～64歳の杉戸町民

持ち物 ヨガマットまたはバスタオル、飲み物、タオル、筆記用具

※運動しやすい服装でお越しください
(くつ下を脱いで裸足で運動します)。

※自動販売機、更衣室はありません。

定員 15名(申込順)

申込 2月19日(水)までに電子申請(上記QRコード)
または電話で保健センターへ

健康長寿サポーターとは？

特別な資格ではありません。まずは講習で健康的な食事や運動について知り、やってみて良かったことを大切な家族や友人に伝えていける人のことです。

2回目の講座終了後、「健康長寿サポーター応援ブック」をお渡しします。(初めて受講した方のみ)



【冬期限定】休日夜間診療当番医 小児休日診療当番医(杉戸町・幸手市)

病気等で緊急に治療が必要な場合、下記の医療機関で診療を受けることができます。※必ず電話をしてから受診してください。

【休日夜間診療】

診療時間 19時～22時(受付18時30分～21時30分)

診療科目 内科

月日	医療機関	電話番号
2月	2日(日)	東埼玉総合病院(幸手市) (40)1311
	9日(日)	堀中病院(幸手市) (42)2081
	11日(火・祝)	堀中病院(幸手市) (42)2081
	16日(日)	東埼玉総合病院(幸手市) (40)1311
	23日(日・祝)	東埼玉総合病院(幸手市) (40)1311
	24日(月・振休)	堀中病院(幸手市) (42)2081
3月	2日(日)	堀中病院(幸手市) (42)2081
	9日(日)	東埼玉総合病院(幸手市) (40)1311

【冬期限定・小児休日診療】

診療時間 9時～12時

月日	医療機関	電話番号
2月	2日(日)	さって西クリニック(幸手市) (43)8111
	9日(日)	井上小児科皮フ科 (33)8690
	11日(火・祝)	入江こどもクリニック(幸手市) (44)1155
	16日(日)	高野台クリニック (35)1110
	23日(日・祝)	のうみクリニック(幸手市) (42)7233
	24日(月・振休)	井上小児科皮フ科 (33)8690
3月	2日(日)	さって西クリニック(幸手市) (43)8111
	9日(日)	香日向クリニック(幸手市) (44)3001

子宮頸がん予防(HPV) ワクチン接種期限延長

キャッチアップ接種対象者(平成9年度～平成19年度生まれの女性)と高校1年生相当の方(平成20年度生まれの女性)は、3回すべてを公費で接種するには、令和7年3月31日までに3回接種を終える必要がありましたが、需要の大幅な増加に伴い、ワクチン不足となったことから、公費対象期限を1年間延長することとなりました。

3回接種を完了していない方は、令和7年3月31日までに1回でも接種すれば、残り2回を令和8年3月31日まで公費で接種することが可能となります。

対象 次の①または②に該当し、
令和4年4月1日～令和7年3月31日の期間内に1回以上接種をした方(女性)
①キャッチアップ接種対象者
②高校1年生相当の方

経過措置期間 令和8年3月31日まで

乳幼児健診

名称	対象	実施日
3～4か月児健診	令和6年11月生	3月12日(水)
9～10か月児健診	令和6年5月生	3月11日(火)
1歳6か月児健診	令和5年8月生	3月5日(水)
3歳児健診	令和3年10月生	3月19日(水)

受付時間 12時40分～13時30分(3歳児健診は12時30分～13時10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。

「がんワンストップ相談」

働くがん患者さんの治療と仕事の両立を支援するため、複数の専門職による相談会を開催します。

対象 県内在住または在勤する就労中のがん患者の方(休職中の方も含む)

相談日時 2月6日(木)・20日(木)・3月6日(木)・13日(木)
18時15分～20時15分(最終受付19時45分)
※事前予約制

費用 無料

相談対応職種 ①看護師
②医療ソーシャルワーカー
③両立支援促進員
・①②は、がん診療連携拠点病院または県がん診療指定病院所属
・③は、埼玉産業保健総合支援センター所属

相談方法 対面、電話、オンライン

申込 県ホームページまたは電話・メールで県疾病対策課へ

その他 詳しくは県ホームページをご確認ください。



埼玉県 がんワンストップ 検索

申・問 埼玉県 保健医療部 疾病対策課
☎048(830)3651
✉a3590-06@pref.saitama.lg.jp

骨粗しょう症予防の料理教室

丈夫な骨をつくる食事のコツ、管理栄養士がお伝えします!

日時 3月7日(金)10時～13時30分

場所 保健センター2階 調理実習室

献立 カルシウムたっぷりあんかけ焼きそば 他

費用 400円

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避けてください)

定員 15名(申込順)

申込 2月28日(金)までに電話で保健センターへ