

保健センター通信

〒352-0024 道場2-14-4
☎048-481-2211
FAX048-481-2215

●場所が掲載されていないものは保健センター
●費用の掲載がないものは無料

～随時、保健師を募集しています。詳しくは市ホームページ(<http://www.city.niiza.lg.jp>)をご覧ください～

1月の乳幼児健康診査

健診名(対象)	日にち・場所	
3～4か月児 (平成27年9月生まれ)	7日(木) 14日(木)	園
9～10か月児 (平成27年3月生まれ)	5日(火) 12日(火)	園
1歳6か月児 (平成26年6月生まれ)	6日(水) 18日(月)	園 市
3歳児 (平成24年9月生まれ)	13日(水) 25日(月)	園 市

※対象者には事前に案内を郵送します。
※園 保健センター、市 市民会館

成人歯科検診を実施しています

現在、40歳以上の方の約85%が歯周病に罹っていると言われています。歯周病は大切な歯を失う原因だけでなく、心筋梗塞や脳梗塞などのリスクを高め、糖尿病を悪化させることが近年の研究で明らかになっています。市では対象年齢の方に無料で歯科検診を実施しています。

日2月29日(月)まで場指定医療機関※成人健康カレンダー、市ホームページ参照対市内に住民登録があり、年度内に40歳以上の5歳刻みの節目年齢になる方費無料(公費負担は年度内1回まで)

■平成27年度 成人歯科検診対象者(節目年齢)

年齢	生年月日
40歳	昭和50年4月1日～51年3月31日生まれ
45歳	昭和45年4月1日～46年3月31日生まれ
50歳	昭和40年4月1日～41年3月31日生まれ
55歳	昭和35年4月1日～36年3月31日生まれ
60歳	昭和30年4月1日～31年3月31日生まれ
65歳	昭和25年4月1日～26年3月31日生まれ
70歳	昭和20年4月1日～21年3月31日生まれ
75歳	昭和15年4月1日～16年3月31日生まれ以降、80歳以上の5歳刻みの節目年齢の方

年度内のがん検診予約はお早めに

対象年齢の方は無料で各種がん検診を受診できます。個別検診は2月末日までです。指定医療機関などの詳細は、成人健康カレンダー又は市ホームページをご覧ください。

検診名	検診内容	対象年齢
胃がん	胃部X線検査又は内視鏡検査	30歳以上の方
大腸がん	便潜血検査2日法	
肺がん	胸部X線検査、喀痰細胞診	30歳以上の女性
乳がん	マンモグラフィ検査、視触診	20歳以上の女性
子宮がん	子宮頸部の細胞診※	55歳以上の男性
前立腺がん	PSA(前立腺特異抗原)測定	

※最近6か月以内に月経異常・不正出血等の症状のある方については、個別検診のみ、子宮体部の検査も受診できます。

年頭所感

朝霞地区医師会
会長 浅野 修 ☎048-464-4666

あけましておめでとうございます。市民の皆様には、希望に満ちた新年を迎えられたこととお慶び申し上げます。

昨年は、9月に関東・東北豪雨による鬼怒川流域の洪水が発生。広域にわたって大きな損害を被りました。日本は、治水の長い歴史があり、ここ荒川流域においても水害を克服してきた歴史があります。しかし、自然の脅威は、時として人間の時間軸で見た予測をはるかに超えるものであり、今後も間違いなく日本のどこかで地域が経験しなかった災害へと拡大する可能性があります。このため、温暖化を含め自然の脅威の見直しが必要であり、正確なデータによる災害予測が被害局限への対策につながることは言うまでもありません。

本来、予測というものは、あらゆる関連

一日健康教室 コレステロールを制す！

日1月26日(火)、午前10時～午後3時20分対40歳以上の方定30名・申込順内栄養士の話と調理実習、医師の話、軽体操費300円(食材代)申直接又は電話で、1月4日(月)から19日(火)までに保健センターへ

母と子のつどい

日2月2日(火)、午前10時～11時30分場栗原ふれあいの家(公共交通機関をご利用ください)対4か月から3歳くらいまでのお子さんと保護者、妊婦内節分主催新座市母子愛育会申当日、直接受付

