

乳がん・子宮頸がん・大腸がん集団検診

	乳がん	子宮頸がん	大腸がん
対象	40歳以上で ・奇数月生まれの女性 ・昨年度受診していない 偶数月生まれの女性	20歳以上で ・奇数月生まれの女性 ・昨年度受診していない 偶数月生まれの女性	40歳以上の方
	「がん検診無料券」該当者		
内容	視触診 マンモグラフィ (乳房X線検査)	子宮頸部の細胞診 視診・内診	便潜血 検査 (2日分)
費用	1,200円	600円	400円
	「がん検診無料券」該当者は無料		
実施日	2月21日(金) 午後		
会場	保健センター		
申込	【インターネット先行予約】 1月28日(火) 23時59分まで 「杉戸町保健センター年間計画表」で検索 またはQRコードから (スマートフォン以外の携帯電話からはご利用いただけません) 【一般予約】 保健センターへ電話または窓口で受付中(定員になり次第締切)		



●各種検診の詳細等については、各世帯に配布している年間計画表「げんきになるゾウ〜!」をご覧ください。

★共通事項★

- ①検診は年度内(4月～翌年3月)に1回のみです。乳がん・子宮頸がん検診は、個別検診か集団検診のどちらかを選んで受診していただきます。
- ②次の方は、受診費用が免除です。
▶70歳以上の方：検診当日に申出ください。
▶町民税非課税世帯の方：世帯全員が非課税の方が対象。検診実施日の10日前までに印鑑持参のうえ、保健センター窓口にて手続きください。
▶生活保護受給の方：検診当日、受給証をご提示ください。
 ③下記の方は検診を受けられません。
乳がん検診
▶妊娠中または妊娠の可能性のある方
▶授乳中の方・断乳後6か月未満の方
▶過去1年以内に乳房の手術を受けた方
▶乳房豊胸術を受けた方
▶心臓ペースメーカー等医療機器が前胸部に入っている方
子宮頸がん検診
▶生理中の方
▶妊娠中または妊娠の可能性のある方
▶子宮全摘出術を受けた方
大腸がん検診
▶生理中の方 ▶痔の方

乳がん・子宮頸がん検診無料券対象のみなさまへ!

子宮頸がん・乳がん検診無料券の有効期限は2月29日(土)です。集団検診をご希望の方は、上記をご参照ください。個別検診をご希望の方は、終了間際は混み合いますので、早めに下記の実施医療機関に予約してください。

子宮頸がん	玉井医院、長岡産婦人科医院、産婦人科木村医院、堀中病院、ワイズレディスクリニック、済生会栗橋病院
乳がん	東埼玉総合病院、済生会栗橋病院、白岡中央総合病院

※詳細は令和元年6月上旬の個人通知をご覧ください。

ノロウイルスに注意!

ノロウイルスによる食中毒は、11月から増加し、12月頃からの冬季を中心に多く発生しています。手指や食品等を介し、主に口から感染します。患者の便やおう吐ぶつからは多量のウイルスが排出され、人から人へも感染がおこります。下記の予防対策をし、感染に気を付けましょう。

- ①手洗いを励行しましょう。特に2度洗いが効果的です。
- ②加熱調理する料理は中心部まで十分に火を通しましょう。
- ③便およびおう吐ぶつを片付ける時は、マスクや使い捨て手袋、エプロンを着用しましょう。また、汚れた場所は十分な濃度の塩素系の薬剤で消毒しましょう。

問合せ 埼玉県幸手保健所 ☎(42) 1101

カンタン離乳食教室

日時 1月31日(金) 9時50分～12時
内容 離乳食の進め方、5～8か月頃の離乳食の調理・試食 ※試食は大人のみ
持ち物 エプロン、三角巾、ふきん、筆記用具、米大さじ1、上履き、母子手帳、おおいひも、おむつ、タオル
定員 15組(申込順)
申込 1月24日(金)までに電話で保健センターへ

杉戸町メンタルヘルス講演会 「知ることからはじめよう!」 ～ゲートキーパー養成講習～

日本では、年間2万人を超える人が、自殺により命をおとしている現状があります。SOSのサインに気付き、必要な支援につなぐことがあなたの大切な人の命を守ります。

ゲートキーパーは、どんなでも、今日から始められる命を守る活動です。ぜひ、ご参加ください。

日時 2月6日(木) 10時～11時
場所 杉戸町保健センター 1階 健診室
内容 講演「ゲートキーパー養成講習」
講師 菊池臨床心理士オフィス
定員 40名 **参加費** 無料
申込 1月24日(金)までに保健センターへ電話または来所

