

## 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事務局  
☎(48)5161・FAX(48)5162(月・水・金10時～16時)



広報すぎとで告知の教室・講習会・イベント等すぎスポ23種目の定期活動について、**新型コロナウイルス感染拡大防止のために、予告なく中止・延期・縮小・内容変更等の対応をとる場合がございます。**参加希望の方は、事前にすぎスポ事務局までお問合せください。

### 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!)

\*これは杉戸町教育委員会のエコ・スポいずみ健康スポーツ等指導業務委託事業として実施しているものです。

#### 健康体操教室(通年)

日時 毎週木曜日(第5週休み)  
10時10分～11時15分  
持ち物 運動靴・室内履き・飲み物等

通年  
実施事業

#### ヨガストレッチ教室

日時 毎週水曜日(第4・5週休み)  
13時～14時15分  
持ち物 運動靴・室内履き・飲み物・ヨガマットまたはバスタオル

通年  
実施事業

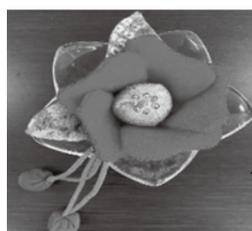
#### ポッチャ教室(パラ正式種目)

日時 1月18・25日、2月1・8・22日、  
3月1・8・15日  
各火曜日(全8回)10時～12時  
持ち物 運動靴・室内履き・飲み物等

好評につき  
追加開催

**速報** 3月20日(日)ポッチャ大会開催(予定)!

#### 手芸教室「ちりめん細工」



可愛い様子の花のモチーフを作れませんか。一日の参加で完成できる内容です。

日時 1月18日(火) 13時～16時  
場所 エコ・スポいずみ ミーティングルーム  
対象 杉戸町民及び近隣住民 一般・高齢者  
内容 ちりめん細工作成  
持ち物 裁縫道具一式・飲み物  
※材料はこちらで用意します。  
材料費 500円  
募集人数 10名 ※定員になり次第締切

事前申込  
先着10名

### すぎスポ初心者講習会・教室参加者募集

#### 初心者詩吟教室

漢詩に節をつけて吟じます。腹式呼吸(ゆっくりと長く息を吐く)により、喉・脳の活性化とストレスの緩和にも役立ちます。  
日時 1月19・26日、2月2日  
各水曜日(全3回)10時～12時  
場所 すぎとピア  
対象 杉戸町民及び近隣住民  
募集人数 5名程度  
講師 金子 俊一(日本詩吟学院)  
参加費 300円(資料代等)



すぎスポ  
文化部

### すぎスポ会員募集(すぎスポ入会金1,000円)

#### バレーボール(SOUR STARS)

バレーボールを大好きになってもらえるように、楽しく、元気に活動中。母集団はありませんので、お子様だけの参加で大丈夫です。コロナ禍につき、小学生は大会への参加は中止していますが、イベントや練習試合は実施しています。気軽に体験してみてください。  
日時/場所  
①毎週水曜日18時45分～20時45分/杉戸中学校体育館  
②毎週金曜日19時～21時/杉戸小学校体育館  
③毎週土曜・祝日9時～12時/杉戸小学校体育館  
対象 ①・②・③小学生男・女、①・②中学生女子  
会費 1,000円/月(その他保険料 800円/年)

体験  
受付中

## 空間放射線量の測定結果

町では、空間放射線量の定期測定を行っています。詳細については、町ホームページをご覧ください。

測定場所	測定高さ	8月	9月	10月
役場	1.0メートル	0.067	0.068	0.067
泉小学校	0.5メートル	0.077	0.070	0.080
西近隣公園	0.5メートル	0.076	0.075	0.074

単位: マイクロシーベルト毎時 ※国基準値: 0.23  
☎ 環境課 ☎(38) 0401

▶ お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

## 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。患者の便やおう吐物からは多量のウイルスが排出され、人から人へも感染が occurs。基本的な予防対策は、次のとおりです。

- 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便やおよびおう吐物を片付ける時は、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0.1%の塩素系の薬剤で消毒しましょう。

☎ 幸手保健所 ☎(42) 1101

## 【冬期限定】休日夜間診療当番医

病気等で緊急に治療が必要な場合、下記の医療機関(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。

月日	医療機関	電話番号
12月	5日(日)	堀中病院 (42) 2081
	12日(日)	堀中病院 (42) 2081
	19日(日)	秋谷病院 (42) 2125
	26日(日)	秋谷病院 (42) 2125
	31日(金)	堀中病院 (42) 2081
1月	1日(土)	秋谷病院 (42) 2125
	2日(日)	堀中病院 (42) 2081
	3日(月)	秋谷病院 (42) 2125
	9日(日)	堀中病院 (42) 2081
	10日(月・祝)	秋谷病院 (42) 2125
	16日(日)	堀中病院 (42) 2081
	23日(日)	秋谷病院 (42) 2125
30日(日)	秋谷病院 (42) 2125	

## カンタン☆離乳食教室

日時 1月25日(火) 10時30分～11時30分

内容 離乳食の進め方、5～8か月頃の離乳食の作り方(デモンストレーション)

持ち物 筆記用具、室内履き、母子健康手帳、抱っこひも  
定員 10名(申込順)

申込 1月18日(火)までに電話で保健センターへ  
※感染症防止のため、離乳食の試食、保育は行いません。

## 乳幼児健診

名称	対象	実施日
3～4か月児健診	令和3年9月生	1月19日(水)
9～10か月児健診	令和3年3月生	1月18日(火)
1歳6か月児健診	令和2年6月生	1月5日(水)
3歳児健診	平成30年8月生	1月26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。

## 【冬期限定】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(小児科)で診療を受けることができます。

診療時間 9時～12時

※必ず、電話してから受診してください。

月日	医療機関	電話番号
12月	29日(水)	堀中病院(幸手市) (42) 2081
	30日(木)	堀中病院(幸手市) (42) 2081
1月	9日(日)	のうみクリニック(幸手市) (42) 7233
	10日(月・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(杉戸町) (35) 1110
	23日(日)	さって西クリニック(幸手市) (43) 8111
	30日(日)	井上小児科皮膚科(杉戸町) (33) 8690

## 成人男性に対する風しん抗体検査および風しん予防接種実施中!

風しんの抗体保有率の低い世代の男性に対し、風しん抗体検査・風しん定期予防接種(第5期)を令和4年3月31日まで実施しています。風しん抗体保有率を上げるために、抗体検査・予防接種を受けましょう。

【風しん抗体検査・定期予防接種(第5期)の対象者】  
杉戸町に住民登録がある、昭和37年4月2日から昭和54年4月1日生まれの男性

※既に対象者には無料クーポン券を送付していますが、転入した方やクーポン券を紛失した方は、クーポン券を交付しますので、保健センターまでご連絡ください。