

健康まつりを開催します！

■問合せ 健康増進課 ☎24-5770

▶日時 11月16日(日) 10:00~15:00 ▶会場 イオンモール佐野新都市1階

▶内容 薬剤師・看護師・栄養士・歯科衛生士による相談、健康チェック、簡易HbA1c検査(先着100人)

※簡易HbA1c検査は40歳以上の方が対象です。

糖尿病を予防しましょう

11月は「糖尿病予防・重症化防止強化月間」です。血液中の糖(ブドウ糖)を血糖といい、私たちの体には血糖を一定に保つ働きがあります。糖尿病はその仕組みが崩れて、血糖が常に多い状態になる病気です。

また、発症早期には自覚症状がないため、悪い状態になってから気付くことが多い病気です。

 **point** 糖尿病を予防するために次のことに気をつけましょう

- ① 普段の食事を見直しましょう
- ② 普段から意識的に体を動かしましょう
- ③ 禁煙をしましょう・飲酒を控えましょう
- ④ 年に1回は健診を受診しましょう

糖尿病重症化予防講演会

▶日時 11月29日(土) 14:00~16:30 ▶会場 田沼中央公民館大ホール

▶演題 「糖尿病の合併症を予防するために知っておきたいこと」

▶講師 薄井勲さん(獨協医科大学内分泌代謝内科教授、獨協医科大学病院糖尿病センターセンター長)

●講演終了後に**医師による無料健康相談**を実施

▶相談医 齋藤正弘さん(齋藤内科医院院長)、綿引三重子さん(綿引クリニック副院長)

■問合せ 佐野市医師会事務局 ☎22-0324

市民のためのお医者さんの話

▶日時 11月22日(土) 14:15~16:15 ※事前申込不要

▶会場 田沼中央公民館(大ホール) ▶定員 先着300人 ▶費用 無料

▶内容 講演①認知症 ならないために出来ること なってから出来ること

講演②生活の中に潜んでいる危険 ~転倒編~

▶講師 ①中村博大さん(佐野厚生総合病院精神神経科部長)

②須永淳子さん(佐野厚生総合病院認知症看護認定看護師)

■問合せ 佐野厚生総合病院(地域医療連携室) ☎22-5222

もしも急病になったら ※必ずマイナ保険証または資格確認書やお薬手帳、こども医療費受給資格者証などをお持ちください。

▶休日・夜間緊急診療所 ※診療時間等は右表
植上町1677 ☎24-3337

▶休日歯科診療所
大橋町2042(市保健センター併設) ☎24-7575
診療時間: 9:00~12:00(日曜・祝日のみ)

診療日	診療時間	診療科目
休日 (日・祝)	9:00~16:30 (12:00~13:30を除く)	内科・外科・ 小児科(小児科専門医による診療)
	19:30~22:30	内科・小児科(内科医による診療)
平日夜間 (月~土)	19:30~22:30	内科・小児科(内科医による診療)

健康相談ガイド【要予約】

▶健康サポートステーション 申込: 健康増進課 ☎24-5770 時間: 9:30~12:00
日程・会場: 11月11日(火)葛生あくと保健センター、26日(水)・12月4日(木)市保健センター

▶こころの健康相談 申込: 健康増進課 ☎24-5770 会場: 同課(3階)
日時: 11月25日(火)・12月5日(金) 13:30~16:20(心理士)、11月18日(火) 13:30~16:20(精神科医)

▶精神保健福祉相談 申込: 安定健康福祉センター(足利市) ☎0284-41-5895 会場: 同センター
日時: 平日 8:30~(保健師)

※【予】と記載のある相談は、予約が必要です。

相 談	と き	ところ	問合先
消費生活相談	月～金曜日 9:00～16:00 ※多重債務の相談なども受付中	消費生活センター (5階市民生活課内)	消費生活センター ☎20-3015
市民相談(外国人含む)	月～金曜日 8:30～17:00※通訳 が必要な方は事前にご連絡ください。	市民生活課(5階)	市民生活課 ☎20-3014 交通事故相談の予約は土 日祝日を除く3日前まで に県民プラザ ☎028-623-2188
【予】弁護士無料法律相談	11月11日(火) 13:30～16:00 ※予約受付は11月4日(火) 9:00～	万葉の里城山記念館	
	11月18日(火) 13:30～16:00 ※予約受付は11月4日(火) 9:00～	田沼中央公民館	
【予】交通事故相談・宅地建物相談	11月14日(金) 13:30～16:00 ※予約受付は土日祝日を除く3日前まで	市民生活課(5階)	
【予】行政書士による相続 等相談	11月21日(金) 13:30～16:00 ※予約受付は11月4日(火) 9:00～	市民生活課(5階)	
行政相談	11月14日(金) 13:30～16:00 11月19日(水) 13:30～16:00		
青少年の悩みごと相談	月～金曜日 8:30～17:00	少年指導センター (3階生涯学習課内)	少年指導センター ☎20-3061
児童福祉相談	月～金曜日 8:30～17:00	こども家庭センター(2階)	こども家庭センター ☎85-7317
女性相談・ 母子父子家庭、寡婦の相談	月～金曜日 8:30～16:00		
【予】女性の再就職相談会	11月21日(金) 10:00～12:00	こどもの国	人権・男女共同参画課 ☎61-1140
女性相談	11月27日(木) 9:30～16:00	男女共同参画推進センター ※田沼行政センター2階	
【予】女性のためのカウ ンセリング相談	11月6日(木)・20日(木) 10:00～11:50 ※6日(木)は13:10～14:00も実施		
困りごと・人権相談	11月20日(木) 13:30～16:00 ※受け付けは15:00まで	市役所502会議室(5階)	
	【特設】12月4日(木) 13:30～16:00 ※受け付けは15:00まで		
隣保館定例相談 (弁護士無料法律相談)	11月25日(火) 13:30～15:30 ※受け付けは13:00～14:00	隣保館	隣保館 ☎22-7513
★その他、隣保館では教育・福祉、健康、住宅・年金・納税、就労・人権な どの相談をお受けします。日程などは直接お問い合わせください。			
障がいのある方の相談 とちのみおたすけコール	平日午前8:30～17:30 ☎24-5759 上記時間以外の緊急の相談 ☎080-4073-5799 ※24時間対応		障がい者相談支援セン ターみどり ☎24-5759
精神に障がいのある方の 相談支援	月～金曜日 9:00～18:00	(福)ブローニュの森内 ※10月から変更になりました	相談支援事業所たくと ☎24-9135
【予】ひきこもり相談	11月7日(金)・18日(火) 10:00～16:00	障がい福祉課(2階)	障がい福祉課 ☎20-3025

人口と世帯数 (10月1日現在)

■人口：112,098人(-41)
男：55,778人(-23)
女：56,320人(-18)

■世帯：53,420戸(+29)

■人口の動き(9月分)

●出生：59人 ●死亡：121人
●転入：242人 ●転出：221人

広報さの 配信中



スマートフォンアプリ
「トチギーブックス」「マチイロ」

