

ホームドクター

640

注意欠如多動症(ADHD)について



越谷市医師会 (医社)俊睿会
南埼玉病院(☎965-1151)・
いずみクリニック(☎960-5555)
ながね あきこ
長根 亜紀子

ADHDは個人差が大きく、症状が軽い場合
もあれば、日常生活に大きな支障を来す場合
もあります。治療や支援としては、薬物療法
や心理療法、生活環境の調整などがあり、本
人や家族が適切なサポートを受けることで、
生活の質を向上させることができます。また、
学校や職場での配慮や理解も重要です。例え
ば、刺激を減らして集中しやすい環境を整え
て、スケジュールを明確にし、タイマーや
チェックリストを作ることもよいでしょう。
複数のことを同時に行うのが苦手なため、一
つのタスクが終わったら次の指示を出す、な
どの工夫も有効です。

ADHDのある人は、独自の創造性やエネル
ギーを持つことが多く、適切な支援を受ける
ことでその特性を生かすことができます。も
しADHDについて疑問や不安がある場合は、
専門家に相談することをおすすめします。

皆さんは、発達障害をご存じですか？
発達障害は、生まれつき脳の働きの特性があ
る状態で、「自閉スペクトラム症(ASD)」、「注
意欠如多動症(ADHD)」、「学習障害(LD)」の大
きく3つの種類があります。

本日はその中の、ADHDについてお話しし
ます。

ADHDは、子どもから大人まで見られる発
達障害の一つで、注意を集中することが難し
い「不注意」、じっとしてられない「多動性」、
そして衝動的に行動してしまう「衝動性」とい
う特徴を持ちます。これらの症状は、日常生
活や仕事、学校での活動に影響を与えること
があります。ADHDの不注意の特徴としては、

例えば、話を聞いている途中で気が散ってし
まったり、物をよく無くしたり、宿題や仕事
を最後までやり遂げるのが苦手だったりしま
す。一方、多動性や衝動性が強い場合、じっ
と座っていられず体を動かし続けたり、順番
を待つのが苦手なでつい割り込んだりしてしま
うことが挙げられます。

ADHDの原因は完全には解明されていませ
んが、脳の働きや遺伝的な要因が関係してい
ると考えられています。また、育て方や本人
の努力不足が原因ではないことが分かってい
ます。そのため、ADHDは「怠けている」わけ
ではなく、脳の特性によるものと理解する
ことが重要です。

＼集団検診はマンモグラフィ検査だけになりました／ 令和7年度乳がんマンモグラフィ検診(集団)の申し込みを開始します

日程・受付時間・会場 下表のとおり

日程	受付時間	会場
5月10日(土) ※	9:00～11:30	保健センター
5月13日(火) ※		荻島地区センター
5月15日(木) ※		蒲生地区センター
5月16日(金) ※		保健センター
5月18日(日) ※	13:00～15:15	桜井地区センター
5月19日(月)		南越谷地区センター
5月20日(火)		保健センター
5月22日(木)		保健センター
5月24日(土) ※		保健センター
5月26日(月)		保健センター

*表中(※)…同日に骨粗しょう症検診の受診可

内容 マンモグラフィ(X線)検査。視触診検査はありません。視触診検査を希望す
る方は、施設検診をご受診ください

対象 35歳以上の女性(平成3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6年度に未受診の方。妊娠中などの理由で検診が受けられない方
がいます。申し込み前に必ず市ホームページで注意事項をご確認ください

費用 1,500円。無料になる方がいます

申込み 3月12日(水)～5月9日(金)。電子申請。申し込みは1人1回まで、定員になりし
だい締め切り(キャンセルが出た場合は、電子申請で申し込み可能。電子申
請の画面を定期的にご確認ください)

*6月以降の予定は随時市ホームページに掲載予定

*5月10日(土)～8月31日(日)に、医療機関で乳がん施設検診を実施します。詳しくは
市ホームページ、4月発行のこしがや保健ガイドを参照

問健康づくり推進課☎960-1100、HP84688

＼セットでお得に！／ 骨粗しょう症・乳がん集団セット検診 を開始します

日程・会場	日程	会場
	5月10日(土)	保健センター
	5月13日(火)	荻島地区センター
	5月15日(木)・16日(金)	蒲生地区センター
	5月18日(日)・24日(土)	保健センター

内 容 かかとの骨の骨密度測定(超音波)、
マンモグラフィ(X線)検査

対 象 年度年齢35歳以上で奇数月生まれまたは令和
6年度乳がん検診未受診の女性

費 用 セットで2,000円

申 込 み 電子申請。セット検診専用のページがあります

*6月以降の予定は随時市ホームページに
掲載予定

問健康づくり推進課☎960-1100、HP98853



令和7年度骨粗しょう症検診を実施します

日程・会場



日程	会場
5月13日(火)	荻島地区センター
5月15日(木)・16日(金)	蒲生地区センター
6月13日(金)・14日(土)	保健センター
6月18日(水)・19日(木)	北部市民会館
6月30日(月)	桜井地区センター
7月16日(水)・17日(木)	サンシティ
7月18日(金)・19日(土)	保健センター
7月28日(月)	市役所
8月4日(月)・5日(火)	中央市民会館

受付時間 会場により異なります。詳しくは市ホームページを参照

内 容 かかとの骨の超音波による骨密度測定

対 象 20歳以上の女性(平成18年3月31日以前に生まれた方)

費 用 1,000円。無料になる方がいます

持 ち 物 タオル、保険証

申 込 み ▷電子申請…3月19日(水)から ▷電話…4月10日(木)から

問健康づくり推進課☎960-1100、HP64661