

10月の納期一覧

納期限(10月31日)までに納めてください

税目	納期	問合先
市・県民税	第3期	収納課
国民健康保険税	第4期	☎56-0610
介護保険料	第4期	長寿課 ☎56-0613
後期高齢者医療保険料	第4期	保険医療課 ☎56-0617

口座振替の人は、納期限の日に引落しますので残高を確認してください。納付は便利な口座振替を利用してください。※市税については、パソコン、スマートフォンからクレジットカード納付もできます。

日曜・祝日・年末年始の受診は

東名古屋医師会休日急病診療所  
☎0561-73-7555 (記事ID 1197) **HPを見る**  
診療日時 日曜・祝日・年末年始  
9:00~16:30(昼休憩1時間あり)  
診療科目 内科・小児科  
所在地 日進市蟹甲町中島22

急な病気・ケガの時は

救急医療情報センター  
☎0561-82-1133  
24時間365日対応可。症状に応じてその時診療できる最寄りの医療機関を案内。

愛知医科大学病院 時間外診療

救急でかかりつけ医が開いていない場合、診療を受けることができます。まず、電話で相談してください。☎62-3311(代表)  
なお、時間内、時間外問わず、紹介状なしで受診する等の場合、選定療養費が必要になることがあります。詳しくは愛知医科大学へお問い合わせください。

内容(予は要予約)	とき	対象(対は対象)	
母子保健 (記事ID 1100) <b>HPを見る</b>	親子健康手帳交付	3日(木) 9:45集合 23日(水) 13:30集合	妊婦
	パパママ教室(1回目)	3日(木) 10:30受付~11:30終了	主に妊娠6か月ごろまでの初妊婦とその夫
	予 パパママ教室(2回目) ※予約は土日のみ	6日(日) 26日(土)	9:15受付~11:30終了 主に妊娠7か月以降の初妊婦とその夫
	予 妊婦訪問	訪問は予約制です。 (希望者は保健センターへ連絡してください)	妊婦(訪問は妊娠中1回)
	こんにちは赤ちゃん訪問	3~4か月児健診受診前	すべての赤ちゃんとその保護者 (里帰り出産で市内滞在中の人も対象となります)
	転入者予防接種等説明会	25日(金) 10:00集合	主に7歳未満の子がいる転入世帯 (健康推進課窓口等で転入手続きした人を除く。)
	のびのび計測日※1 南児童館	10日(木) 10:00~10:30受付	未就園児 ※1医師の診察はありません。 持 親子(母子)健康手帳・乳児の場合はバスタオル 主に第1子(4~5か月)をもつ保護者(乳児同伴可)
予 離乳食教室	23日(水) 10:00~11:30		
予 妊産婦婦科健康診査	予約してから、市内委託医療機関で受診してください。	妊婦と産後1年未満の産婦	
予防接種 (記事ID 1192) <b>HPを見る</b>	BCG接種	8日(火) 18日(金)	9:15~10:15受付 H31年4月16日~H31年4月30日生 R元年5月1日~R元年5月15日生
	予 B型肝炎	対	生後1歳未満
	予 ヒブ、小児用肺炎球菌	対	生後2~60月に至るまで
	予 4種混合、不活化単独ポリオ	対	生後3~90月未満
	予 麻しん・風しん混合、麻しん単独・風しん単独	対	第1期：生後12~24月未満 第2期：小学校入学前の1年間
	予 水痘	対	生後12~36月未満
	予 日本脳炎	対	1期：生後6~90月未満、2期：9~13歳未満 救済制度により対象以外で接種可能な場合あり
	予 二種混合	対	11~13歳未満
	予 子宮頸がんワクチン	対	小学6年生~高校1年生の女子
	予 特定健康診査 がん検診(胸部・胃・大腸・前立腺)	4日(金)、9日(水)、10日(木)、 11日(金)、21日(月)、31日(木)	市国民健康保険加入者で40~74歳の人 (検診によって対象制限あり)
予 集団がん検診 (胸部・胃・大腸・前立腺)	7日(月)、15日(火)、16日(水)	市国民健康保険加入者以外で40~74歳の人 (検診によって対象制限あり)	
予 個別特定健康診査		市国民健康保険加入者で40~74歳の人	
予 後期高齢者医療健康診査	10月31日までに市内委託医療機関で 受診してください ※胃内視鏡検診のみ、一部医療機関で 12月まで受診可。	後期高齢者医療制度加入者	
予 個別がん検診※ (胸部・胃・大腸・前立腺)		40歳以上の人 (検診によって対象制限あり)	
予 子宮検診	3日(木)、28日(月)	20歳以上の西暦奇数生まれの女性 (昨年度受診していない 西暦偶数年生まれの人も可)	
予 個別子宮検診	2月29日までに市内委託医療機関で 受診してください。		
予 個別乳腺検診	2月29日までに市内委託医療機関で 受診してください。	40歳以上の西暦奇数生まれの女性 (昨年度受診していない 西暦偶数年生まれの人も可)	
予 集団大腸・喀痰検診	2日(水)	40歳以上の人	
予 歯周病検診	8月1日~1月31日までに市内委託 歯科医院で受診してください。	20歳、30歳、35歳、40歳、45歳、50歳、55歳、 60歳、65歳、70歳、75歳、80歳の人	
予 体成分分析装置測定会	随時(時間は要相談)	市内在住の人	

