

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

9月は健康増進普及月間です

健康寿命（健康に生活できる期間）を伸ばすために、次のことを始めてみませんか。

1. 運動 1日10分間の運動習慣
2. 食事 朝食をしっかりと食べよう
3. 禁煙 肺の生活習慣病の危険性を知ろう

けんしんで
みんな
こころも体もいきいき
う〜んと長生き



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。今回は全血献血のみ実施で、事前申込は不要です。

- ▶期日 10月4日(金)
 - ▶時間 午前10時～午後4時
(正午～午後1時を除きます)
 - ▶会場 葛生あくとプラザ駐車場
※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

長期にわたり療養を必要とする疾病により定期予防接種が受けられなかった方へ

予防接種法の改正（平成25年1月30日）を受け、接種対象年齢において、長期にわたり療養を必要とする疾病にかかったことなどにより、やむを得ず定期予防接種の機会を逃した方への特別措置が設けられました。

対象者は、予防接種が受けられるようになった日から2年間は、特別措置で予防接種を受けることができます。

詳しくは、市ホームページまたは健康増進課にお問い合わせください。

■問合せ 健康増進課☎(24)5770

11月の健康診査のお知らせ

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

11月開催の健診は、10月1日(火)から電話予約を受け付けます。

▶申込 平日午前9時～午後5時の間に健康増進課☎(24)5770・(24)5811

○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

高齢者を対象に、インフルエンザの予防接種の費用を一部助成します

▶対象 市内にお住まいで、予防接種を希望し、①または②を満たす方

①65歳以上の方

②60歳以上65歳未満で、心臓などに重い病気がある、障害者1級手帳をお持ちの方

▶接種料金 自己負担金1,000円

※上記対象者で、生活保護受給者は無料（医療機関へ受給証明書の提出が必要です）

▶接種期間 10月1日から平成26年2月28日まで（接種期間に1回限り助成）

▶接種医療機関 県内の指定医療機関（予約時に、医療機関へ確認してください）

※市外で接種する場合は、事前に健康増進課へその旨をご連絡ください。指定医療機関以外で接種する場合は、健康増進課へ事前申請が必要です（申請には7日程度かかります）

■問合せ 健康増進課☎(24)5770



10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	15日(火)	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	26日(土)		
赤ちゃんふれあいルーム	1歳児未満	21日(月)	午前10時～10時30分	佐野市保健センター	
		16日(水)		田沼保健センター	
育児相談	未就学児	9日(水)	午前9時～11時	佐野市保健センター	
		28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(火)	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 3日(木) 8日(火)	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	18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）	2日(水) 17日(木)	・午前9時15分～ ・午前10時30分～	佐野市保健センター	
		9日(水)		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

※対象月例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 9日・23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	1日(火)・16日(水)・30日(水)	3日(木)
9か月児	11日(金)・25日(金)	10日(木)
1歳6か月児	4日(金)・23日(水)	31日(木)
3歳児	2日(水)・18日(金)・29日(火)	22日(火)



休日・夜間緊急診療所 佐野医師会病院内(植上町) ☎(24) 3337

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) 診療科目 内科・小児科
 午後7時30分～10時30分
 診療科目 内科・小児科・外科(軽い症状)

午後10時30分以降の場合

- ・佐野厚生総合病院救急センター ☎(22) 5222
必ず事前に電話でお問い合わせください
- ※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、必ず事前に電話でお問い合わせください

～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)
 診療時間(日曜、祝日のみ) ☎(24) 7575
 午前9時～正午

救急情報テレホンサービス

☎0283(24)9981 キューキューハイ (消防本部通信指令課)

※保険証は必ずお持ちください