

1月の 保健事業

問い合わせ／保健福祉総合センター(☎581・8500)へ。

●健康相談 **よりいスマイルポイント
対象事業**

月日(曜日)	時 間	対象地区	場 所	内 容	持参する物
1月23日(月)	13:30～15:00	町内全地区	保健福祉 総合センター	血圧測定、検尿、個別相談、 体脂肪測定	健康手帳 (すでにお持ちの方)

●乳幼児健康診査

種 別	月日(曜日)	受付時間	対 象	場 所	持参する物
4～5カ月児健康診査	1月26日(木)	13:30～14:30	平成28年 8、9月生	保健福祉 総合センター	母子健康手帳、役場からの通知、お子さんの歯ブラシ、3歳児は尿の入ったビニール袋
3歳児健康診査	1月19日(木)	13:30～14:00	平成25年7月生		

●10カ月児健康相談

月日(曜日)	受付時間	対 象	場 所	持参する物
1月10日(火)	13:30～14:30	平成28年2、3月生	保健福祉 総合センター	母子健康手帳、役場からの通知

●こころの健康相談

月日(曜日)	時 間	場 所	対 象
1月30日(月)	13:30～14:30	保健福祉 総合センター	こころの健康について悩みをお持ちの方、 その家族および関係者 ※事前にお申し込みください。

●ふるさと健康体操(生活習慣病予防軽運動教室) **よりいスマイルポイント
対象事業**

月日(曜日)	時 間	対象	場 所	備 考
1月6日、13日、 20日、27日 (金曜日)	16:00 ～17:00	町内在住の方	保健福祉 総合センター	運動不足解消、介護予防を目的とした軽 体操です。運動しやすい服装でお越し ください。
1月5日、19日 (第1・3木曜日)	10:00 ～11:00		総合体育館・ アタゴ記念館 剣道場	

**よりいスマイルポイント
対象事業** ポイントカードを持参してください。

新規開設！ 在宅医療相談窓口

深谷寄居医師会では、地域の方々が住み慣れた地域で安心して在宅医療が受けられるよう、ご本人やご家族等からの在宅医療・療養に関する相談窓口を設置し、相談を受け付けています。ケアマネジャーの資格を持つ経験豊富な看護師が対応しますので、お気軽にご相談ください。

■相談受付／月～金曜日の午前9時～午後5時(祝日、年末年始を除く)

■場所／深谷寄居在宅医療連携室(深谷市国済寺319-3深谷寄居医師会館2階)

■問い合わせ／深谷寄居在宅医療連携室(☎501・5951)へ。

健康 ひろば Health is better than wealth

みんな健康！元気・いきいき寄居町！

ワンポイント
アドバイス
健診結果を活用しよう！

皆さん、9月から始まった特定健康診査は受けましたか？既に結果をお持ちの方もいらっしゃると思いますが「なんとなく悪い所がないかをチェックするだけ」、「医療機関を受診するように勧められたが、自覚症状もないから大丈夫だろう」など、健診を受けっぱなしにしていまいませんか。健康診査はあなたの健康管理のスタート地点です！

健康福祉課 保健指導班

① 検査数値の経年変化に注意しよう！

過去の検査数値と比べ、異常値に近づくななどの変化はありませんか。

② 動脈硬化リスクの重複をチェック！

肥満・高血圧・脂質異常・高血糖など、いくつかの要因が重なることで、動脈硬化のリスクは高くなります。検査項目1つずつだけ

健診は病気の早期発見はもちろんですが、自身の健康状態を継続的に把握し、生活習慣改善に生かすことが大切です。

健診結果を活用するポイント

でなく、複合的に検査項目の結果をみましょう。

③ 検査数値の原因を自分なりに振り返ってみよう

検査結果が良かった方も良かった方も「なぜそうなったのか」自身の生活習慣を振り返ってみましょう。生活習慣改善のきっかけが見つかるかもしれません。

④ 早期発見・早期治療のチャンスです！

要精密検査、要医療と診断された方は、そのまま放置せずなるべく早く医療機関を受診しましょう。また、正常範囲、経過観察とされた方も、年々数値が異常値に近

づくなど、変化がある場合は過信せず、主治医に相談しましょう。

町では、特定健康診査だけでなく、各種がん検診(子宮頸がん・乳がん・前立腺がん・胃がん・大腸がん・肺がん)をすべて無料で実施しています。がん検診は町国保・社保など保険の種類を問わず、20歳以上の町民の方であればご利用いただけます(※前立腺がん検診のみ、40歳以上)。「うつかり忘れていた」という方は、この機会にぜひご利用ください。なお、12月からの健診会場は、深谷寄居医師会メディカルセンターでの実施となります。詳細は、本誌8月号をご覧ください。

全編寄居町ロケ

映画 花の兄



先行上映会を開催します！

全編寄居町でロケが行われた映画「花の兄」の先行上映会を開催します。「花の兄」とは、春先に他の花に先がけて咲く梅の異名です。撮影に当たり、町内の方もエキストラやロケ地提供等さまざまな形で携わっています。この機会にぜひご覧ください。

日時／平成29年1月22日(日) ①午後1時～2時35分 ②4時～5時35分 ③7時～8時35分 ※それぞれ30分前に開場
場所／中央公民館
費用／前売券1000円、当日券1200円
その他／深谷シネマ(11月～平成29年1月)と彩の国さいたま芸術劇場(平成29年2月24日(金))でも先行上映会を開催します。詳しくは「花の兄」公式ホームページでご確認ください。

チケット販売／寄居町観光協会(大字寄居1133-24、☎581・3012)、深谷シネマ(深谷市深谷町9-12)、八木橋プレイガイド(熊谷市仲町74、八木橋8階、大橋理容室(大字寄居87-6)、大黒屋商店(大字桜沢482)、ブティックシャルル(大字寄居1238-4)、静高園(大字立原356-1)

問い合わせ／チョコレートボックス・小島さん(☎090・3339・6051)へ。



監督、出演者の皆さんに

風布・小林みかんをPR!

11月8日(火)に深谷シネマで招待上映会が開催され、島春迦監督や熊谷真実さんたちによる舞台あいさつが行われました。上映会には花輪町長も出席し、風布・小林みかんを皆さんにPRしました。

写真左から、桐原三枝さん、秋月三佳さん、熊谷真実さん、花輪町長、リーマン・F・近藤さん、島春迦監督