

ホームドクター

608

特定健診を受けましょう

皆さんは特定健診(メタボ健診)をご存じでしょうか? これは越谷市と医師会が取り組んでいる、主に生活習慣病を早期発見するための健康診査です。対象は市の国民健康保険に加入している40歳以上75歳未満の方と、越谷市で資格を有する後期高齢者医療制度加入者の方、40歳以上で医療保険未加入の方です。詳しくはこしがや保健ガイドなどの市の案内をご覧ください。健診を受ける方法は2通りあります。市の指定医療機関で受ける個別健診と、集団健診会場で実施する集団健診です。受診期間は受診案内をご覧ください。費



越谷市医師会
関医院
☎975-2707
ろくはら あきのり
六波羅 明紀

用は年1回無料で受診することができます。

健診の内容ですが、身長、体重、血圧、腹囲の測定、尿検査、血液検査(貧血・肝機能・腎機能・血糖・脂質・尿酸)、および診察となっております。また医師の判断で心電図をとることもできます。これらの検査を受けることで生活習慣病の発見ができます。例えば高血圧、糖尿病、高脂血症などです。これらは動脈硬化を引き起こし脳卒中、狭心症、心筋梗塞などの重い病気につながる状態で、自覚症状がないうちに進行することが知られています。また肝機能異常が健診で見つかるこ

とも多く、脂肪肝や肝炎などと診断されることがあります。貧血、腎機能検査があるため、今まで診断されなかった病気(がんなど)が見つかることもありますので、メタボリックシンドローム以外の病気の発見にも役に立ちます。広く病気を拾い上げるには良い方法と思われま

受診方法は、5月下旬に対象者に受診券と受診案内が送付されていると思いますので、必要事項を記入し受診券と保険証をお持ちになり受診してください。

健診は受けたけど、結果の見方がよくわからない、メタボリックシンドロームについて知りたい、または生活習慣病の予防について知りたいという方は、かかりつけ医などの医療機関に相談するのが良いでしょう。

1年に一度の健康診断は自分の健康管理や病気の早期発見にも役に立つので、ぜひ受けてみてはいかがでしょうか。



相談

栄養士にきく! 食生活なんでも相談

- 日時: 8月18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)
- 定員: 3人
- 申込み: 電話で申し込み



講座・教室

コバトン 継続が大事! 糖尿病予防のバランス食教室~講話編~

- 日時: 8月1日(月)、10:00~11:30
- 定員: 10人
- 持ち物: 筆記用具、電卓
- 申込み: 7月12日(火)から電話で申し込み

コバトン ポイントを集めてグッズをもらおう! ハッポちゃん体操公開練習

- 日時: 7月20日(水)、10:00~11:00
- 会場: 蒲生地区センター
- 定員: 20人
- 持ち物: 飲み物
- 申込み: 7月19日(火)までに電話または右記の二次元コードから電子申請で申し込み



コバトン ラク楽! 男の料理教室「魚料理」~煮魚に挑戦~

- 日時: 8月30日(火)、10:00~13:00
- 定員: 12人
- 材料費: 500円
- 持ち物: エプロン、三角巾、筆記用具、上履き
- 申込み: 7月12日(火)から電話で申し込み



薬の相談日

ふだん、服用している薬について分からないことや飲み合わせ等、疑問に思っていることを薬剤師に直接相談することができます。

7/19(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(東越谷10-31保健センター3階) ☎960-4100

お口と栄養と運動の元気塾~フレイルを予防しよう~(全4回)

- 日時: 8月4日(木)・18日(木)・25日(木)・9月22日(木)(フォローアップ講座)、9:30~11:30
- 会場: 蒲生地区センター学習室A(9月22日(木)のみ蒲生交流館多目的室)
- 内容: 歯科医師・歯科衛生士による講話・口腔体操、管理栄養士等による講話・運動など
- 対象: 運動制限のない65歳以上の方15人
- 受講料: 無料
- 持ち物: 筆記用具、運動のできる服装、運動靴、飲み物、タオル
- 申込み: 7月8日(金)から直接または電話で下記へ
- ☎地域包括ケア課(第二庁舎1階) ☎963-9163

愛の献血



- 時間: ▷全血献血...10:00~17:30 ▷成分献血...10:00~16:30
- 会場: イオンレイクタウンmori1階
- 持ち物: 氏名・生年月日・顔写真が確認できる本人確認書類(初回)、献血カード(2回目以降)
- 申込み: 電話で献血予約専用フリーダイヤル ☎0120-255-489へ(9:00~17:00。月曜~金曜日)。献血Web会員の方は、右記の二次元コードから申し込みできます
- ☎越谷レイクタウン献血ルーム ☎987-3737(10:00~17:30)



健康情報コラム

薬剤師会の活動



越谷市薬剤師会会長
なかむら ゆきひろ
中村 幸弘



越谷市薬剤師会は「市民の健康を第一に」の理念のもと、安全に薬を使用できるように活動しています。

薬剤師会は新型コロナワクチンの集団接種事業において医師会と連携を取り、地域における医療基盤の一員として、薬局薬剤師がワクチンの希釈・充填業務を行い、5月末現在延べ1,475人の薬剤師が業務に参加しました。

では、薬剤師会の通年活動について紹介いたします。

○薬教育の普及と啓発活動

「市民と薬剤師で共に考えよう」などの講演会や薬剤師の介護予防出張講座等で啓発活動を行っています。また、学校薬剤師としても薬物乱用防止の啓発やアンチ・ドーピング等の薬教育の普及をしています。昨年は会として、日本薬剤師会学術大会においての研究発表をしました。

○医薬分業における市民からの信頼の構築

夜間急患診療所において調剤業務を行い、かかりつけ薬剤師・かかりつけ薬局の推進に取り組んでいます。これは指名された薬剤師が一貫性をもって健康指導を行います。健康サポート薬局の推進によって処方箋薬、市販薬、健康食品、サプリメント等の相談を行い、医療と介護の連携・充実を図っています。また、新型コロナウイルス感染症を含めた新興感染症等の対応や災害時等の医薬品の確保・供給への対応に努めています。

○次世代を担う薬剤師の育成

現役薬剤師のブラッシュアップのための勉強会や薬学生実務実習受け入れ態勢、指導体制の充実・強化に取り組んでいます。

我々は市民の健康をサポートすることに日々注力していますので、ご質問等は薬剤師・薬剤師会にお気軽にご相談ください。