

健診・相談



◎リハビリなんでも相談

■1月17日(火)・2月7日(火)、午前9時～11時(予約制) 〇リハビリ(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 〇受付中

◎栄養士にきてみよう！
食生活相談(個別)
〇栄養士による生活習慣病予防等の個別相談 〇事前予約制で、随時相談を受け付けています

◎歯科健診相談

〇歯の健康、歯のつらさ、お口の健康、〇1月25日(火)、午後1時30分～3時 〇陽中央市民会館 〇歯科

そうだったのか！ 特定健診結果説明会

健診結果の見方や皆さんの疑問について、現役医師がわかりやすくお答えします。

〇日時 1月24日(火)、午後1時～3時
〇場所 中央市民会館
〇内容 越谷津田医院医師の津田達広さんによる講話、質疑

◎対象

100人

〇持ち物 健康診査の結果、筆記用具

〇申込み 受付中。電話または市ホームページから電子申請

〇市民健康課 ☎978-3511

新玉の年のご挨拶



越谷市医師会
会長 登坂 薫

明けましておめでとうございます。市民の皆様におかれましては益々ご健勝のこととお慶び申し上げます。医師会員一同、今年一年も皆さまが健やかで元氣よく過ごすごうができます様努力してまいります。

さて、わたしたちは日常診療だけでなく越谷市に委託されて、さまざまな事業を行っています。

1. 市民の健康を守るための大きな事業として、予防接種

健診・相談、ブラッシング指導。治療は行いません 〇20人
●乳幼児の身長・体重が自由に計測できます

〇1月31日(火)、午前9時～11時、午後1時～3時 〇陽保健センター2階プレイルーム

予防接種



●高齢者インフルエンザ予防接種の実施期間は1月15日(日)までです

〇希望の方は、お早めに市内の指定医療機関で接種してください。詳しくは、保健力レンダーまたは市ホームページをご覧ください。
*市外・県外で接種希望の方は、必ず事前に保健センターへご連絡ください

市立病院認定看護師による公開講座

「歳を重ねて自分らしく生きるために～健康増進と疾病予防～」

〇日時 1月24日(火) 午後1時～3時(0時45分から受付)
〇場所 市立病院西棟3階会議室
〇内容 認定看護師、退院調整看護師による、超高齢社会を健やかに自分らしく過ごすための講話
「介護、そのときどうする？」
「あなたの筋力どれくらい？」
「健康を保つために今できること～」
「いま知っておきたい“がんとは？”
「がんの治療とは？」
〇対象 100人
〇費用 無料
〇申込み 当日会場へ



〇市立病院看護部 ☎965-2221 (代表)

ご協力ください 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mori 1階) ☎0120-137-137

受け持っています。その他、介護保険認定審査会、障害者認定審査会等にも多数の医師を参加させています。またパニック、大規模災害時の医療体制の構築に向けて市と協議し、大筋が出来上がっています。

2. 地域包括ケアシステム

越谷市も超高齢社会に突入していき、できるだけ長く在宅で療養したいという人が半数を超えています。そこで、高齢者が住み慣れた地域で生活を継続できるように地域包括ケアシステムが構築されました。これには多職種の連携が必須で、医師会が在宅医療・介護連携、認知症対策の推進に携わっています。

携が円滑にいくように、医師会に医療と介護の連携窓口を設置しました。訪問看護を受けたい、往診医を紹介してほしい場合などには、医師会に来ていただければ相談できることになりました。

また、1月～2月にかけて「はたちの献血キャンペーン」を実施しています。キャンペーン期間中、県内の献血ルームまたは献血バスで献血にご協力いただいた新成人の方に、埼玉県限定キャンペーン記念品(ポータブル傘ケース)を差し上げます。

〇市民健康課 ☎973-7530

〇市民健康課 ☎973-7530

口腔がん検診は 歯周病検診は

2月15日(水) までです

〇希望の方は、お早めに市内実施医療機関で受診してください。詳しくは、保健力レンダーまたは市ホームページをご覧ください。

保健所がらのお知らせ

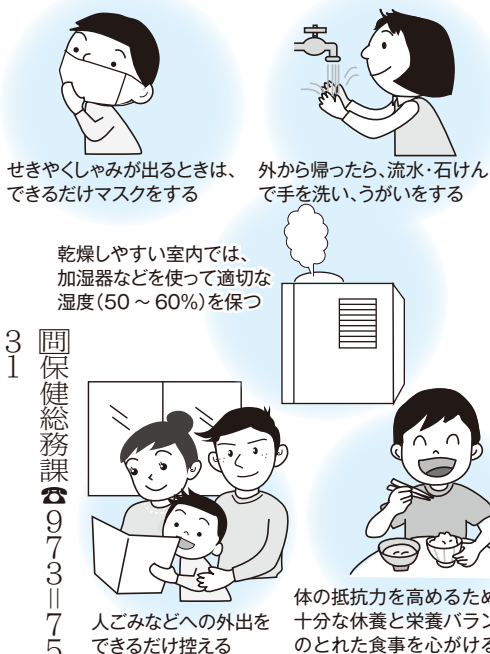
インフルエンザに 注意しましょう

今季は例年よりも早くインフルエンザが流行しています。インフルエンザは、38度以上の発熱、頭痛、関節痛、筋肉痛など、全身の症状が突然現れることが特徴です。普通の風邪と同じように、のどの痛みやせきなどの症状も併せて見られます。

インフルエンザにかかって

次の点に注意して、インフルエンザを予防しましょう。

インフルエンザを予防する方法



せきやくしゃみが出るときは、できるだけマスクをする
外から帰ったら、流水・石けんで手を洗い、うがいをする
乾燥しやすい室内では、加湿器などを使って適切な湿度(50～60%)を保つ
人ごみなどへの外出をできるだけ控える
体の抵抗力を高めるため、十分な休息と栄養バランスのとれた食事を心がける

ノロウイルスによる食中毒や 感染症に注意しましょう

〇市民健康課 ☎973-7530

感染性胃腸炎が全国的に流行し、市内医療機関でもノロウイルスが検出されています。ノロウイルスは手指や食品などを介して感染し、下痢、おう吐、吐き気、発熱、腹痛などを起こします。子どもや高齢者は、ノロウイルスに感染した場合に重症化しやすいので、特に注意が必要です。