

各種がん検診のお知らせ

▼乳がん・子宮頸がん個別検診

	乳がん	子宮頸がん
対象	40歳以上で偶数月生まれの女性 「がん検診無料クーポン券」該当者	20歳以上で偶数月生まれの女性
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
費用	1,500円 「がん検診無料クーポン券」該当者は無料	1,200円
実施期間	7月1日(水)～令和3年2月28日(日)	
実施医療機関	済生会栗橋病院 ☎(53) 0575 白岡中央総合病院 ☎(93) 0662 東埼玉総合病院 ☎(40) 1420 東埼玉総合病院の乳がん検診実施期間は未定。決定後「広報すぎと」でお知らせします。	玉井医院 ☎(33) 2464 長岡産婦人科医院 ☎(33) 3325 産婦人科木村医院 ☎(42) 0222 堀中病院 ☎(42) 2081 ワイズレディースクリニック ☎(44) 0555 済生会栗橋病院 ☎(53) 0575
申込	実施医療機関に直接予約してください。	

※受診の際、本人確認書類(運転免許証等、住所・氏名・生年月日が確認できるもの)と健康保険証をお持ちください。

▼骨粗しょう症・乳がん・子宮頸がん・大腸がん集団検診

新型コロナウイルス感染予防のため、6月29日(月)・30日(火)、7月8日(水)、9月17日(木)の集団検診は中止とさせていただきます。

【11月以降の集団検診申込】(定員になり次第締切)

保健センターへ電話またはインターネットから。

インターネット予約は「杉戸町保健センター年間計画表」で検索または右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)

※11月以降の集団検診についても、新型コロナウイルス感染予防のため、中止させていただく場合があります。

◆がん検診の詳細については、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。

「がん検診無料クーポン券」を郵送します

がんの早期発見・早期治療を目的として、下記の方へ令和2年6月初旬に、**子宮頸がん・乳がん検診無料クーポン券**を郵送します。受診方法などの詳細は、無料クーポン券に同封の案内をご覧ください。

クーポン券の有効期間 令和3年2月28日(日)まで

対象 子宮頸がん検診：平成11年4月2日～平成12年4月1日生まれの女性
乳がん検診：昭和54年4月2日～昭和55年4月1日生まれの女性

①各種検診は年度内(4月～翌年3月)に1回のみ。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ください。

②次の方は、受診費用を免除

▶70歳以上の方：検診当日に申出。

▶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日前までに運転免許証等の官公庁が発行する顔写真付き本人確認書類を持参のうえ、保健センター窓口で手続き。(健康保険証など、顔写真のないものについては、年金手帳・通帳・診察券などあわせて2点以上を持参)

▶生活保護受給の方：検診当日、受給証を提示。

③下記の方は検診を受けられません

骨粗しょう症

▶骨粗しょう症で治療中の方

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

無料クーポン券

俳句

次からつぎ咲き急がずに風光る
雨に咲くがく紫陽花の彩深し岡 薫子
大輪を夢見て時くや花の種 小野 諄子
鯉のぼり風が命や竿の先 佐々木 史女
田に水が入りし景色写しをり 相馬 治枝
ふらここのゆれに花散る幼稚園 富樫 ふみ子
木道を蟻と歩調を合わせ行く 小松 昂恵
千年の樟の調べや風光る 中里 遥
風光る初挑戦の二万歩へ 駒田 美津子
筑波嶺の一峰かくす春霞 矢仲 勝
弁当を持ちて釣場へ水温む 若林 和子
花の雲逝きし誰彼思いあて 野坂 潭
燕来る古利根川をすれすれに 毛利 維子
風はらみ枝垂桜の広がりぬ 長瀬 光江
花冷やナースコールの間をおかず 津吹 喜久子
菜飯炊き遥か昔の母の事 新田 雄悦
春時雨広場の時計遅れがち 荻野 美智栄
文庫本とちて淹るる茶花の雨 鈴木 義雄
西松 洋子

このコーナーは、中央公民館で活動する「光風会」「杉風会」による投句を掲載しています。

毎年6月は「食育月間」、 毎月19日は「食育の日」です！

「食育」とは、様々な経験を通じて、食に関する知識と食を選択する力を習得し、健全な食生活を実践できる力を育むことです。

食育基本法が制定された6月を食育月間とし、全国各地で食育推進の取り組みが実施されます。また、毎月19日は、自分や家族の食生活を見直す食育の日とされています。

この機会に普段の食生活を見直し、1日3食きちんと食べる、感謝の気持ちを込めて「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをするなど、できることから始めてみましょう。



