

健康だより



問合せ先 ●健康増進課 (佐野市保健センター) ☎(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、重症化を防げます。

・専門医への連携

入院や精密検査、高度な治療が必要な場合には、適切な専門医などを紹介してくれます。

需要が多い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

12月の健康診査のお知らせ

国民の2人に1人が「がん」になり、3人に1人が「がん」で亡くなるなど、「がん」は私たちにとって最も身近な病気です。検診を受診し、早期に発見すれば、「がん」は治療することができます。

日程などの詳細は、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

12月開催の健診は、11月1日(金)から予約を受け付けます。

▶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

脱！メタボーイ教室開催のお知らせ

最近、お腹まわりが気になりだしたあなた！それは内臓脂肪型肥満かも？

放っておくと脂質異常・高血圧・糖尿病など引き起こします。内臓脂肪を減らすための食事と運動のコツを楽しく学びませんか。

▶日程など ・11月17日(日)午前9時30分～

楽しい運動(部位別体組成測定、運動プログラム作成と実践)

・11月24日(日)、12月1日(日)午前10時～

すぐできる！簡単料理(缶詰利用や食物繊維たっぷり料理実習)

▶対象 40代～60代の男性で、3日間参加できる方(先着20人)

▶参加費 900円(体組成測定：500円、料理実習2回分：400円)

■申込 11月1日(金)までに、電話で、健康増進課 ☎(24)5770へ



小児用肺炎球菌ワクチンの使用するワクチンの変更についてお知らせ

11月1日からワクチンが「沈降7価肺炎球菌結合型ワクチン」から「沈降13価肺炎球菌結合型ワクチン」に変わります。これにより、より多くの種類の肺炎球菌に対して予防効果が期待されます。

■問合せ 健康増進課 ☎(24)5770

新型インフルエンザ接触者外来のシュミレーション実施のお知らせ

▶日時 10月19日(土)午後2時～ ※雨天中止 ▶会場 佐野医師会病院周辺

■問合せ 健康増進課 ☎(24)5770



KOUHOU SANO
H25.10.15

11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	11日(月)	午前9時～9時10分	佐野市保健センター
		(2コース目) 妊娠後期の方	30日(土)		
赤ちゃんふれあいルーム	1歳児未満	18日(月)	午前10時～10時30分	佐野市保健センター	
		20日(水)		田沼保健センター	
育児相談	未就学児	13日(水)	午前9時～11時	佐野市保健センター	
		25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	15日(金)	午後1時30分～	佐野市保健センター	
		25日(月)	午前9時～	田沼保健センター	
【予】ことばのりハビリ教室	脳血管疾患などの後遺症などにより、ことばのコミュニケーションがとりにくい方とその家族	9日(土)	午後1時30分～3時30分	こなかの森	
【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 7日(木) 精神科医 13日(水)	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	15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(水)	・午前9時15分～ ・午前10時30分～	佐野市保健センター	
		21日(木)		田沼保健センターまたは 葛生あくど保健センター	
		13日(水)			

★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 6日・20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	13日(水)・26日(火)	6日(水)
9か月児	8日(金)・22日(金)・29日(金)	7日(木)
1歳6か月児	1日(金)・19日(火)	27日(水)
3歳児	12日(火)・28日(木)	14日(木)



～もしも急病になったら～

休日歯科診療所 佐野歯科医師会館内(大橋町)
☎(24)7575

診療時間 (日曜、祝日のみ) 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

休日・夜間緊急診療所 佐野医師会病院内(植上町) ☎(24)3337

診療科目 内科・小児科・外科(軽い症状) ※外科は休日の診療時間のみの

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

