



12月の保健事業

※①～②の会場は保健センター

①健康相談

●乳幼児健康相談

5日 9時20分～10時

●7カ月児健康相談(個別通知)

13日 9時20分～10時

②健康診査

●4カ月児健康診査(個別通知)

9日 1時20分～1時50分

●1歳8カ月児健康診査(個別通知)

6日 1時20分～1時50分

●3歳4カ月児健康診査(個別通知)

18日 1時20分～1時50分

休日当番医診療(急患のみ)

●急患の診療

9時～午後5時

場 吉川中央総合病院 ☎982・8311

※電話確認の上、受診してください。

小児時間外診療(当番医輪番制)

●お子さんの夜間の救急診療

9時～午後7時30分まで受付

※当番医の確認は、健康増進課で全戸配布している小児時間外診療当番医療機関案内図をご覧ください。市役所、消防署へ。

場 市役所 ☎982・5111、吉川消防署 ☎982・3931、FAX 982・3917 救急の場合 ☎119

献血情報

●越谷レイクタウン献血ルーム

9時～午後5時30分

場 ☎0120・137・379



県休日夜間児童虐待通報ダイヤル

24時間、平日午後6時15分～翌日午前8時30分

専用ダイヤル ☎048・779・1154

埼玉県小児救急電話相談

9時～午後7時～翌日午前7時、9時～翌日午前7時 専用ダイヤル ☎#8000

無料口腔衛生相談(要予約)

11月の当番医(吉川歯科医師会)

●白井歯科 ☎982・0081

●だて歯科クリニック ☎983・8148

※電話予約の上、来院してください。



健康管理について

本年度の市特定健診は先月で終了しましたが、皆さんは健診を受けましたか。

脳血管疾患や虚血性心疾患の予防には、高血圧、脂質異常症、糖尿病などの動脈硬化の危険因子を低減させる必要があります。しかし、この10年間、高血圧、糖尿病の有病率は年々増加傾向にあります。その原因は食生活の西洋化、肥満者の増加および運動量の低下にあると言われていています。そのため栄養、身体活動などの生活習慣の改善が必要です。

高血圧の目標値について、日本高血圧学会は収縮期(最高)および拡張期(最低)血圧について、理想血圧(120/80mm Hg未満)、正常血圧(130/85mm Hg未満)となっています。脂質異常症については健康管理目標値として、LDLコレステロール120mg/dl以下を目標としています。糖尿病については、血糖コントロール指標HbA1c 6.0%以下を目指します。

健診の結果を踏まえて、かかりつけ医と相談し、健康管理を務め、日常生活に制限のない健康寿命の延伸を実現していきましょう。今年健診を受けなかった人は、来年必ず受けるようにしてください。

これから気温が下がります。冬期の血圧の変化、インフルエンザの予防にも気を付けてください。なお、風疹の流行や、ワクチン未接種の成人を中心とした流行も注目されており、特に妊娠初期の妊婦の感染により、胎児が心疾患、白内障、難聴などを有する先天性風疹症候群を発症することがあります。したがって、乳幼児だけではなく、妊婦の周囲や成人にも風疹の予防接種をすすめることが大切です。

吉川松伏医師会

さくら医院 岡山 文章 先生



がん検診推進事業について 無料クーポン券で検診を受けましたか？

特定の年齢の方に対して、がん検診が無料となるがん検診無料クーポン券を6月下旬に個別通知しています。

子宮頸がん検診・大腸がん検診をまだ受けていない方は、12月10日(木)までに指定医療機関へ直接、問い合わせの上、ぜひ、受診してください。

※大腸がん検診は、容器の提出締め切りが、12月10日(木)になりますので、11月中には受診するようにしてください。

※クーポン券を紛失された方は、再発行が必要ですので、直接健康増進課にご連絡ください。

対象者 平成25年4月1日時点で、以下の条件にあてはまる方。

●子宮頸がん検診 20歳・25歳・30歳・35歳・40歳の女性

●大腸がん検診 40歳・45歳・50歳・55歳・60歳の男性女性

小児肺炎球菌予防接種に使用するワクチンが変わりました

11月1日から変更となった13価ワクチンは、従来よりも多くの肺炎球菌に対して予防効果が期待できるようになりました。また、接種間隔なども一部変更となりました。

●初回接種開始月齢が生後2から7カ月の場合の追加接種は、「初回接種終了後60日以上の間隔をおいた後で生後12カ月に至った日以降に接種」となりました。

●初回接種開始月齢が生後7から12カ月の場合の2回目接種は、「生後12カ月に至るまでに行う」から「生後13カ月に至るまでに行う」に変更されました。

※予診票は従来の用紙をそのまま使用してください。