

健康ひろば

集団検診を実施します!!

胃がん、肺がん・結核検診、乳がん検診(女性のみ)

会 場	検診日時(受付時間)		申込開始日
鴻巣市保健センター	12月3日(木)	①③	【電話申込】 10月1日(木)9時～

【電子申請】



▲乳がん検診
電子申請

乳がん検診(女性のみ)

会 場	検診日時(受付時間)		申込開始日
鴻巣市保健センター	11月26日(木)	②④	【電子申請】 10月19日(月)9時～ 21日(水)17時 【電話申込】 10月22日(木)9時～
吹上地域内施設 ※会場が決まり次第、 市HPでご案内します	12月9日(水) 10日(木)	④～⑦	



▲胃がん、肺がん・
結核検診電子申請

胃がん、肺がん・結核検診

会 場	検診日時(受付時間)				申込開始日
	男性		女性		
鴻巣市保健センター	11月19日(木) 12月1日(火)	①～⑤	11月17日(火)、 20日(金)、30日(月)	①～⑤	【電子申請】 9月29日(火)9時～ 10月1日(木)17時 【電話申込】 10月2日(金)9時～
	11月28日(土)	①～③	11月28日(土)	④⑤	

【検診案内】



▲乳がん検診
市HP

【共通事項】

受付時間 ①9時 ②9時30分 ③10時 ④10時30分 ⑤11時 ⑥13時 ⑦13時30分

対 象 市内在住の40歳以上の方(昭和62年4月1日以前生まれ)

内 容 対象者や検査内容、費用、検査時の注意事項などの詳細については市HPをご確認ください

そ の 他 ●一部日程で、血管年齢測定とベジチェックを実施します
●生活保護世帯は受給証持参で無料

申 込 み 申込開始日以降に電子申請または電話(☎543-1561)



▲胃がん、肺がん・
結核 市HP

10月

休日当番医(診療内容は事前に確認してください) 9時～12時・13時～17時

日にち	医療機関名	科目	電話
4日 (日)	北鴻巣クリニック	内科	596-1423
	プライムクリニック	外科	543-8888
11日 (日)	ふたむら内科クリニック	内科	540-6635
	星野医院	外科	542-8911
12日 (月・祝)	山口内科クリニック	内科	541-0215
	鴻巣血管外科クリニック	外科	597-5511

日にち	医療機関名	科目	電話
18日 (日)	吹上共立診療所	内科	548-3865
	埼玉脳神経外科病院	外科	541-2800
25日 (日)	たけうちクリニック	内科	594-7701
	高橋胃腸科医院	外科	542-5018

●県救急電話相談(大人・小児の相談、医療機関案内) ☎#7119または048-824-4199(24時間対応)

●鴻巣市医師会救急ダイヤル ☎543-9900(24時間対応)

●夜間診療所 ☎543-1561 診療日 年末年始を除く平日の19時～22時(受付=19時～21時45分)

診療科目 内科・小児科 ※軽症の応急処置に限る(熱のある方は事前に連絡してください)

休日当番薬局
は市HPをご
覧ください▶





こどもの健診・相談
などの情報はこちら



◆保健センター

健康づくり課 ☎543-1561、FAX 543-5749

子育て支援課母子保健担当 ☎543-1562

【物価高騰対応】新型コロナ・インフルエンザの予防接種 10月1日(木)～令和9年1月31日(日)

■新型コロナ・高齢者インフルエンザ

実施場所 市内・県内医療機関 ※市内・県内実施医療機関での接種を希望する場合の詳細は二次元コードよりご確認ください

対象 接種当日に次のいずれかに該当する方

①65歳以上の方 ②60歳～64歳で対象となる方(※)

※心臓、腎臓、呼吸器の機能、またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障害があり、かつ身体障害者手帳1級に相当する方

接種回数 各1回

費用 新型コロナ8,900円、高齢者インフルエンザ500円 ※生活保護受給者は受給証持参により無料

持ち物 本人確認書類(マイナンバーカード等)、対象②の方は身体障害者手帳または医師の意見書

※高用量インフルエンザHAワクチンは、令和8年度の定期接種の対象外となりました



▲新型コロナ
高齢者インフルエンザ
(市HP)



▲県内実施
医療機関
(県医師会HP)

■小児インフルエンザ予防接種

実施場所 市内医療機関(二次元コードよりご確認ください)

※北本市・桶川市・伊奈町の委託医療機関で接種を希望する場合はお問い合わせください

対象 生後6か月～7歳未満 **助成回数** 2回まで

費用 病院の接種費用から助成額(1,000円)を差し引いた額

持ち物 お子さんの本人確認書類(マイナンバーカード等)、母子健康手帳



▲小児
インフルエンザ
(市HP)

暮らしとこころの総合相談会

生活面の問題・こころの健康問題・失業・多重債務・相続・職場のトラブル・ひきこもりなどの悩みについて、弁護士、司法書士、社会福祉士、精神保健福祉士が相談をお受けします(要予約)。

日時 10月25日(日)13時～17時

場所 保健センター

対象 市内在住の方 **費用** 無料

申込み・問い合わせ 9月25日(金)～10月23日(金)の平日10時～17時に電話で「暮らしとこころの総合相談会事務局」(☎048-782-4675)

9月は健康増進普及月間 食生活改善普及運動実施月間

統一標語 1に運動 2に食事 しっかり禁煙
良い睡眠 ～健康寿命の延伸～

人口の高齢化、社会生活環境の急激な変化に伴い、糖尿病、がん、心臓病、脳卒中等の生活習慣病の増加が大きな問題となっています。これらの生活習慣病は日常生活のあり方と深く関連しており、健康の保持や増進のためには、運動習慣の定着や食生活の改善といった健康的な生活習慣の確立が重要です。



健康生活

エナジードリンクとビタミン剤
摂りすぎっていませんか？

エナジードリンクやビタミン剤は、疲労回復や栄養補給を目的に多くの人に利用されています。コンビニやドラッグストアなどで手軽に購入できますが、摂取量によっては体に負担をかける場合があります。エナジードリンクにはカフェインや糖分、ビタミン類などが含まれています。カフェインには眠気を抑え、集中力を高める作用がありますが、摂りすぎると動悸やめまい、不眠、胃の不快感などが起こることがあります。健康な成人ではカフェインの摂取量は1日400mg程度までが目安とされており、エナジードリンク1本でも100～200mg程度含まれている場合があります。コーヒーやお茶など他のカフェイン飲料と併用すると、知らないうちに摂取量が多くなることがあります。また、糖分が多く含まれている製品もあり、飲みすぎると体重増加や血糖値の上昇につながる可能性があります。

ビタミンは体に必要な栄養素ですが、多く摂ればよいというものではありません。特に脂溶性ビタミン(A、D、E、K)は体内に蓄積しやすく、過剰に摂取すると体調不良を起こすことがあります。また、エナジードリンクにはビタミンB群が含まれていることも多く、ビタミン剤などと併用する場合は成分を重複して摂取しないよう成分表示を確認することが大切です。

エナジードリンクやビタミン剤は、適切に利用すれば日常生活の助けとなりますが、体調管理の基本は十分な睡眠とバランスのよい食事です。使用する際は摂取量の目安を守り、不安がある場合は医師や薬剤師に相談しましょう。
(鴻巣薬剤師会)