

越谷市歯科医師会学術部主催 市民向け学術講演会

口の中にも「がん」ができます…
歯科医院での診察で「口腔がん」の予防と早期発見を

「口の中にも「がん」ができます。その初期症状やセルフチェックの方法についてお話しします。また、歯科医院が歯だけでなく口の中全体を守備範囲として、がんを含めて粘膜の病気をチェックすることの重要性を説明します。

2時～4時(1時30分開場) 陽中央市民会館5階第4、6会議室 因講師は東京歯科大学口腔病態外科学講座主任教授の片倉朗さん
*来場者に歯ブラシなどの口腔衛生セットをプレゼント
因100人 費無料
因当日会場へ 因越谷市歯科医師会 ☎978-0001

「蒸し料理の基本を学ぼう」
因2月27日(月)、午前10時～午後1時 因講話と調理実習 因24人 因500円 因エプロン、三角巾 因2月6日(月)から
◎予防が大事! 「糖尿病講座」
因3月16日(木)、午前10時～11時

「ヘルシークッキング」血糖値が高めの方の料理教室
因2月21日(火)、午前10時～午後1時 因講話と調理実習 因24人 因500円 因エプロン、三角巾 因2月7日(火)から
◎痛み予防教室「膝痛編」
膝痛の原因を知り、運動で予防しよう
因3月3日(金)・17日(金)、午前10時～11時30分 因理学療法士による膝痛についての講話と家で簡単にできる体操やストレッチを学びます 因市内在住で、医師による運動制限のない方20人 因運動のできる服装、バスタオル、水分補給用の飲み物、筆記用具 因2月14日(火)から
◎40代から50代を迎える貴女に「Ki・Re・iのスヌメ」
更年期とうまく付き合おう、女性のための健康を学ぶ講座の一部を公開します。

「セルフメデイケーション税制」という新制度って?
近年、「セルフメデイケーション」という言葉を耳にする機会が増えたと思いが、ご存じでしょうか?
「セルフメデイケーション」とは、世界保健機関(WHO)で「自分自身の健康に責任を持ち、軽度な身体の不調は自分で手当てすること」と定義しています。つまり、食事、睡眠など日頃から規則正しい生活をする、適度な運動をする、必要ならば健康食品やサプリメントをとる、軽微の不調はOTC医薬品を用いて自分で治療するなど、

自己自身の健康を管理することです。ここで言うOTC医薬品とは、医師が処方する医療用医薬品に対し、薬局、薬店などで販売されている薬のことです。市販薬とも呼ばれています。
このOTC医薬品(市販薬)に関して、「セルフメデイケーション税制」という新たな制度が開始されました。
今年1月1日から開始された制度で、特定の成分を含むOTC医薬品の1年間の購入金額が1万2000円を超えた場合に、確定申告することにより、所得控除を受けることができるというものです。例えば年間3万円の対象OTC医薬品を家族で購入した場合、1万8000円が控除の対象となり、所得税率20%、住民税率10%とすると5400円が還付(減額)されます。
対象となる特定の成分を含むOTC医薬品とは、主として医療用医薬品から転用された成分を含んだ医薬品のことです。抗アレルギー薬、胃薬、水虫薬、湿布薬などに含まれます。目印として、下記のような識別マークが記されています。
セルフメデイケーション税の適用を受ける場合は、現行の医療費控除制度と同時に適用を受けることができませんが、今まで医療費控除制度

では10万円に届かなかったご家庭も、1万2000円を超えた分について控除対象となります。医療費控除制度とセルフメデイケーション税制のどちらを選択するかは、その世帯の支払った医療費等での判断となります。確定申告の際には、対象医薬品の記載されたレシートや領収書が必要となります。また対象となる方は、生計を一つにする親族で健康診断や予防接種、がん検診などいずれかの取り組みをしている方となります。複数の条件が必要ですが、国の財政を圧迫する社会保障費を削減するためにも、身近な相談所として薬局を活用し、積極的にOTC医薬品を利用していただきたいと思います。



