



健(検)診・相談

●乳がん検診(施設)

■7月31日(火)まで 四視触診、マンモグラフィ(X線)検査(必ず両方お受けください)

■35歳以上の女性(昭和59年3月31日以前に生まれた方)で偶数月生まれの方、または平成29年度未受診の方(妊娠中・授乳中など状況によって受けられない方がいます) 費1500円(無料になる方がいます。詳しくは市民健康課へ) 費用、保険証など本人確認ができるもの 事前に実施医療機関へ予約(実施医療機関は保健力センターをご覧ください)

●詳しくは市ホームページをご覧ください

●歯科健診・相談
■7月18日(水)、午後1時30分〜3時 陽げやき荘 四歯科健

診・相談、ブラッシング指導。治療は行いません 65歳以上の方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

◎食生活なんでも相談

■7月10日(火)、午前9時〜11時(予約制) 四栄養士による生活習慣病予防等の個別相談 3人 申受付中。事前予約制で、随時相談あり

◎リハビリなんでも相談

■7月17日(火)〜8月7日(火) ②けやき荘：7月27日(金)、いずれも午前9時〜11時(①は予約が必要ですが、②は予約不要です) 四リハビリ(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 ④各回8人 ①は受付中。②のみ当日会場へ



予防接種

●高齢者肺炎球菌予防接種

■平成31年3月31日まで 四市内実施医療機関 四肺炎球菌ワクチン(ポリサッカライド)予防接種 四市内在住で①または②に該当し初めて接種する方。
①左表に該当する(対象者には4月に個別通知を送付しました。通知が届いても30年3月31日より前に接種した方は対象外。全額自費で接種した方も含む) ②接種日に60歳〜65歳未満で、心臓、じん臓もしくは呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能に障がいがあり、または同等の障がいがある医師の診断書がある方がいます。詳しくは市民健康課へ) 事前に市内実施医療機関へ予約

高齢者肺炎球菌予防接種対象者

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

●麻しん風しん予防接種(二期)
■4月上旬に送付した個別通知に同封の予約票と母子健康手帳をお持ちのうえ、早めにお受けください。公費で受けられる期間は平成31年3月31日までです 24年4月2日〜25年4月1日 生まれの方

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・風が弱い日は注意しましょう。

【熱中症予防のポイント】

1. のどの渇きを感じる前に、こまめに水分補給をしよう。
2. 帽子や日陰で暑さを避け、涼しい服装を心がけよう。
3. 暑い日はエアコンを上手に使い、無理をしないようにしましょう。

四市民健康課 ☎978-3511

平成30年度がん検診 無料クーポン券を送付しました

子宮頸がん検診および乳がん検診の無料クーポン券を6月下旬に対象者へ送付しました(平成30年4月20日現在、市内に住民票を有する方)。

年4月2日〜10年4月1日生まれの女性 ▼乳がん検診：昭和52年4月2日〜53年4月1日生まれの女性
*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
四市民健康課 ☎978-3511



元気アップ運動教室(2クール目)が始まります

■7月30日〜10月9日の毎週月曜日(月曜日が祝日の場合は翌日) ▼けやき荘(教養娯楽室)：8月8日、10月17日の毎週水曜日 ▼ゆりのき荘(研修室)：8月1日〜10月10日の毎週水曜日 ▼ひのき荘(多目的ホール)：8月3日〜10月12日の毎週金曜日。いずれも午前10時〜11時30分(ゆりのき荘は午後2時〜3時30分)。30分前から受け付け開始。教室開始後5分を過ぎると入室できません 9163

眼瞼下垂症について



越谷市医師会
レイクタウン眼科
☎988-7245
木田橋 久明

眼瞼下垂症とは、まぶたが下がってくる病気です。まぶたが下がってくると見えづらくなり、目が疲れるなどの症状が出てきます。後天性と先天性の眼瞼下垂があります。

後天性眼瞼下垂の場合、一

多量の加齢性の眼瞼下垂です。これはまぶたを吊り上げて眼瞼挙筋という筋肉が緩んでくるために起こります。

先天性眼瞼下垂は生まれつきまぶたが下がっています。

眼瞼下垂の治療は、加齢

蚊が媒介する感染症に注意しましょう

水たまりを減らして蚊を増やさない
蚊は、植木鉢の受け皿などに溜まったわずかな水でも繁殖します。周囲の水たまりをできるだけ無くしましょう。
感染症流行地域で蚊に刺されない
海外へ渡航する前には、現地の状況を厚生労働省のホームページなどで確認しましょう。
*10月下旬まで注意が必要です
四保健総務課 ☎973-7531