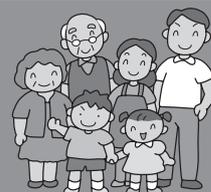


# 健康だより



## 健康診査のお知らせ～健康が1番！健診に行こう！～

生活習慣病予防のための特定健康診査、後期高齢者健康診査は1月まで、がん検診は2月までで終了となります。健康診査は予約制です。未受診の方は、お早めに予約・受診をお願いします。

日程、会場、費用、受診できる健診項目などの詳細は、昨年4月末に郵送のチラシ（がん検診受診券と同封）、または市ホームページをご覧ください。

### ○集団健診を希望の方

佐野市保健センター、田沼保健センターで受診できます。※各会場で、定員になり次第締切

▶申込 平日午前8時30分～午後5時に、健康増進課☎(24)5770・(24)5811へ

### ○医療機関方式を希望の方

がん検診受診券に同封の医療機関一覧表を参考に、直接お問い合わせください。

■問合せ 健康増進課☎(24)5770

## 冬の感染症に注意しましょう

冬の感染症はインフルエンザだけでなく、おう吐や下痢を引き起こすノロウイルス（感染性胃腸炎）、鼻汁や咳などの上気道症状を引き起こすRSウイルスがあります。

次の点に注意し、感染症にかからない・他の人にうつさないようにしましょう。



### ○感染症予防のポイント

- ・普段から、うがいや手洗いを励行する
- ・混み合った場所ではマスクの着用を心がける
- ・普段から、バランスのよい食事や十分な睡眠をとり免疫力を高める
- ・症状が出たら、早めに医療機関を受診する

■問合せ 健康増進課☎(24)5770

## 献血にご協力ください

安定した血液供給のため献血にご協力ください。全血献血のみで、成分献血は実施しません。事前申込は不要ですので、会場へ直接お越しください。

▶期日 2月21日(金)

▶時間 午前10時～午後4時  
(正午～午後1時を除く)

▶会場 東仮庁舎議場棟東側駐車場

※本人確認のため、運転免許証や健康保険証などの提示にご協力ください

■問合せ 健康増進課☎(24)5770



## かかりつけ医をもちましょう

内科・外科・歯科などの診療科目ごとにかかりつけ医があればより安心です。

### ○かかりつけ医をもつメリット

#### 病気の早期発見・治療

かかりつけ医は、患者さんの生活習慣、病歴などを把握しています。そのため、病気の早期発見、早期治療ができ、重症化を防ぐことができます。

救急医療機関の負担軽減のためにも、日頃からかかりつけ医で早めの受診をしましょう。

■問合せ 健康増進課☎(24)5770

## 在宅医療講演会開催

▶日時 2月4日(火)午後7時開演

▶会場 葛生あくとプラザ小ホール

▶講演 ・「葛生地区在宅医療チーム」  
長島徹さん（長島医院院長）  
・「在宅医療の現状と今後」  
前原操さん（栃木県医師会副会長）

▶参加費 無料（事前申込不要）

▶主催 葛生地区在宅医療チーム

■問合せ 長島医院☎(84)1108

# 2月の健康診査・教室・相談

・【予】と記載のある相談は、予約が必要です ・特に記載のない場合、申込は、健康増進課 ☎(24) 5770へ

教室・相談名	対象者・対象児など	期日	受付時間など	会場
【予】ママパパ（ファミリー）学級	初めて妊娠された方とその家族 （1コース目）妊娠中期以降の方 （2コース目）妊娠後期の方	10日（月）	午前9時～9時10分	佐野市保健センター
		22日（土）		
赤ちゃん ふれあいルーム	1歳児未満	17日（月）	午前10時～10時30分	佐野市保健センター
		19日（水）		田沼保健センター
育児相談	未就学児	12日（水）	午前9時～11時	佐野市保健センター
		24日（月）	午前9時30分～11時	田沼保健センター
【予】子育てこころの相談	未就学児	6日（木）	午後1時30分～	佐野市保健センター
【予】こころの健康相談	眠れない、食欲がない、気分が落ち込む、やる気が出ないなど、うつ病が心配な方とその家族	心理士 6日（木） 27日（木）	午後1時30分～	佐野市保健センター
【予】精神保健福祉相談	アルコールなどによる問題、思春期の問題行動、ひきこもり、不眠、精神疾患などを抱える本人や家族など	21日（金）	午後1時～	安足健康福祉センター ※予約番号 ☎0284(41)5895
【予】健康栄養相談	40歳以上（原則）	6日（木） 20日（木）	・午前9時15分～ ・午前10時30分～	佐野市保健センター
		13日（木）		田沼保健センターまたは葛生あくど保健センター

## ★事前に対象者の方に通知をしています

※対象月齢になっても通知が届かない、または都合の悪い場合は、健康増進課 ☎(24) 5770までご連絡ください

○股関節脱臼検診 12日・26日（水） 休日・夜間緊急診療所 受付時間：午後1時30分～2時

○乳幼児健康診査（住んでいる地区により会場が異なります） 受付時間：午後0時30分～1時20分

	佐野市保健センター	田沼保健センター
4か月児	12日（水）・27日（木）	5日（水）
9か月児	14日（金）・21日（金）	6日（木）
1歳6か月児	13日（木）・25日（火）	26日（水）
3歳児	4日（火）・19日（水）	18日（火）



## 休日・夜間緊急診療所 ☎(24) 3337

佐野医師会病院内（植上町）

休日の診療時間（年末年始含む） 平日の診療時間（夜間のみ）

- ・午前9時～午後4時30分
- ・午後7時30分～10時30分
- ※正午～午後1時30分は除く
- ・午後7時30分～10時30分

午後10時30分以降の場合

※必ず事前に電話でお問い合わせください

・佐野厚生総合病院 ☎(22) 5222

※小児科は火・木・土のみ

・佐野市民病院 ☎(62) 5111

※診療科目に限りがありますので、事前に電話でご確認ください

## ～もしも急病になったら～

### 休日歯科診療所 ☎(24) 7575

佐野歯科医師会館内（大橋町）

▶診療時間 日曜、祝日の午前9時～正午

### 救急情報テレホンサービス

（消防本部通信指令課）

☎0283(24)9981



保険証は必ずお持ちください

