



保健センターからのお知らせ

申問 ☎995-3381

●ノロウイルスに注意!

ウイルスによる感染性胃腸炎は、1年を通して発生しますが、特に冬に流行します。

ノロウイルスは1~2日の潜伏期間の後、おう吐、発熱などの症状が現れ、人から人へ感染します。ほとんどの場合、2~3日程度で治りますが、下痢やおう吐による脱水症状などを引き起こすことがあります。特に抵抗力の弱い乳幼児や高齢者は重症化しやすいので注意が必要です。

《予防のポイント》

- ・流水、石けんによる手洗いをしましょう。
- ・食品の調理は十分な加熱をしましょう。
- ・調理器具は十分に洗浄消毒をしましょう。

《おう吐物や便の処理法》

ウイルス感染した人のおう吐物や便には大量のウイルスが含まれます。必ずマスクとゴム手袋を着用し、静かにふき取り、ふき取った雑巾などはビニール袋に入れ密閉して捨てましょう。

また、汚染された場所や物は、家庭用塩素系漂白剤を約200倍に薄めた液体か熱湯で消毒してください。

●高齢者インフルエンザ予防接種は令和3年1月31日で終了

すでに送付している受診通知書(水色の通知)をお持ちになり、委託医療機関で接種をしてください。

●特定健診受診後の健康相談会

特定健診を受診された方を対象に、保健師、栄養士が個別相談を実施しています。健診の結果、「血糖が高い」「内臓脂肪が多い」など、要指導と判定された方や、生活習慣改善を考えている方など、ぜひご利用ください。

日 月1回 午前10時~10時30分

場 保健センター

※日程など詳しくは、市ホームページをご覧ください。

各種検(健)診のお知らせ

新型コロナウイルス感染予防のため、マスクの着用をお願いします。各種検(健)診は時間を細分化して受け付けています。

事業名	日時	対象	内容	定員・費用
①骨粗しょう症検診	令和3年1月18日(月) 午前10時~10時30分 結果説明会 令和3年2月19日(金) 午前10時~11時30分 (初回の受診者のみ)	市内在住の20歳以上の女性	問診、骨密度測定	定10分ごとに20人、最後の10分は10人(申込順) 費200円
②ヘルシーチェック健康診査	令和3年1月18日(月) 午前9時~9時45分 結果説明会 令和3年2月16日(火) 午前9時~9時45分	市内在住の20~39歳の方	問診、身体測定、血圧測定、尿検査、血液検査(貧血検査含む)、診察、骨密度測定(女性のみ)	定20分ごとに30人(申込順) 費500円

—①②共通—

場 保健センター

費 八潮市国民健康保険被保険者(補助金申請書兼同意書提出)、生活保護受給世帯(受給証提示)、市民税非課税世帯(世帯全員の非課税証明書提示)、70歳以上の方(保険証の提示)、65歳以上70歳未満の後期高齢者医療被保険者(保険証の提示)の方は無料

申 電話、電子申請または専用の申し込みはがき(保健センター発行の健康だより参照)で保健センターへ

※受診できる回数は年度内1回

すこやかカレンダー

1月

場 保健センター

申 ②③は電話④~⑦は電話または電子申請で保健センターへ

事業名	日時	対象
①乳幼児相談(事前予約不要)	令和3年1月7日(木) 午前9時30分~10時30分	満2カ月~未就学児
②ママのこころの相談(臨床心理士による相談)	令和3年1月7日(木) 午前9時30分~11時(1人45分)	乳幼児の保護者、妊婦で子育て上の悩み、不安などの相談がある方
③すこやか相談	令和3年1月21日(木) 午後1時30分~4時	お子さんの発育・発達やことばの遅れ、夜尿症、落ち着きがないなどの心配がある方
④パパ・ママ学級	令和3年1月17日(日) 午後1時~4時	妊娠5~7カ月の初妊婦および夫
⑤離乳食(初期)教室	令和3年1月27日(水) 午前10時30分~正午	5~6カ月児
⑥離乳食(後期)教室	令和3年1月28日(木) 午前10時30分~正午	10~11カ月児
⑦プレママサロン	令和3年1月28日(木) 午後1時30分~3時30分	妊婦

特定保健指導を利用しましょう

特定保健指導の通知が届いた方は、ご自身の生活習慣を見直す機会ですので、ぜひご利用ください。

特定保健指導ご利用の流れ

①特定健診を受診する

八潮市国民健康保険の方で、特定健診の結果が特定保健指導の基準に該当

②特定保健指導の通知が届く

市の委託会社へ申し込み

保健センターへ申し込み(一定の条件に該当している方には、保健センターへの申し込み通知が届きます)

③生活習慣の改善にチャレンジ

自宅・公共施設などで、専門の指導員が実施します。

保健センターで市の保健師などの職員が実施します。



12月25日は、固定資産税第3期、国民健康保険税、介護保険料の各第7期、後期高齢者医療保険料第6期の納期限です。**安全・確実**
・**便利な口座振替**で納付をお願いします。