

### 予防接種



#### 平成30年度高齢者肺炎球菌予防接種

平成30年度高齢者肺炎球菌予防接種対象者  
 \*対象者には、4月上旬に受診券を送付しています

年齢	対象生年月日
65歳	昭和28年4月2日~29年4月1日
70歳	昭和23年4月2日~24年4月1日
75歳	昭和18年4月2日~19年4月1日
80歳	昭和13年4月2日~14年4月1日
85歳	昭和8年4月2日~9年4月1日
90歳	昭和3年4月2日~4年4月1日
95歳	大正12年4月2日~13年4月1日
100歳	大正7年4月2日~8年4月1日

実施医療機関へ事前に予約  
 \*予診票は実施医療機関のもの  
 をご使用ください

#### お知らせ

●**不育症検査費を助成します**  
 不育症検査を受ける際の妻の検査開始時の年齢が43歳未満の方を対象に不育症検査費を助成します。詳しくは市ホームページをご覧ください。

●**早期に特定不妊治療を受けた方の助成額を上乗せします**  
 初めて特定不妊治療を受ける際の妻の治療開始時の年齢が35



越谷市医師会  
 越谷レイクタウン内科  
 ☎967-5012  
 ふじもと 藤本 まどか

### 糖尿病とともに生きる

もし糖尿病と言われたら。どきどきしながら採血結果を見たことはありませんか？  
 今、日本には1千万人の糖尿病患者がいると言われています。糖尿病は、血糖値が高くなることで、全身の血管を傷つ

け、臓器を傷めてしまう病気です。進行してしまうと、失明、腎不全による透析導入、神経障害性疼痛による苦痛、えそによる足切断、脳梗塞による麻痺、心筋梗塞による心不全等で、人生が大きく変わってし

まったり、寿命に影響したりする大変な病気です。がんや認知症などのさまざまな病気のリスクも高めてしまいます。  
 しかし、逆に考えれば血糖値が高いだけでは検査を受けるまで気付かないくらい痛くもかゆくもなく、元気なわけです。ですから、糖尿病と診断されたら、これから全身の臓器が高血糖によって受けるダメージを最小限にするために、すぐに治療を始めましょう。

糖尿病治療の3本柱は食事・運動・薬物療法です。食事は適切なカロリーをバランスよく、3食に分けて食べることが基本です。運動は一日8千歩が目安ですが、これは一日一回の外出と、10分の歩行があれば、あとは日常生活でおおむね達成できるといわれています。

糖尿病治療薬は、約100年前にインスリン(血糖を下げるホルモン)注射が開発されてから目覚ましい進歩を遂げています。特に最近インスリンの出にくい日本人の糖尿病に適したDPP4阻害薬や、肥満対策につながるSGLT2阻害薬など、低血糖を起こしにくい薬が相次いで発売され、新薬

の研究も続々行われています。糖尿病と診断されても、生活習慣に気を付け、上手に薬を使えば、健康な人と変わらなず元気で長生きすることは可能です。

健診を受けていない方は、今年はずり受けてみてください。注意マークがついたら、まずはかかりつけの医師に相談してみましょう。正しく怖がり、正しく向き合って、糖尿病とともに生きる「幸せな人生」を全うできるよう、私たち医療者は良いパートナーになりたいと願っています。

### 平成30年度保健カレンダーを発行しました

予防接種や健(検)診を行っている実施医療機関などの情報を掲載しています。

平成30年度に受診した人間ドックの検診料を1人につき1年度に1回、1万円を限度に助成します。詳しくは市ホームページをご覧ください。

平成30年度に受診した人間ドックの検診料の一部を助成します

●**埼玉県コバトン健康マイレージの新規参加者募集中**  
 すでに参加中の方は、そのまま継続して参加できます。  
 因スマートフォンか専用の歩数計で「埼玉県コバトン健康マイ

課(第二庁舎1階)▽国民健康保険に加入の方：☎963-119154、▽後期高齢者医療制度に加入の方：☎963-119170

●**リハビリなんでも相談**  
 平成30年度に受診した人間ドックの検診料を1人につき1年度に1回、1万円を限度に助成します。詳しくは市ホームページをご覧ください。

●**食生活なんでも相談**  
 平成30年度に受診した人間ドックの検診料を1人につき1年度に1回、1万円を限度に助成します。詳しくは市ホームページをご覧ください。

