




胃・肺・大腸・前立腺がん集団検診

	胃がん検診	肺がん・結核検診	大腸がん検診	前立腺がん検診
対象	40歳以上の男女			40歳以上の男性
内容	胃部X線検査 (バリウム)	胸部X線検査 喀痰検査(該当者※)	便潜血検査 (2日分)	血液検査
費用	800円	胸部X線検査 200円 喀痰検査 500円	400円	600円
実施日	12月2日(木)・3日(金)・4日(土)・5日(日)・6日(月)・7日(火)・8日(水)・9日(木) 全ての検診が午前のみ実施			
会場	保健センター			
申込	<p>【インターネット先行予約】インターネット予約は受付時間をお選びいただけます！ 10月5日(火) 0時 ~ 11日(月) 23時59分まで 「杉戸町保健センター年間計画表」で検索（「令和3年度骨粗しょう症・がん検診(集団)インターネット予約」からお進みください）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)</p>  <p>【電話予約】 10月21日(木)・22日(金)・25日(月) 9時~16時 臨時電話 ☎ (37) 3363 (定員になり次第締切) 電話番号をよくお確かめのうえ、おかけ間違いのないようご注意ください。</p>			

※喀痰検査該当者：50歳以上で喫煙指数（1日本数×年数）600以上の方
◆各種検診の詳細等は、各世帯に配布している保健センター年間計画表「げんきになるゾウ〜！」P5～6をご覧ください。

【注意事項】

- ①各種検診は年度内（4月～翌年3月）に1回のみを受診です。
- 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
 - ▶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日前までにマイナンバーカード、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をしてください。（健康保険証など、顔写真のないものは、年金手帳・通帳・診察券などあわせて2点以上持参）
- ③下記の方は検診を受けられません。
 - ▶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。
- ▶**胃がん検診** ▶検診台で自力で体位を保持することや、検査中の指示に従うことが困難な方
 - ▶妊娠中または妊娠の可能性のある方
 - ▶過去1年以内に腹部の手術を受けた方（内視鏡手術を含む）
 - ▶過去に胃や消化管の手術を受けた方（主治医の許可がある場合は除く）
 - ▶過去に発泡剤やバリウムを飲用して、アレルギー症状のあった方
 - ▶便秘の方（当日まで3日間排便のない方）
 - ▶その他、当日の体調や問診により受診できない場合あり
 - ▶**肺がん検診** ▶妊娠中または妊娠の可能性のある方
 - ▶**大腸がん検診** ▶生理中の方 ▶便採取日に痔の出血がある方
 - ▶**前立腺がん検診** ▶脱毛治療薬を服用している方

デリバリー・テイクアウトを行う飲食店の皆様及び利用される方へ

新型コロナウイルス感染症の拡大に伴い、デリバリーやテイクアウトが大変注目されています。一方、こうした形態の食品の提供は、喫食までの時間が長くなり、食中毒の発生リスクが高まります。これらの食品を原因とする食中毒も全国で発生しているため、以下の点に注意して食中毒を防止しましょう。

- 【飲食店】
- お客様には必ず「早めに食べてください」などとお声がけしましょう
 - 受注数はお店の設備と人員に応じた無理のない範囲にしましょう
 - 生物は避ける等、適切なメニューを選定し、注文を受けてから作りましょう
 - HACCPに沿った衛生管理も忘れずに
- 【利用される方】
- 適切な管理をしているお店から購入しましょう
 - 購入後の温度管理に注意し、早めに食べましょう
- ☎ 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3年6月生	10月20日(水)
9～10か月児健診	令和2年12月生	10月19日(火)
1歳6か月児健診	令和2年3月生	10月13日(水)
3歳児健診	平成30年5月生	10月27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、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。

9月10日は世界自殺予防デー・9月10日～16日は自殺予防週間です ～ひとりで抱え込まずに、悩みを相談しましょう～ ～大切ないのちを守る行動(気づき)と言動(声かけ)が必要～

新型コロナウイルス感染症の拡大やその影響で、これまでの日常とは違った生活になっています。それに伴って、不安やストレスを感じている方も多いのではないのでしょうか。
1人で悩んでいませんか？「自己チェック」してみましょう。

- 【うつ病 自己チェック】
- 毎日の生活に充実感がない
 - これまで楽しんでやれていたことが、楽しめなくなった
 - 自分が役に立つ人間だと思えない
 - わけもなく疲れたような感じがする
 - 以前は楽にできていたことが、今ではおっくうに感じられる

上に挙げた状態のうち2項目以上が2週間以上、ほとんど毎日続いていて、そのためにつらい気持ちになったり毎日の生活に支障が出たりしている場合にはうつ病の可能性がります。このほかにも、「眠れない」「食欲がない」状態が続く場合にはうつ病の可能性がります。一人で不安な気持ちを抱えず、誰かに話すことで、気持ちが整理できたり、こころが軽くなったりすることもあります。辛い時には専門家に相談しましょう。

■新型コロナウイルス感染症とこころのケアについて(埼玉県)
埼玉県 こころのケアで検索または右QRコードをご覧ください。



ママ・パパ教室 ー第2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
10月26日(火)	9時30分～11時30分	妊娠中の生活、妊婦体操お産の準備と進み方
11月4日(木)	13時30分～15時30分	マタニティごはん赤ちゃんとお母さんの健康
★11月7日(日)	9時30分～11時30分	産後の過ごし方赤ちゃんとおっぱい
★11月21日(日)		赤ちゃんをお風呂に入れよう

*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週以降の初産婦とそのパートナー(★はパパにもおすすめ)
定員 各日10組
申込 10月8日(金)までに電話で保健センターへ

令和3年度埼玉県SNS相談事業 「こころのサポート@埼玉」

実施期間 令和4年3月28日(月)まで
相談日時 日、月曜日 21時～翌6時
※9月20日(月)まで及び令和4年3月6日(日)～22日(火)は毎日実施予定
対象 県内在住・在勤・在学の方
相談内容 原則として、希死念慮、生活や家庭環境に関する悩み、職場・学校等での悩み、人間関係等、こころの健康に関する悩みについて、幅広く対応

