健康ガイド

保健センター
〒343-0022
東大沢1-12-1
☎978-3511

対象者は市内在住の方。特に記載がない場合の会場・問合せは市民健康課（保健センター）、費用は無料。◎は事前に市民健康課への申し込みが必要です（電話可。申し込み順）。電話番号のおかけ間違いにご注意ください。

コバトンは、埼玉県コバトン健康マイレージポイントの対象事業です。

健（検）診・相談

●平成29年度がん検診無料クーポン券を送付しました

子宮頸（けい）がん検診および乳がん検診の無料クーポン券を6月下旬に送付しました（4月20日現在、市内に住民票を有する方）。必ず開封してご確認ください。

越谷市がん対策推進条例制定記念講演
「胃がん予防講演会」

コバトン

〈日時〉8月3日㈭、午後1時30分～3時30分
〈場所〉中央市民会館5階 第4～6会議室
〈内容〉医師による講話「胃がんを予防するために」（講師は花田内科クリニックの今村隆明さん）
〈対象〉100人
〈申込み〉7月6日㈭から電話で下記へ

問市民健康課☎978-3511

熱中症に気をつけよう！

熱中症は室内でも多く発生しています。気温が高い日だけでなく、湿度が高い・風が弱い日、時期は注意しましょう。

●熱中症予防のポイント
○こまめな水分補給
○涼しい服装や帽子で暑さ避け
○無理せず上手にエアコンを使いましょう

問市民健康課☎978=3511

対平成28年4月2日～29年4月1日に次の年齢になった女性。▽**子宮頸がん検診**…20歳になった方　▽**乳がん検診**…40歳になった方
＊対象になる方で、無料クーポン券が届く前に今年度の市が実施する子宮頸がん検診、乳がん検診を受診された方は、必ず検診の領収書を保管しておいてください

◎歯科健診・相談
～はじめませんか　歯とお口の健康ライフ～
時7月12日㈬、午後1時30分～3時　場中央市民会館　内歯科健診・相談・ブラッシング指導。治療は行いません　対20人　申受付中。電話または市ホームページから電子申請で申し込み

◎食生活相談（個別）
時7月14日㈮、午前9時～11時　内栄養士による生活習慣病予防等の個別相談　対3人　申受付中。このほかにも事前予約制で、随時相談あり

◎リハビリなんでも相談
時7月18日㈫・8月1日㈫、午前9時～11時（予約制）　内リハビリ（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　申受付中

●乳がん検診（施設）
時7月31日㈪まで　内視触診、マンモグラフィ（X線）検査（必ず両方お受けください）
対35歳以上の女性（昭和58年3月31日以前に生まれた方）で、奇数月生まれの方、または平成28年度未受診の方で偶数月生まれの方。ただし、次の①～⑥のいずれかに該当する方は受診できません。①妊娠中・授乳中の方　②豊胸術を受けた方（抜去術後も含む）　③心臓ペースメーカーを使用の方　④前胸部にCVポートを留置している方　⑤V-Pシャント術、L-Pシャント術を受けた方　⑥乳房の病気があり医療機関で経過観察をしている方　費1500円
　持費用、保険証など本人確認ができるもの　申事前に実施医療機関へ予約（実施医療機関は保健カレンダーをご覧ください）
＊視触診検査は実施医療機関で行います。マンモグラフィ検査は地区センター等を検診車が巡回しますので、視触診検査受診時に医療機関で予約をしてください
＊月経開始後1週間くらいが最適な受診期間です。月経開始前2週間は避けてください

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（もり）1階☎0120=137=379）で献血ができます。全血献血は午前9時45分～午後5時30分、成分献血は午前9時45分～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7月～9月に「初回献血！　お友達&ご家族紹介キャンペーン」を実施します。献血経験者と献血未経験の方（お友達やご家族など）が、県内の献血ルームで一緒に献血していただくと、すてきなプレゼントがもらえます。この夏、お友達やご家族と一緒に献血ルームに行ってみませんか？
　問保健総務課☎973=7530

臓器提供の意思表示にご協力ください

臓器移植を行うのに必要な提供の意思表示は、健康保険証や運転免許証、マイナンバーカード、意思表示カード、インターネットでできます。提供する、しない、どちらの意思も尊重されます。一人一人が、臓器提供について考え、家族と話し合い、自分の臓器提供に関する意思を表示しておきましょう。
　問地域医療課☎973=5625

健康情報コラム

薬剤師の仕事

越谷市薬剤師会会長　藤田　照子

日ごろ、薬剤師会の活動にご協力ありがとうございます。
　今回は、薬局薬剤師の仕事と、活動をご紹介いたします。
▽**かかりつけ薬剤師制度**…昨年4月より、新しい制度が始まりました。患者さんが薬剤師を指名して、同じ薬剤師が、処方せん薬、体調、市販薬、食品、健康維持に関して、いつでも相談できる制度です　▽**飲み合わせ**…複数の医療機関にかかっている方の薬や、市販薬、健康食品。サプリメントなどの飲み合わせのチェックをします　▽**残薬**…飲み残し、飲み忘れ、重複して残っている薬を調べて、処方調整を提案します　▽**一包化**…たくさんの薬を飲み方に合わせて、一袋にまとめて、服用しやすくします　▽**お薬手帳**…お薬手帳は大切な記録が書かれています。医療機関に行く時、薬局に処方せん薬をもらいに行く時、市販薬を買いに行く時は、お持ちください　▽**訪問薬剤管理**…薬局まで薬を取りに行けない。家で薬の管理ができない。このようなお悩みの時は、薬剤師が薬を持ってご自宅に相談、説明に行きます　▽**学校薬剤師**…学校薬剤師は、市内の学校の環境検査、給食検査、薬物乱用防止教室、未成年者の喫煙防の指導、啓もう活動を進めております　▽**スポーツファーマシスト**…東京オリンピックに開催に向けて、アンチドーピングの活動と、周知、情報提供を行っています　▽**医療と介護の連携**…介護保険、家族の介護のお悩みなどお困りの時は相談ください
＊詳しくは、薬局薬剤師までお気軽にご相談ください
＊薬局薬剤師は、皆さんの健康をサポートすることに力を入れています

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。

7月17日（祝）
▷越谷西口皮膚科医院
☎964-3549　赤山本町8-5／皮
▷越谷北クリニック　☎979-2000
千間台西2-4-6／内
▶たざき歯科医院　☎975-7733
東大沢1-11-16／歯・小歯・歯外

夜間急患診療所

東越谷10-81　☎960-1000
【休診日】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
＊薬の処方は、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
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の急病に関する相談。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・精神科を除く）を24時間ご案内しています

＜緊急的な精神医療相談＞

●埼玉県精神科救急情報センター
☎048-723-8699
休日や夜間の緊急的な精神医療相談。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

越谷市薬剤師会 薬の相談日（要予約）

7/11㈫・25㈫

午後1時～3時、越谷市薬剤師会事務局（中町6-6）☎960=4100

＊平成29年4月から開催場所を変更し、予約制となりました。ご注意ください
＊相談日の1週間前までに電話でご予約ください
＊電話での相談はできません