●**歯科健康フェアで表彰**  
 6528歯のコンクール  
 市内在住で次の①~⑥の条件をすべて満たす65歳~70歳(4月1日現在)の方。①28歳以上自分の歯がある ②処置歯が4本以内 ③未処置歯がない ④過去に表彰されていない ⑤審査日(4月25日)に受診できる ⑥歯科健康フェアでの表彰式に出席できる 4月24日(火)まで。該当者多数の場合は選考。結果は個別に通知します

●**人間ドック検診料の一部を助成します**  
 平成30年度に受診した人間ドックの検診料を1人につき1年度に1回、1万円を限度に助成します。詳しくは市ホームページをご覧ください。

●**歯科健康フェアで表彰**  
 6528歯のコンクール  
 市内在住で次の①~⑥の条件をすべて満たす65歳~70歳(4月1日現在)の方。①28歳以上自分の歯がある ②処置歯が4本以内 ③未処置歯がない ④過去に表彰されていない ⑤審査日(4月25日)に受診できる ⑥歯科健康フェアでの表彰式に出席できる 4月24日(火)まで。該当者多数の場合は選考。結果は個別に通知します

●**歯科健康フェアで表彰**  
 6528歯のコンクール  
 市内在住で次の①~⑥の条件をすべて満たす65歳~70歳(4月1日現在)の方。①28歳以上自分の歯がある ②処置歯が4本以内 ③未処置歯がない ④過去に表彰されていない ⑤審査日(4月25日)に受診できる ⑥歯科健康フェアでの表彰式に出席できる 4月24日(火)まで。該当者多数の場合は選考。結果は個別に通知します

●**歯科健康フェアで表彰**  
 6528歯のコンクール  
 市内在住で次の①~⑥の条件をすべて満たす65歳~70歳(4月1日現在)の方。①28歳以上自分の歯がある ②処置歯が4本以内 ③未処置歯がない ④過去に表彰されていない ⑤審査日(4月25日)に受診できる ⑥歯科健康フェアでの表彰式に出席できる 4月24日(火)まで。該当者多数の場合は選考。結果は個別に通知します

●**歯科健康フェアで表彰**  
 6528歯のコンクール  
 市内在住で次の①~⑥の条件をすべて満たす65歳~70歳(4月1日現在)の方。①28歳以上自分の歯がある ②処置歯が4本以内 ③未処置歯がない ④過去に表彰されていない ⑤審査日(4月25日)に受診できる ⑥歯科健康フェアでの表彰式に出席できる 4月24日(火)まで。該当者多数の場合は選考。結果は個別に通知します

●**歯科健康フェアで表彰**  
 6528歯のコンクール  
 市内在住で次の①~⑥の条件をすべて満たす65歳~70歳(4月1日現在)の方。①28歳以上自分の歯がある ②処置歯が4本以内 ③未処置歯がない ④過去に表彰されていない ⑤審査日(4月25日)に受診できる ⑥歯科健康フェアでの表彰式に出席できる 4月24日(火)まで。該当者多数の場合は選考。結果は個別に通知します

●**歯科健康フェアで表彰**  
 6528歯のコンクール  
 市内在住で次の①~⑥の条件をすべて満たす65歳~70歳(4月1日現在)の方。①28歳以上自分の歯がある ②処置歯が4本以内 ③未処置歯がない ④過去に表彰されていない ⑤審査日(4月25日)に受診できる ⑥歯科健康フェアでの表彰式に出席できる 4月24日(火)まで。該当者多数の場合は選考。結果は個別に通知します

●**歯科健康フェアで表彰**  
 6528歯のコンクール  
 市内在住で次の①~⑥の条件をすべて満たす65歳~70歳(4月1日現在)の方。①28歳以上自分の歯がある ②処置歯が4本以内 ③未処置歯がない ④過去に表彰されていない ⑤審査日(4月25日)に受診できる ⑥歯科健康フェアでの表彰式に出席できる 4月24日(火)まで。該当者多数の場合は選考。結果は個別に通知します

●**歯科健康フェアで表彰**  
 6528歯のコンクール  
 市内在住で次の①~⑥の条件をすべて満たす65歳~70歳(4月1日現在)の方。①28歳以上自分の歯がある ②処置歯が4本以内 ③未処置歯がない ④過去に表彰されていない ⑤審査日(4月25日)に受診できる ⑥歯科健康フェアでの表彰式に出席できる 4月24日(火)まで。該当者多数の場合は選考。結果は個別に通知します

●**歯科健康フェアで表彰**  
 6528歯のコンクール  
 市内在住で次の①~⑥の条件をすべて満たす65歳~70歳(4月1日現在)の方。①28歳以上自分の歯がある ②処置歯が4本以内 ③未処置歯がない ④過去に表彰されていない ⑤審査日(4月25日)に受診できる ⑥歯科健康フェアでの表彰式に出席できる 4月24日(火)まで。該当者多数の場合は選考。結果は個別に通知します