乳幼児健診

名 称	対 象	実 施 日
3～4か月児健診	令和2年3月生	7月15日(水)
9～10か月児健診	令和元年9月生	7月14日(火)
1歳6か月児健診	平成30年12月生	7月1日(水)
3歳児健診	平成29年2月生	7月22日(水)

受付時間 13時～13時30分

持ち物 個別通知をご確認ください。

※対象児には、健診日の1週間前までに個別通知を郵送します。通知が届かない場合は、保健センターへご連絡ください。

会計年度任用職員(事務補佐員)を募集します

任用期間 7月1日(水)～令和3年3月31日(水)

勤務時間 9時～17時(7時間勤務)

勤務日 月曜日～金曜日(週5日勤務)

勤務場所 杉戸町保健センター

勤務内容 窓口及び電話での接客対応。パソコンでの書類作成・データ入力作業等

募集人数 1名 給与 日額6,660円～

応募期間 6月1日(月)～15日(月)

※応募方法等については、町ホームページをご覧ください。どうか保健センターにお問合せください。

6月20日～7月19日は「ダメ。ゼッタイ。」 普及運動実施期間です

大麻・覚醒剤・麻薬・危険ドラッグなどの薬物乱用は、個人の問題にとどまらず、社会全体に計り知れない危害をもたらします。自分の人生だけでなく、家族や友人の人生までも狂わせてしまいます。「ちょっとなら…。」といった甘い考えは命取りです。薬物乱用は1回でも「ダメ。ゼッタイ。」

薬物乱用のない社会を実現するためには、県民の皆さんの薬物乱用防止に対する正しい理解が必要です。

県では、「彩の国さいたま『ダメ。ゼッタイ。』普及運動」として薬物乱用防止を呼び掛ける街頭キャンペーン及び薬物乱用防止を目的とする国連支援募金活動を実施します。正しい知識を身につけ、薬物乱用を根絶しましょう。薬物でお困りの人は、ご相談ください。

問 幸手保健所 ☎(42) 1101

保+健

保健センター
(健康支援課)
☎(34) 1188



おうち時間で簡単スイーツを作ってみよう！

鉄分やカルシウムが豊富な簡単ヘルシーおやつです。
豆乳黒ごまプリン

(1個あたり：エネルギー 121kcal、たんぱく質6.1g、カルシウム104mg、鉄1.8mg、葉酸34g)

【材料】(5個分)

・粉ゼラチン 大さじ1 ・水 大さじ4
・豆乳 360cc ・練り黒ごま 大さじ2
・砂糖 大さじ4 ・きな粉 適量
・黒蜜 小さじ2と1/2

【作り方】

①粉ゼラチンを分量の水でふやかす。

②豆乳、練り黒ごま、砂糖を鍋に入れ、火にかけて混ぜる。温まったら①を加えて混ぜる。(沸騰させないように注意)

③器に入れ、粗熱が取れたら冷蔵庫で冷やし固める。

④食べる前にきな粉・黒蜜をかける。



肝炎ウイルス検診のお知らせ

B型・C型肝炎ウイルス検診を、**今年度40歳になる方**(昭和55年4月1日～昭和56年3月31日生)に無料で行います。

詳細はホームページをご覧ください。(「杉戸町保健センター年間計画表」で検索)

※過去に既に検査をしたことがある方、職場などで検査を受ける予定のある方は対象外です(職場で健康診断を受ける方は、健康診断の項目をご確認ください。)。杉戸町の肝炎ウイルス検診対象者ではない方は、埼玉県のホームページをご覧ください。(「埼玉県肝炎ウイルス検査」で検索)

予防接種を受けましょう

該当のお子さんにはすでに個別で通知していますが、説明書をよく読み、接種しましょう。

予防接種名	対象者	接種期限
麻しん 風しん (2期)	平成26年4月2日生～平成27年4月1日生(いわゆる年長児)	令和3年3月31日まで
二種混合 (ジフテリア・破傷風)	小学6年生～13歳未満(小学校6年生に予診票郵送)	13歳の誕生日前日まで
日本脳炎 (2期)	小学4年生～13歳未満(小学校4年生に予診票郵送)	13歳の誕生日前日まで

※予診票を紛失した方・予診票をお持ちでない方は、母子健康手帳を必ず持参のうえ保健センター窓口までお越しください。