男の料理講習会

日2月6日(土)、午前10時～午後1時場野火止公民館対市内在住又は在勤の男性定15名・申込順内料理の基本を学ぶ費300円(食材代)主催新座市食生活改善推進員協議会申直接又は電話で、1月4日(月)から29日(金)までに保健センターへ

パパママ学級

日2月7日(日)・16日(火)・22日(月)の午前※1回目のみの参加も可対初めてパパ、ママになる方(妊娠16週から35週までで、平成28年3月23日から7月26日までに初回出産予定の方)※1人での参加も可定40組・申込順講助産師、栄養士ほか費300円(食材代)申直接又は電話で、1月5日(火)から保健センターへ

ニコ筋半日教室 はじめよう！ロコモ予防とニコ筋！

日2月18日(木)、午前9時35分～午後0時10分場野火止公民館対40歳以上の方定30名・申込順内ロコモティブシンドローム予防に関する栄養士の話など申直接又は電話で、1月4日(月)から2月15日(月)までに保健センターへ

新座市赤ちゃん訪問事業

市では、生後4か月までの赤ちゃんが

男の料理講習会

日2月6日(土)、午前10時～午後1時場野火止公民館対市内在住又は在勤の男性定15名・申込順内料理の基本を学ぶ費300円(食材代)主催新座市食生活改善推進員協議会申直接又は電話で、1月4日(月)から29日(金)までに保健センターへ

パパママ学級

日2月7日(日)・16日(火)・22日(月)の午前※1回目のみの参加も可対初めてパパ、ママになる方(妊娠16週から35週までで、平成28年3月23日から7月26日までに初回出産予定の方)※1人での参加も可定40組・申込順講助産師、栄養士ほか費300円(食材代)申直接又は電話で、1月5日(火)から保健センターへ

ニコ筋半日教室 はじめよう！ロコモ予防とニコ筋！

日2月18日(木)、午前9時35分～午後0時10分場野火止公民館対40歳以上の方定30名・申込順内ロコモティブシンドローム予防に関する栄養士の話など申直接又は電話で、1月4日(月)から2月15日(月)までに保健センターへ

新座市赤ちゃん訪問事業

市では、生後4か月までの赤ちゃんが

データを分析して未来の見通しを立て、将来の危機を回避するために活用されるものです。新たなデータが反映されるごとに予測が更新され、危機対策への見直しが施策に反映されてきました。地震や津波にしても、千年単位のデータが蓄積できれば、より正確な予測も期待できるのですが、来るべき大規模災害に対し、我々にどれだけの時間的な余裕が残されているのでしょうか。

さて、昨年の敬老の日に総務省は人口推計を発表。65歳以上の人口が3384万人となり過去最高となりました。また、80歳以上の高齢者が初めて1千万人を超え、超高齢化社会の到来を印象づけました。特に、高齢化率については、過去に予測した曲線上を実データがトレースしている感があります。既に、日本の人口はピークから下り坂をたどり始めました。平均寿命の延伸が高齢化率を高めていると言え、出生率(1.42)の飛躍的な改善がない限り、今後数十年間の少子高齢化状態は人口の減少とともに避けられません。これまでも

子宮頸がん予防ワクチン・ヒブワクチン・小児用肺炎球菌ワクチンの接種を受けた方へ

平成25年3月31日までに、市の助成により、子宮頸がん予防ワクチン・ヒブワクチン・小児用肺炎球菌ワクチンのいずれかを接種し、接種後に何らかの症状が生じ、医療機関を受診した方は、接種との関連性が認定されると、医療費・医療手当が支給される場合があります。認定を受けるためには、独立行政法人医薬品医療機器総合機構(PMDA)に請求が必要です。支給対象は、請求した日から遡って5年以内

に受けた医療に限られていますので、心当たりのある方は、請求方法など、相談窓口にご問合せください。

問独立行政法人医薬品医療機器総合機構救済制度相談窓口(☎0120-149-931)〈フリーダイヤル〉※IP電話などの方でフリーダイヤルがご利用になれない場合は、(☎03-3506-9411)〈有料〉をご利用ください。※平日(祝日・年末年始を除く)、午前9時～午後5時

