

◎栄養士にきく！食生活なんでも相談

■日時：3/9(火)、9:00～11:00(このほかにも事前予約制で随時相談を受付中)

■内容：栄養士による生活習慣病予防等の個別相談

■対象：3人

■申込み：受付中

◎リハビリなんでも相談

■日時・場所：①3/16日(火)、9:00～11:30…保健センター ②3/11(木)、9:30～11:00…ゆりのき荘 ③3/12(金)、9:30～11:00…ひのき荘

■内容：リハビリ(機能訓練の方法・腰痛予防・筋力向上など)について、理学療法士や作業療法士による個別相談

■対象：各回8人

■申込み：①受付中 ②③当日会場へ

●1歳6か月児・3歳児健康診査く3月の健康診査対象のお子さん

■対象：▷1歳6か月児健康診査…令和元年6月25日～7月31日生まれのお子さん ▷3歳児健康診査…平成29年10月2日～10月31日生まれのお子さん

\*対象者はしがや保健ガイドに掲載された誕生日と異なります。対象日以外で受診を希望される場合は、市民健康課へ。実施日など詳しくは市ホームページをご覧ください

越谷市薬剤師会 薬の相談日(要予約)

3/9・23(火) 13:00～15:00

越谷市薬剤師会事務局(東越谷10-31保健センター3階) ☎960-4100

\*相談日の1週間前までに電話でご予約ください

愛の献血

越谷レイクタウン献血ルーム(イオンレイクタウンmori1階)で献血ができます。全血献血は10:00～17:30、成分献血は10:00～16:30です。

献血を希望する方は、事前に「献血予約専用フリーダイヤル ☎0120-255-489(月曜～金曜日の9:00～17:00)」または「越谷レイクタウン献血ルーム ☎987-3737(10:00～17:30)」へ ☎生活衛生課 ☎973-7533

令和3年度(2021年度) 乳がん(集団)検診を実施します

■日時・会場：右表のとおり

■内容：医師による視・触診、マンモグラフィ(X線)検査。いずれか一方のみの受診はできません

■対象：35歳以上の女性(昭和62年3月31日以前に生まれた方)で、奇数月生まれの方または令和2年度未受診の方。ただし、妊娠中などの理由で受けられない方がいます。詳しくは、広報しがやお知らせ版2月号または市ホームページをご覧ください。

\*検診を受ける際に介助が必要な方は、申込み前に市民健康課へご相談ください

■費用：1500円。費用が無料になる方がいます。詳しくは市ホームページをご覧ください

■申込み：①電子申請または②往復はがき(どちらか一方での申込みとなります)

①市ホームページから電子申請にて申込み。3月1日(月)～22日(月)まで受付、定員になりしだい締め切ります。申込みは1人1回まで。電子申請は右記の二次元コードからご利用いただけます

往信の表面(343-0023) 返信の裏面(63円) \*この面には、何も記入しないでください

返信の表面(63円) 往信の裏面(343-0000) ①郵便番号 ②住所 ③氏名 ④生年月日 ⑤電話番号 (日中連絡がつく番号) ⑥集団検診希望日

②往復はがきに必要事項を記入し、3月22日(月)(必着)までに市民健康課へ。応募は1人1枚のみ。電話や窓口での申し込みはできません

\*電子申請での申込みは、対象の方であれば、第一希望で確定となります。往復はがきでの申込みは、応募多数の場合は抽選を行います。抽選結果は返信はがきで4月中旬ごろにお知らせします

\*6月～8月には医療機関で乳がん施設検診を実施します

乳がん(集団)検診日程表

<受付時間> 平日：視触診 12:45～14:00 X線 9:00～11:15 X線 12:45～13:30 日曜日：視触診、X線 8:15～11:15

Table with 2 columns: 実施日, 会場. Rows include dates from 10日(月) to 30日(日) and locations like 保健センター, 蒲生地区センター, etc.

\*検診を受ける時期は、月経開始1週間後くらいが最適です。月経前2週間は避けてください \*平日は視触診検査、マンモグラフィ(X線)検査が午前と午後に分かれる場合があります \*ご都合が悪くなった場合の変更はできません

\*油性ボールペンでご記入ください \*第1～第3希望(検診日)は上表参照 \*第4希望について…以下の会場から1カ所お選びください。日程の指定はできません 南越谷地区センター/荻島地区センター/蒲生地区センター/桜井地区センター/保健センター(曜日希望なし・平日・日曜日のいずれかをご記入ください)/全会場 \*第4希望に「会場名」を記入いただくと、第1～3希望までのご希望に添えず、かつ空きの日がある場合に再抽選の対象となります(抽選結果によりご案内できない場合がありますのでご了承ください)

ホームドクター

592

レビー小体型認知症

高齢化社会に直面している現代社会において、認知症患者さんが増加しています。認知症の原因は色々ありますが、1番多いのが「アルツハイマー型認知症」で、2番目に多いのが今回ご紹介する「レビー小体型認知症」です。この「レビー小体型認知症」は、脳内にレビー小体と言うタンパク質が蓄積して発症します。65歳以上の高齢者に多く性差ははっきりしていません。

この認知症の1番の特徴は、幻視症状がしばしば認められる事です。この幻視は夕方や夜に出現しやすく、虫や人が見える場合があります。例えば、天井に虫が見える、子供が



越谷市医師会 しがや脳神経外科 ☎988-7892 たまの よしのり 玉野 吉範

部屋に来て物を持って行ってしまふ、子猫や子犬が部屋にいる等を訴える事があります。この幻視は本人も実際にはいないと自覚している場合もあります。また他に現れる症状として、「レム睡眠行動異常症」があります。これは、睡眠中(特に夢を見ている時)に大声で寝言を言ったり、自分では分からずに突然起き上がって部屋を歩き回ったりします。ひどい場合には壁を殴ったり、ベットのパートナーに暴力を振るうこともあります。この「レム睡眠行動異常症」は、認知症を発症する数年前から起こる場合もあり注意が必要です。

さらに他の特徴として、「パーキンソン病」

を呈する場合があります。動作が今までと比べて遅くなったり、体や手足が固くなってしまい転倒し易くなったり、顔の表情が非常に乏しくなったりします。パーキンソン病で有名な手の震えはあまり目立たない場合が多いです。

「レビー小体型認知症」は日によって症状の良い時と悪い時の差が著しい事があり、原因不明の意識障害や意識消失発作を起こす場合もありますので注意が必要です。その他、過眠、便秘、うつ病、妄想等の症状も出現します。特徴的な妄想としては、家族が他人に入れ替わっているとの妄想や、家に誰か知らない人が住んでいるとの妄想(幻の同居人)があります。治療は主に抗認知症薬が処方されます。また抑肝散と言う漢方薬も効果がある場合があります。

これらの症状がある場合には、お近くの医療機関にご相談ください。