#### 骨粗しょう症検診日程表

会場・定員	実施日(※は午前のみ)
保健センター(平日:各日108人、土曜・日曜日:各日60人)	6/15(金)、6/17(日)※、6/18(月)、6/19(火)※、7/3(火)、7/4(水)、7/5(木)、7/6(金)※、7/7(土)※
浦生地区センター(各日92人)	6/20(水)、6/21(木)、6/22(金)
中央市民会館(各日92人)	7/10(火)、7/11(水)、7/12(木)、7/13(金)
桜井地区センター(各日92人)	8/1(水)、8/2(木)、8/3(金)

\*時間の指定、会場の変更等はできません

往復はがき記入例

1 1 市民健康課 ☎978-8355

●**骨粗しょう症検診を実施します**  
 陽時左表のとおり 因かかとの骨の超音波による骨密度測定 20歳以上の女性 随夕オル・保険証 1000円 (費用が無料になる方がいます。詳しくは市民健康課へ) 4月27日(金)まで(必着) 往復はがきに記入例のとおり記入し市民健康課へ。市ホームページから電子申請でも受け付けます(左記の二次元コードからも申し込みできます)。応募は1人1回まで(抽選)。結果は、往復はがきでの申し込みの場合は返信はがきで、電子申請での申し込みの場合はメールで、5月中旬に通知します

●**骨粗しょう症検診を実施します**  
 陽時左表のとおり 因かかとの骨の超音波による骨密度測定 20歳以上の女性 随夕オル・保険証 1000円 (費用が無料になる方がいます。詳しくは市民健康課へ) 4月27日(金)まで(必着) 往復はがきに記入例のとおり記入し市民健康課へ。市ホームページから電子申請でも受け付けます(左記の二次元コードからも申し込みできます)。応募は1人1回まで(抽選)。結果は、往復はがきでの申し込みの場合は返信はがきで、電子申請での申し込みの場合はメールで、5月中旬に通知します

●**骨粗しょう症検診を実施します**  
 陽時左表のとおり 因かかとの骨の超音波による骨密度測定 20歳以上の女性 随夕オル・保険証 1000円 (費用が無料になる方がいます。詳しくは市民健康課へ) 4月27日(金)まで(必着) 往復はがきに記入例のとおり記入し市民健康課へ。市ホームページから電子申請でも受け付けます(左記の二次元コードからも申し込みできます)。応募は1人1回まで(抽選)。結果は、往復はがきでの申し込みの場合は返信はがきで、電子申請での申し込みの場合はメールで、5月中旬に通知します

●**骨粗しょう症検診を実施します**  
 陽時左表のとおり 因かかとの骨の超音波による骨密度測定 20歳以上の女性 随夕オル・保険証 1000円 (費用が無料になる方がいます。詳しくは市民健康課へ) 4月27日(金)まで(必着) 往復はがきに記入例のとおり記入し市民健康課へ。市ホームページから電子申請でも受け付けます(左記の二次元コードからも申し込みできます)。応募は1人1回まで(抽選)。結果は、往復はがきでの申し込みの場合は返信はがきで、電子申請での申し込みの場合はメールで、5月中旬に通知します

●**骨粗しょう症検診を実施します**  
 陽時左表のとおり 因かかとの骨の超音波による骨密度測定 20歳以上の女性 随夕オル・保険証 1000円 (費用が無料になる方がいます。詳しくは市民健康課へ) 4月27日(金)まで(必着) 往復はがきに記入例のとおり記入し市民健康課へ。市ホームページから電子申請でも受け付けます(左記の二次元コードからも申し込みできます)。応募は1人1回まで(抽選)。結果は、往復はがきでの申し込みの場合は返信はがきで、電子申請での申し込みの場合はメールで、5月中旬に通知します

●**骨粗しょう症検診を実施します**  
 陽時左表のとおり 因かかとの骨の超音波による骨密度測定 20歳以上の女性 随夕オル・保険証 1000円 (費用が無料になる方がいます。詳しくは市民健康課へ) 4月27日(金)まで(必着) 往復はがきに記入例のとおり記入し市民健康課へ。市ホームページから電子申請でも受け付けます(左記の二次元コードからも申し込みできます)。応募は1人1回まで(抽選)。結果は、往復はがきでの申し込みの場合は返信はがきで、電子申請での申し込みの場合はメールで、5月中旬に通知します