※手話通訳等が必要な方は、1月17日(金)までにお申込みください。



ママ・パパ教室 ー第3回コースー

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
7日(金)	9時30分～11時30分	妊婦体操・妊娠中の生活お産の準備とすすみ方
★14日(金)		産後はどう過ごす?赤ちゃんって?おっぱいケア
★16日(日)		赤ちゃんをお風呂に入れよう
20日(木)	13時15分～15時30分	赤ちゃんともママの歯の健康マタニティごはん

*4日間で1コースですが、**1日だけの参加もできます。**
対象 妊娠週数13週以降の妊婦とそのパートナー(特に★はパパにもおすすめです)
申込 1月31日(金)までに電話で保健センターへ

「すぎと健康アカデミー」公開講座 食育推進講演会 ～骨・カルシウムセミナー～

日時 2月4日(火) 14時～15時
場所 保健センター 1階 健診室
内容 カルシウムなどの栄養素、骨の健康を維持するポイント等
講師 雪印メグミルク株式会社 栄養士
定員 40名(申込順)
申込 1月28日(火)までに保健センターへ電話または来所



乳幼児健診

名称	対象	実施日
3～4か月児健診	令和元年10月生	2月19日(水)
9～10か月児健診	平成31年4月生	2月18日(火)
1歳6か月児健診	平成30年7月生	2月5日(水)
3歳児健診	平成28年9月生	2月26日(水)

受付時間 13時～13時30分
持ち物 母子健康手帳、バスタオル(3歳児健診は母子健康手帳のみ)
 ※対象児には個別通知あり。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。

1月・2月の小児休日診療当番医(杉戸町・幸手市)

月日	医療機関	電話番号
1月	5日(日) 井上小児科皮膚科(杉戸町)	(33) 8690
	12日(日) のうみクリニック(幸手市)	(42) 7233
	13日(月・祝) 井上小児科皮膚科(杉戸町)	(33) 8690
	19日(日) 高野台クリニック(杉戸町)	(35) 1110
	26日(日) 野口内科小児科医院(幸手市)	(42) 0123
2月	2日(日) 香日向クリニック(幸手市)	(44) 3001
	9日(日) のうみクリニック(幸手市)	(42) 7233
	11日(火・祝) 入江こどもクリニック(幸手市)	(44) 1155
	16日(日) 野口内科小児科医院(幸手市)	(42) 0123
	23日(日・祝) のうみクリニック(幸手市)	(42) 7233
	24日(月・振) 入江こどもクリニック(幸手市)	(44) 1155

診療時間 9時～12時
 ※必ず、電話してから受診してください。
 受診の際は「薬剤情報カード(薬の説明書)」をお持ちください。

保+健

保健センター
(健康支援課)
☎(34) 1188

高齢者インフルエンザワクチン接種はお済みですか?

接種期間 1月31日(金)まで

インフルエンザワクチン接種を行うと、インフルエンザにかかりにくくなる、あるいは、かかっても重症化を抑えることができるといわれています。ワクチンの予防効果は接種後2週から5か月程度と考えられています。インフルエンザが流行する前に、予防接種を受けましょう!
接種対象者 65歳以上 **費用** 1,500円
 ※詳しくは、広報すぎと10月号をご覧ください。

ヘルスメイトの料理教室 ～高齢期の食生活～

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 2月13日(木) 10時～13時30分
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、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 10名 ※定員になり次第締切
申込 2月6日(木)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

1月・2月の休日夜間診療当番医

月日	医療機関	電話番号
1月	1日(水) 秋谷病院	(42) 2125
	2日(木) 堀中病院	(42) 2081
	3日(金) 秋谷病院	(42) 2125
	5日(日) 秋谷病院	(42) 2125
	12日(日) 堀中病院	(42) 2081
	13日(月・祝) 秋谷病院	(42) 2125
	19日(日) 堀中病院	(42) 2081
2月	26日(日) 秋谷病院	(42) 2125
	2日(日) 堀中病院	(42) 2081
	9日(日) 秋谷病院	(42) 2125
	11日(火・祝) 堀中病院	(42) 2081
	16日(日) 秋谷病院	(42) 2125
	23日(日・祝) 堀中病院	(42) 2081
	24日(月・振) 秋谷病院	(42) 2125

病気等で緊急に治療が必要な場合、上記の医療機関(幸手市)で診療を受けることができます。
診療時間 19時～22時(受付18時30分～21時30分)
診療科目 内科
 ※必ず、電話してから受診してください。