

# ホームドクター

627

## 令和5年度「市民と医師のシンポジウム」を終えて

毎年行われている「市民と医師のシンポジウム」が今年度も12月10日に越谷サンシティで開催されました。このイベントは毎年越谷市と越谷市医師会が共催で行っており、構成は第1部で健康に関する内容を越谷市の現状として報告し、その後医師からテーマに沿った講演を行っております。第2部では参加していただいた市民からの質問に対して丁寧に答えるという構成となっています。今年度のテーマは、高齢化社会を背景に増加し脳梗塞や心不全を引き起こす可能性のある不整脈の1つである心房細動を中心とした「超高齢社会を健康に

越谷市医師会  
大越医院  
☎976-5102  
おおこし きょうじ  
大越 恭二

生きるために～不整脈について～とし、行政の立場から「あなたは一生健康でいる自信がありますか？～越谷市の健診について」と題し越谷市保健医療部から講演があり、続いて獨協医科大学埼玉医療センター循環器内科・田口功教授から「心房細動の治療は心不全・脳梗塞の予防です」という演題でご講演を賜りました。また、今回は不整脈がテーマということもあり講演前に希望した市民の方に対して無料の心電図検査を行い、それに対して医師会の心臓検診委員の医師が一人一人に解説をするという初めての試みも行いました。

その結果は、心電図検査を受けた方は92名で、そのうち所見があった方が19名、今回の一番の目的であった心房細動の方は7名でした。心電図はそれぞれ持ち帰っていただき、所見によっては循環器科の受診の案内も行いました。幸い心房細動の方は、皆さんすでに通院加療中ということでありました。

参加していただいた市民の方々に関心も高く、第2部の質疑応答ではたくさんの質問を頂いたのですが、時間の限りもあり、すべての質問にお答えすることができなかったことは残念でした。

このイベントは医療や介護または健康に関して、市民の方々に知っていただきたい内容を題材に、分かりやすく解説や講演をします。これからも毎年開催されていく予定ですので、興味のある方はぜひご参加ください。

## 予防接種

新型コロナウイルスワクチン 令和5年秋開始  
接種は3月31日(日)まで



公費での接種は今回で終了する予定です。早めの接種をご検討ください。

▶対象：初回接種を完了し、前回接種日から3カ月以上経過する生後6カ月以上の方

▶接種券の発送：順次発送。越谷市に転入してから接種を受けていない方、接種券を紛失した方は3月7日(木)までにコールセンターへ

▶申込み：予約サイト、コールセンター

\*第一三共のワクチン接種を開始しました(追加接種のみ。数に限りがあります)。希望する方は早めにご予約ください



☎新型コロナウイルスワクチン接種コールセンター ☎0120-701-333(9:00～17:00)

## 健(検)診・相談

自死遺族相談

▶日時：3月7日(木)、10:30・13:00・14:30

▶会場：こころの健康支援室(第三庁舎1階)

▶内容：自死遺族分かち合いの会当事者等による個別相談

▶対象：市内在住・在勤で、ご家族等を自死で亡くした方各回1組

▶持ち物：筆記用具

▶申込み：3月5日(火)までに電話

☎こころの健康支援室 ☎963-9214



☎口腔がん検診がまもなく終了します

▶期間：2月15日(木)まで

▶会場：実施歯科医療機関

▶内容：問診・視診・触診

▶対象：年度年齢40歳以上の方(昭和58年3月31日以前に生まれた方)

▶申込み：事前に実施歯科医療機関へ。実施歯

科医療機関は、こしがや保健ガイドまたはホームページをご覧ください

🍷栄養士にきく！ 食生活なんでも相談

▶日時：3月14日(木)、9:00～12:00。ほかの日時も事前予約制で随時相談を受け付けます

▶内容：栄養士による個別相談

▶対象：市内在住の方3人

▶申込み：電子申請、電話



🦷歯科健診・相談～歯つらつ！ お口の健康～

▶日時：2月14日(木)・3月6日(木)、13:30～15:00

▶対象：市内在住の方20人

▶申込み：電子申請、電話

\*治療は行いません



🦠肝炎ウイルス検診

▶期間：2月29日(木)まで

▶会場：実施医療機関

▶内容：血液検査。年度内1人1回まで

▶対象：これまでに肝炎ウイルス検診を受診し

ていない方で、感染の機会、心配があり検診を希望する方。令和5年度特定健診等において肝機能検査の数値に異常が見られた方。肝炎・肝硬変で治療中の方、職場等で同様の検診を受けている方は対象外

▶申込み：直接医療機関へ。実施医療機関は、こしがや保健ガイドをご覧ください

薬剤師に直接相談



薬の相談日

2/13(火)・2/27(火)・3/5(火)  
13:00～15:00

開催日の1週間前までに電話で下記へ

☎越谷市薬剤師会事務局(保健センター3階)  
☎960-4100

## 健康情報コラム

### 乾燥の季節 スキンケアと医薬品

2024年が始まり、一層冷え込んできました。冬の時期になると、空気の乾燥もあり、皮膚の乾燥から生じる症状で悩む方も増えてきます。

皮膚の表面にある「表皮」は、外部刺激や体内の水分喪失、細菌の侵入を防ぐバリア機能を有します。冬場は外気の乾燥や暖房器具による湿度の低下、気温低下に伴う発汗量の減少などにより乾燥状態が増長されやすく、それに伴いこの「表皮」にさまざまなトラブルが生じます。皮膚のかさつきやそれに伴うかゆみ、湿疹などのスキントラブルが増え、ひどいかゆみで眠れず不眠症になってしまう方も少なくありません。

皮膚乾燥から生じる皮膚症状は、生活の質低下や睡眠障害、生産性・集中力の低下、外見の悪化、感染症などのきっかけとなり日常生活に支障を来し、社会的損失につながりうるとも言われています。さらに近年の研究では「かゆみは痛みより大きな苦痛をもたらす」という報告が出ています。乾燥肌程度、と甘く見てはいけません。若いうちから、気になる前からの予防的ケアが最も効果的です。保湿剤と一言で言っても、軟こう・クリーム・ローションといった基材の違いや、成分そのものの違い、添加物の違い、香りの違い等、とてもたくさんの種類があり、使用感も異なります。

病院で処方してもらった医薬品には効果的なものがたくさんありますが、OTC(Over The Counter)と言われる市販薬にも、処方医薬品と同成分のものもありますし、それ以外にもとてもたくさん種類があり、容量やデザインといった選ぶ楽しさもあります。ぜひ、お近くの薬局やドラッグストアで薬剤師に相談して一緒に選んでみてください。

長々と文章を書いてしまいましたが、最後まで読んでいただきありがとうございます。この文を読んでいただいたのも何かの縁かもしれません。

これを機に、人体最大の臓器と言われている「皮膚」のケアを考えてみませんか？

越谷市薬剤師会  
プラザ薬局 濱里 大吉



振り込め詐欺などに注意！！

不審な電話を受けたら一人で考えず、家族や警察・市役所に相談しましょう

掲載した市役所各課の電話番号は直通番号です  
市外局番は(048)です