■1月の休日歯科応急診療所

日	歯科医師名	受付時間
3日(日)	榎本敏之 武内亮	午前9時～11時30分
10日(日)	牛山崇	
11日(月・祝)	早矢仕啓史	
17日(日)	横溝敏也	
24日(日)	永田喜久	
31日(日)	小澤重雄	

※医師の都合により変更することがあります。

■1月の休日に診療実施の医療機関(午前10時～午後4時) ※042以外の市外局番は048です。

日	場所	診療所名	科目	電話	場所	診療所名	科目	電話
10日(日)	新座	遠山荘一郎内科クリニック	内	480-3737	朝霞	栗原整形外科	外・整外皮・内・リウ	463-2325
11日(月・祝)	朝霞	あおば台診療所	脳外内・小	474-5270	新座	小熊クリニック	消内	042-471-5098
17日(日)	新座	宮崎医院	内・小	042-474-0458	志木	田島耳鼻咽喉科医院	耳	475-3308
24日(日)	新座	橋本内科クリニック	内・小循環内	481-2626	和光	和光駅前皮フ科	皮・アレルギー美容皮膚科	450-1102
31日(日)	新座	せおクリニック	消内・内・外・肛	480-3905	朝霞	伊藤耳鼻科クリニック	耳	486-0087

●救急医療問合せ：埼玉県救急医療情報センター(☎048-824-4199)

●小児救急電話相談：＃8000

●大人の救急電話相談：＃7000

●精神科救急電話相談：埼玉県精神科救急情報センター(☎048-723-8699)

お薬手帳を活用しましょう 一般社団法人 朝霞地区薬剤師会 新座支部(☎482-5235)

お薬手帳は飲み合わせや重複を避けることが大きな役割ですが、実は、皆さんの体調を記録するための物でもあります。慢性の病気があるか無いかでも、治療方法や説明が変わることがあります。そのためにも、使ったお薬が時系列に記録されるよう、手帳は一冊にまとめることが大切です。

お薬手帳を活用しましょう 一般社団法人 朝霞地区薬剤師会 新座支部(☎482-5235)

お薬手帳は飲み合わせや重複を避けることが大きな役割ですが、実は、皆さんの体調を記録するための物でもあります。慢性の病気があるか無いかでも、治療方法や説明が変わることがあります。そのためにも、使ったお薬が時系列に記録されるよう、手帳は一冊にまとめることが大切です。

叫ばれてきたとおり、団塊の世代全員が65歳以上になったことから、日本は確実に2025年問題に向かっており、対策は喫緊の課題といえます。

埼玉県は、今年度から三か年の計画で在宅医療提供体制充実支援事業を開始。県内15の郡市医師会がこの事業の委託を受け、準備を進めています。当地区医師会も、昨年の6月末から地域包括ケア支援準備室を医師会事務局内に設置して支援事業を開始しました。本事業には、増大する医療のニーズを予測して、在宅医療充実による解決が求められており、併せて地域に医療と介護の一体化を進めるための仕組みづくりを推進するという計画です。

第一段階の拠点については、暫定設置であり関係市と本格拠点の構築に向けて調整を進め、昨年11月には和光市の総合福祉会館内に拠点を移して運用を開始しました。第二段階は、本事業の中核を担う訪問医師の登録であり、約30名の登録医を確保しております。第三段階の療養支援ベッドの確保についても、昨年10月から

運用を開始しました。これは、救急に至らずとも在宅患者が高熱や脱水症状などで入院の必要が生じたとき、往診する医師の判断で入院させることができるという安心のシステムです。現在、地域内の6病院が輪番病院として事業に参加しています。

現時点の予測に基づく2025年は決して明るくありません。埼玉県も急速に高齢化への道を突き進んでおります。次世代を担う若者たちに向かって、明るい未来を示せるかどうかは、今後10年間の医療と介護の一体化事業の成否が鍵となります。

医師会は、県及び地域の行政と共に、医療及び介護関係者などの多職種との連携も進めております。地域の皆様が、安心して子どもを産み育て、安心の老後を送ることができるように、地域協働で将来に備えた体制づくりを目指しております。

市民の皆様のお多幸を心より祈念申し上げ、新春のご挨拶といたします。