厚生労働省の勧告を受け、積極的な接種の勧奨を一時的に差し控えています。

ドクターからあなたへ

増え続ける「慢性腎臓病」

東名古屋長久手市医師会

腎機能障害が基準以下に進行すると、「慢性腎臓病(CKD)」と定義されます。現在、1,330万人と推計されています。最終的には生命を維持するために、透析に至る方が増え続けています。2016年末の透析人口は、31万人弱。平均年齢約68歳。同年新規透析導入数は4万人弱で、平均年齢約69歳でした。透析となると、通常、1回4時間週3回です。70歳を前にして、極めて生活が束縛されます。CKD患者さんでは、サルコペニア<sup>※1</sup>・フレイル<sup>※2</sup>の割合が高く、病状の進行、日常生活活動の低下、死亡率の増加につながっています。

そこで、「腎臓リハビリテーション」という概念が登場しています。つまり、CKDの患者さんにおける運動と栄養のプログラムの実践が、透析や合併症(脳卒中・心筋梗塞・心不全等)を避ける予防効果を発揮します。従って、私たち開業医と腎臓専門病院医師との連携が益々重要になってきています。

さて、下記の日程で、「第30回 この人にこのお話を」を開催致します。今回のゲストは、名古屋大学外科教授「横山 幸浩」氏です。「術前に筋肉と腸をきたえよう!」と題して、特に、「がんの手術の前にあなたが出来ること」

を中心に講演いただきます。肝胆膵の手術がご専門ですが、術前に筋肉と腸をきたえることで、術後の経過に大きな効果が得られることを実臨床で実証されました。つまり、「筋活」と「腸活」ですね。

CKD、がん、ともに免疫力が低下します。また、いつ何時、手術を要する疾患を患うかもしれません。よって、普段から、筋活と腸活を意識することが重要となります。そのためには、どのような対策が必要なのか。詳しくお話いただきます。

是非、この機会をお見逃しなく、多くの皆様のご来場をお待ちしております。

※1：筋肉量の低下 ※2：虚弱

時 10月19日(土) 13:30開場 14:00開演

場 文化の家 風のホール

他 参加費無料・予約不要

問 たんぽぽクリニック(☎42-4099)

問 問い合わせ先 時ととき場とところ 対 対象内 内容 費用記載がないものは無料 申込み方法記載がないものは申込み不要 他 その他 ス マ イ ル ポ イ ン ト 対 象 事 業 持 持 ち 物