講座・教室

◆健康講演会と体力測定会
因2月23日(木)、午前9時30分～正午 陽中央市民会館3階ホール
因高齢期における運動習慣の重要性についての講話と簡単な体力測定 因市内在住の60歳以上の方30人 費無料 因2月17日(金)まで電話で左記へ 越谷市シルバー人材センター ☎967-4311



越谷市薬剤師会

●薬の相談日
2/6(月)・17(金)・3/3(金)
午後1時～3時
▷保健センター2階
*電話での相談はできません

健康情報コラム

「セルフメデイケーション税制」という新制度って?
越谷市薬剤師会
オリーブ薬局
山崎 康之

健康情報コラム

「セルフメデイケーション税制」という新制度って?
越谷市薬剤師会
オリーブ薬局
山崎 康之

健康情報コラム

「セルフメデイケーション税制」という新制度って?
越谷市薬剤師会
オリーブ薬局
山崎 康之

健康情報コラム

「セルフメデイケーション税制」という新制度って?
越谷市薬剤師会
オリーブ薬局
山崎 康之

保健センター

☎343-0022
東大沢1-12-1
☎978-3511

もしものときは!

急患診療所などの救急医療は、急患(急性の病気の)診療が対象です。また、医療費が通常と異なる場合があります。日曜日や祝日に診療を行っている医療機関は、市ホームページや、公共施設で配布している「越谷市の休日診療・救急医療のご案内」をご覧ください。

休日当番医

診療時間は医療機関や診療内容によって異なります。事前に各医療機関に電話連絡のうえ、受診してください。
2月11日(土)
▷多田小児科クリニック ☎963-0352
東越谷6-110-1/小
▷おおさとファミリークリニック ☎971-3043
大里193-1大里メディカルプラザ2F/内
▷ふるさわ歯科医院 ☎985-7777
南越谷4-16-7南越谷秋元ビル1F/歯・矯正・小児・小児科

夜間急患診療所

東越谷10-81 ☎960-1000
【休日】なし(年中無休)
【診療科目】内科・小児科(内科的疾患)
【受付】午後7時30分～午後10時30分
【診療】午後8時～午後11時
*薬の処方、原則1日分となります。翌日は、かかりつけ医を受診してください

探す 相談する

<急病に関する相談>
●大人の救急電話相談
#7000または☎048-824-4199
休日や夜間の大人の急病に関する相談。月曜～土曜日は午後6時30分～午後10時30分、日曜日・祝日・年末年始は午前9時～午後10時30分
●小児救急電話相談
#8000または☎048-833-7911
休日や夜間の子ども急病に関する相談。月曜～土曜日は午後7時～翌朝7時、日曜日・祝日・年末年始は午前7時～翌朝7時
<救急病院・救急医療の案内>
●埼玉県救急医療情報センター
☎048-824-4199
医療機関(歯科・口腔外科・精神科を除く)を24時間ご案内しています
<緊急な精神医療相談>
●埼玉県精神科救急情報センター
☎048-723-8699
休日や夜間の緊急な精神医療相談。月曜～金曜日は午後5時～翌朝8時30分、土曜・日曜日・祝日・年末年始は午前8時30分～翌朝8時30分

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morii階☎0120-137-379)で献血ができます。
▷全血献血…午前10時～午後5時30分
▷成分献血…午前10時～午後4時30分
そのほかの献血できる場所は、日本赤十字社のホームページで検索できます。
また、埼玉県では2月1日～4月30日まで、高校卒業または見込みの方を対象に「卒業献血キャンペーン」を実施しています。学校で配られたチラシを持って県内の献血ルームで献血にご協力いただくと、埼玉県限定のプレゼント(ケース付イヤホン(予定。無くなり次第終了))を差し上げます。冬場は特に血液が不足します。献血へのご協力をお願いします。
因保健総務課☎973-7530

健康情報コラム

「セルフメデイケーション税制」という新制度って?
越谷市薬剤師会
オリーブ薬局
山崎 康之