

保健センターニュース

平成20年10月～12月
保健医療課健康支援係
☎562-1771

さわやか健康体操オープン講習会

有酸素運動と少しだけ筋肉を意識する運動を行います。ぜひご参加ください。

日時 11月5日(水) 午前10時～11時30分

講師 加藤由美子先生

会場 体育館・サブアリーナ

持参するもの 室内用運動靴、動きやすい服、バスタオル、タオル、飲み物

費用 無料

ご希望の方は、保健センターへ電話でお申し込みください。

成人歯科健診

～お口は健康の第一歩～

いつまでも健康に過ごすには、良い歯でしっかり食べることが重要です。40歳以降はむし歯に加えて歯周病が増えます。ぜひこの機会に、成人歯科健診をお受けください。

対象者 40・45・50・55・60歳の節目年齢(年度内)

期間 9月～11月 料金 900円

生活保護世帯、市民税非課税世帯は無料となりますので、申込時にお申し出ください。

受診される方に、羽生市歯科医師会より400円の助成があります。

内容 むし歯の有無、歯石のチェック、歯周ポケットの深さのチェック等の健診・保健指導を行います。

申込方法 保健医療課健康支援係に電話でお申し込みください。申し込みをされた方に後日通知いたします。

住民検診のお知らせ

20歳から39歳の方へ 健診はお済みですか

市民の皆さんの健康管理として実施している基本健康診査の期間は、11月29日(土)までとなっています。

受診を希望する20歳から39歳の方は、事前に申し込みが必要となりますので、保健医療課健康支援係まで電話でお申し込みください。

申し込みの締め切りは、11月10日(月)までです。

がん検診を受けましょう

がん検診の追加募集を受け付けています。

胃がん 9月29日(月)

乳がん 9月25日(木)、29日(月)

肺がん 10月23日(木)(午後)、24日(金)(午前・午後)、11月21日(金)(午前)

子宮頸がん検診は医療機関でお受けください。

詳しくは、保健医療課健康支援係まで。

マタニティークラス

妊娠、出産、育児に必要な知識を学んだり、妊婦さん同士でお話をしてみませんか。

日程・内容

月 日	内 容
11月7日(金)	妊娠中の過ごし方・仲間づくり
11月14日(金)	出産講座(産婦人科医師)・妊娠中の栄養
11月21日(金)	デンタルケア(歯科医師)・妊婦体操
11月28日(金)	パパとママの楽しい育児講座

会場 保健センター

受付時間 午後1時15分～30分

時間 午後1時30分～3時30分

4回目は両親学級となります。ご希望の方は、保健センターへ電話でお申し込みください。

心の健康相談

人付き合いが苦手で困っている。憂うつな気分が続いている。夜眠れない。学校や会社に行けず、家に閉じこもりがちだ。育児に関する不安で悩んでいるなど、精神科医師・臨床心理士が相談に応じます。

月 日	相 談 員
10月24日(金)	精神科医師
11月28日(金)	
12月22日(月)	

時間 午後2時～

月 日	相 談 員
10月14日(火)	臨床心理士
11月18日(火)	
12月16日(火)	

時間 午後1時15分から

相談時間は1人40分

会場 保健センター

いずれも、事前予約が必要です。

献 血

あなたの勇気が、命を救います。

○日時 12月17日(水)

・午前10時～正午

・午後1時～3時30分

会場 スーパーケンゾー本店(南5丁目)

すくすく育児学級

子どもの遊び相手や育児の相談相手をお探しの方、子育てについて一緒に考えましょう。

月 日	対 象
10月8日(水)	平成20年4月生まれの赤ちゃんとお母さん
11月12日(水)	平成20年5月生まれの赤ちゃんとお母さん
12月10日(水)	平成20年6月生まれの赤ちゃんとお母さん

時間 午前10時～11時30分

受付 午前9時30分～

会場 保健センター

ご希望の方は、保健センターへ電話でお申し込みください。

わくわくママサロン

妊婦・産婦(産後5ヵ月まで)さん同士のおしゃべりの場です。出産や育児について自由に話し合い楽しい時間を過ごしましょう。

毎回助産師さんが加わりますので、授乳等のアドバイスが受けられます。

月 日	会場及び時間
10月2日(木)	保健センター 午後1時30分～3時30分
11月6日(木)	
12月4日(木)	

ご希望の方は当日保健センターへお越しください。

骨粗鬆症予防検診

期 日 10月2日(木)、27日(月)、11月20日(木)

時 間 ・午前の部...午前9時～11時30分

・午後の部...午後1時30分～3時30分

検診方法 腕のエックス線撮影

対 象

・18歳～60歳までの女性(S22.7.1～H2.12.31生)

・65歳の女性(S17.7.1～S18.12.31生)

・70歳の女性(S12.7.1～S13.12.31生)

定 員 午前・午後の部とも40名

会 場 保健センター

費 用 300円(70歳は無料)

申込方法 9月22日(月)から保健医療課へ電話でお申し込みください。定員になり次第締め切ります。妊娠の可能性のある方および妊娠中の方はご遠慮ください。

有料広告

木村歯科医院 ☎561-0808
(完全予約制)
インプラントセンター

歯に関するお悩み!
当院にお任せください。
専門相談員が親身になって
お応えいたします。(要予約)

キンカ堂跡地内に17台! 駐車場が増えました。
羽生市中央2丁目(キンカ堂跡地そば) <http://www.masamasa.net>

おーい元気!!
未来に向かって
大きな夢を育てたい
*満三才から入園できます
羽生市東2-4-41
増子幼稚園
TEL 048-561-0806

学校法人

カラオケによる
音楽療法 好評開講中!
小林式音楽療法士の資格取得可
受講生随時募集中!
NPO法人日本福祉健康指導者協議会認定校
中伝療術学院
羽生市中岩瀬803-1 ☎560-3502
学院長・医学博士 小林英男