



産後ケアのご案内

産後1年未満のお母さんと赤ちゃんで、ご家族から十分な支援を受けることが出来ない方を対象に産後ケアを実施しています。助産師がご自宅にお伺いする訪問型と、赤ちゃんと一緒に宿泊する宿泊型があります。



利用回数 訪問型 通算7日以内で1日2時間以内
宿泊型 通算7日以内

利用料金 (生活保護世帯は無料)

【訪問型 (1回あたり)】

	初回	2回目以降
住民税課税世帯	1,400円	1,000円
住民税非課税世帯	700円	500円

【宿泊型 (1日あたり)】

住民税課税世帯	5,400円
多胎児による加算	648円
住民税非課税世帯	2,700円

※詳細は、お問合せください。

☎ 杉戸町子育て世代包括支援センター
(保健センター内) ☎ (31) 0066

乳幼児健診

名 称	対 象	実 施 日
3～4か月児健診	令和4年12月生	4月19日(水)
9～10か月児健診	令和4年6月生	4月18日(火)
1歳6か月児健診	令和3年9月生	4月5日(水)
3歳児健診	令和1年11月生	4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。

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・予防接種を令和7年3月31日まで実施しています。職場の健診と一緒に風しん抗体検査を受けられる場合もあります。まだ抗体検査をしていない方は、この機会にぜひ検査しましょう。

【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。転入した方や紛失した方は、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。

ヘルスマイト (食生活改善推進員)募集

杉戸町食生活改善推進員協議会は、「私たちの健康は私たちの手で」をモットーに、栄養バランスや減塩など大人向けの料理教室や、親子料理教室などを開催し、食を通じた健康づくりを地域に広める活動を行っています。料理が好きな方、健康づくりに興味のある方、仲間と一緒に食について学んでいきませんか。



☎・☎ 保健センターへ電話

新型コロナウイルスに関する 相談窓口

■新型コロナウイルスに関する一般的な相談

埼玉県新型コロナウイルス感染症県民サポートセンター
☎0570 (783) 770
(24時間受付 (土・日・祝日も対応))

■発熱などの症状がある場合

県ホームページで「埼玉県指定 診療・検査医療機関」を検索し、連絡先や受付時間等を確認のうえ、事前に必ず電話で予約してから受診してください。



▲「埼玉県指定 診療・検査医療機関」一覧

※ホームページを見ることができない場合

埼玉県受診・相談センター
☎048 (762) 8026、FAX048 (816) 5801
(9時～17時30分 (土・日・祝日も対応))

3月は自殺対策強化月間です ～ひとりで抱え込まずに、悩みを相談しましょう～

日本の自殺者数は年間2万1,007人 (令和3年)。ひとりで悩みを抱えたまま、誰にも相談できずに命を絶つ悲劇が止まりません。自殺の理由は、うつ病をはじめとするこころの病気や、仕事や家庭の問題などさまざまです。

☆うつ病のことを知っていますか？

うつ病は深刻なストレスの蓄積が原因となります。悪化すると心身にさまざまな障害を引き起こしますが、早期に気づき早めの対応をとることで改善することがわかっています。うつ病の症状に本人が気づくことは難しいため、周囲の人の気づきが重要になります。

【うつ病のサイン】

- ☐ぐっすり眠れない
- ☐食事を残すようになった
- ☐笑顔が見られなくなった
- ☐体調不良を訴えることが多くなった
- ☐人付き合いを避けるようになった
- ☐酒量が増えた

●自殺は特別な問題でなく、身近に起こりうるものとして受けとめ、周りの人が身近な人のサインに早く気づき、まずは、「声をかけること」が自殺予防の第一歩です。

- 気づき** 家族や仲間の変化に気づいて、声をかける
- 傾聴** 本人の気持ちを尊重し、耳を傾ける
- つなぎ** 早めに専門家に相談するよう促す
- 見守り** 温かく寄り添いながら、じっくりと見守る

☆身近な相談窓口

健康支援課(保健センター) ☎ (34) 1188
県立精神保健福祉センター ☎048 (723) 6811
幸手保健所 ☎ (42) 1101
埼玉いのちの電話 ☎048 (645) 4343 (24時間365日)

SNS相談事業
「こころのサポート@埼玉」

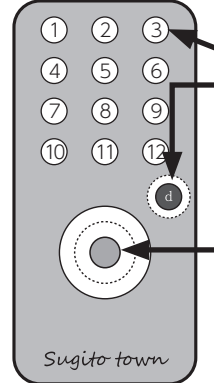


テレ玉 (テレビ埼玉) の 市町村データ放送をご活用ください

問合せ 秘書広報課 広報広聴担当 内線286

町では、簡単なテレビ操作で町の防災情報や町からのお知らせを取得することができる市町村データ放送を「テレ玉」で、放送しています。

平時はイベント情報や行政情報を発信しますが、災害発生時には防災情報をリアルタイムで発信しますので、ぜひご活用ください。



◆データ放送を見るには

- ①テレビのチャンネルをテレ玉 (地デジ3ch) にあわせる。
- ②リモコンの【dボタン】を押す。(データ放送画面が開きます)
- ③画面左下のメニューから「杉戸町からのお知らせ」を選び、リモコンの【決定ボタン】を押す。(テレビの地域設定をしていれば、「杉戸町からのお知らせ」と表示されます)

※データ放送の視聴は無料です。
※リモコンによりボタン位置は異なります。また、データ放送に対応していないテレビではご利用できません。



情報内容

＜防災情報＞
・緊急情報
・避難情報

＜町からのお知らせ＞
・イベント情報
・観光情報
・行政情報 など