保健センター
☎343-0022
東大沢1-12-1

健康ガイド

☎978-3511

糖脂を燃やせ! 糖尿病予防月間〈後編〉

11月は糖尿病予防月間です。食事や運動などさまざまな角度から糖尿病予防を学びましょう。
*コース制ではありません。興味がある講座にお申し込みください

日時	内容	会場
11/18(日) 10:00~12:00	【講話】「糖尿病と上手につき合う方法論」～コントロール編～	保健センター
11/19(月) 14:00~16:00	【運動】健康アップ! かんたん運動セミナー	中央市民会館
11/21(水) 13:30~15:00	【歯科】歯科健診・相談 *対象者は施設利用者(60歳以上の方)のみです	ひのき荘
12/18(火) 10:00~13:00	【栄養】ヘルシークッキング ～糖尿病予防のためのバランス食に挑戦～ *500円(材料費)がかかります	保健センター

【対象】糖尿病予防に関心のある方
【申込み】受付中
問市民健康課☎978-3511

予防接種

●高齢者肺炎球菌予防接種
平成31年3月31日(日)まで

●高齢者インフルエンザ予防接種
平成31年1月31日(木)まで

【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。

対象者は市内在住の方。特に記載がない場合は会場・問い合わせは市民健康課(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(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。

①接種する方。②表1に該当する(対象者には4月に個別通知を送付しました。通知が届いても過去に1回でも接種したことのある方は対象外です。全額自己費で接種した方も含む) ③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る身体障害者手帳1級を持っている、または同等の障がいがある医師の診断書がある ④3000円(費用が無料になる方がいます)

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、ご受診ください。
- 11月3日(祝)**
▷河本眼科医院 ☎962-7204
中町5-1/眼
▷中村医院 ☎987-5261
大成町2-113/内・小
▷ふじた歯科医院 ☎986-6480
南越谷4-21-13/歯・矯正・小歯
- 11月23日(祝)**
▷軍司整形外科 ☎986-2408
南越谷4-23-8/整・外・リハ
▷桃木診療所 ☎965-2040
越ヶ谷本町6-6/小
▷野口歯科クリニック ☎978-6321
平方1833-6/歯・小歯

夜間急患診療所

東越谷10-81 ☎960-1000
*11月10日(土)から、住所表記が東越谷10-31になります(所在地に変更はありません)
【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、かかりつけ医をご受診ください

探す相談する

【急病に関する相談・緊急に受診できる医療機関の案内】
●埼玉県救急電話相談
#7119または☎048-824-4199
急な病気やけがに関して、看護師の相談員が受診すべきかどうかなどをアドバイスします。また、緊急に受診できる医療機関(歯科・口腔外科・精神科を除く)もご案内します。24時間365日実施
【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)
11/13(火)・27(火)・12/11(火)
午後1時～3時、越谷市薬剤師会事務局(中町6-6)
☎960-4100
*相談日の1週間前までに電話でご予約ください

表1 平成30年度高齢者肺炎球菌予防接種対象者
*下記に該当する方には、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

*接種する際は高齢者肺炎球菌予防接種受診券が必要です

*市外で接種を希望する方は事前に市民健康課へお問い合わせください

健(検)診・相談

●食生活なんでも相談(個別)
11月13日(火)、午前9時～11時
因栄養士による生活習慣病予防等の個別相談 因3人 因受付中。このほかにも事前予約制で、随時相談あり

がん検診総合事業等(子宮頸がん)について

対象となる方に子宮頸がん検診の無料クーポン券を6月末に発送しました。無料クーポン券による子宮頸がん検診の実施期間

お知らせ

●コバトン健康マイレージ新規参加者募集中!
スマートフォンが専用の歩数計で「埼玉県コバトン健康マイレージ」に参加すると、県と市の各ポイントが貯まり、賞品が当たる抽選に参加できます。因市内在住の18歳以上の方

保健所からののお知らせ

●アルコール専門相談
11月13日(火)、午後1時30分～2時30分・3時30分(各1組)
因精神保健支援室 因お酒の飲み方、依存症本人への対応、減酒に関する相談など 因市内在住でアルコールに関する相談を希望する本人または家族3組
因筆記用具 因電話で左記へ
因精神保健支援室(第三庁舎1階) ☎963-9214
12月1日は世界エイズデー
AIDS GOES ON
エイズは続いている、エイズはヒト免疫不全ウイルス(HIV)に感染することで

愛の献血

協力ください
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) ☎0120-1137-137
9)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分です。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。
因保健総務課☎973-7530