

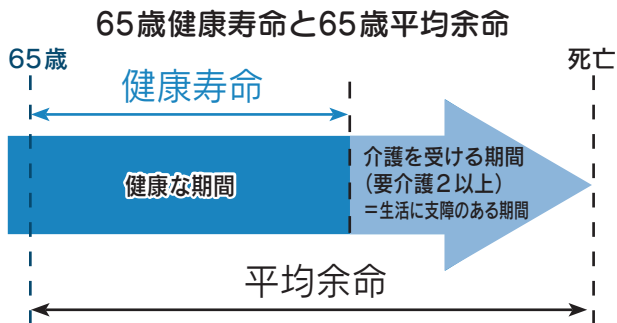
# めざせ 健康寿命日本一！

健康づくり支援課 ☎229・4121

「平均余命」と「健康寿命」をご存知ですか。平均余命とは、ある年齢に達した人々が平均してあと何年生きるかというものです。健康寿命とは、一生のうち健康で自立した日常生活を送れる期間のことです。

県では、65歳に達した人が健康で自立した生活を送る期間、具体的には「要介護2」以上の認定を受けないで生活できる期間を健康寿命と定義しています（左図）。市の健康寿命の県内順位は平成22年の時点で63市町村中、男性は34位、女性は51位でした。

平均余命と健康寿命の差は、健康上の問題で日常生活に支障のある期間。その期間は、平成13年では男性1・3年、女性2・9年でしたが、平成22年になると男性1・9年、女性4年と男女とも差が開き、介護を受ける期間が延びています。



このコラムでは、健康寿命を伸ばすためのポイントを紹介していきます。10年後の健康を手に入れるためには、今の生活習慣が大切です。みんな、健康寿命日本一を目指していきましょう。

## 休日に診療を受けられる医療機関

内科・小児科＝川越市医師会夜間休日診療所（小仙波町2丁目53-1 ☎222-3330）

日曜日、祝・休日、年末年始の受付時間…午前9時～11時・午後1時～3時・午後8時～10時  
月～土曜日の受付時間…午後8時～10時

歯科（急患のみ）＝予防歯科センター（三久保町18-3 ☎224-3891）

日曜日、祝・休日、年末年始の受付時間…午前9時～11時30分

## 5月の休日当番医

受付時間は、午前9時～午後4時です。受診前に当番医に確認してください。

3日(祝)	本川越診療所(脳外・外・内・消外・消内)	中原町1丁目11-5	☎222-0533
4日(祝)	三井病院(内・外・整外・泌)	連雀町19-3	☎222-5321
5日(祝)	武蔵野総合病院(内・外・整外・脳外)	大袋新田977-9	☎244-6340
6日(休)	山口病院(精)	脇田町16-13	☎222-0371
12日(日)	石井クリニック(内・小・外・婦・麻)	今福467-3	☎244-6205
19日(日)	川越整形外科内科医院(整外・内・リハ・皮・消・リウ・アレ・形外)	三光町2-4	☎229-0121
26日(日)	旭町耳鼻咽喉科診療所(耳)	旭町2丁目7-14	☎243-8415



川越市シンボルマーク

### ●5月の土曜開庁日 市民課 ☎224-5739

11日(土)・25日(土)、午前8時30分～正午。市民課(本庁舎1階)・収税課(本庁舎2階)・南連絡所。一部の業務は、取り扱いできません。

### ●収納窓口を午後7時まで延長 収税課 ☎224-5691

5月20日(月)～24日(金)。収税課(本庁舎2階)。市税(国民健康保険税含む)の納付・納税相談などにご利用ください。

川越市公式  
モバイルサイト



人口と世帯数 平成25年4月1日現在 人口347,010人(男=174,191人、女=172,819人) 前月比+145人 世帯数146,442世帯 前月比+371世帯

広報川越 1293

発行日/平成25年4月25日(毎月10日・25日発行)

発行/川越市 〒350-8601埼玉県川越市元町1丁目3-1 <http://www.city.kawagoe.saitama.jp/>  
市役所代表 ☎049-224-8811 ☎049-225-2171

編集/広報室

印刷/旬新広社

私的利用の範囲を除き、記事や写真の無断転載を禁じます。

この印刷物は、グリーン購入法に適合する紙を使用し、印刷用の紙へ、リサイクルできます。

