

けんこうガイド | 4~6月

健康推進課(保健センター内) 〒362-0074 春日2-10-33 ☎774-1411 ☎776-7355

☑=内 容
☒=対 象
☑=定 員
☑=持 ち 物
☑=費 用
☑=申し込み

母子保健	とき・ところ	内容・対象・持ち物	備 考
10 か 月 児 健康相談	4月23日(金) 保健センター 午前9時~10時	☑平成21年6月の出生児 ☑母子健康手帳、おむつ、バス タオル	☑当日、直接会場へ ※発熱時や感染性疾患の疑いのある人はご遠慮ください。
楽しい育児教室 (6~9か月児)	6月2日(休) 保健センター 午前9時40分~11時30分	☑親子の遊び、救急の処置、 簡単な離乳食、気を付けてほし い症状、心の発達(3日間1コース)	☑30組(応募者多数の場合は抽選) ☑100円(食材費) ☑往復はがきに住所、親子の氏 名、乳児の生年月日、電話番号 を記入して4月30日(金)までに 健康推進課へ ※返信用に住 所・氏名を記入してください。
	6月4日(金) 保健センター 午前9時40分~正午		
	6月17日(休) 保健センター 午後1時~4時	☑平成21年9月~11月生まれの 乳児と保護者	
妊婦教室 (両親学級併設)	5月11日(火) 保健センター	☑出産予定日が平成22年8月~ 10月の人	☑30組 ☑300円(食材費) ☑電話で健康推進課へ
	5月19日(水)	2日間1コース (2日目は夫婦で受講可)	
	午前9時15分~午後3時15分		
4か月児健康診査 1歳6か月児健康診査 3歳児健康診査 ポリオ予防接種	対象者には個別通知。通知のない場合は、お問い合わせください。 ※日程など詳しくは、『予防健診一覧(22年4月~7月)』または市ホームページをご覧ください。		

成人保健	とき・ところ	内容・対象・持ち物	備 考
総合健康相談	5月11日(火) 市役所ロビー 午前9時30分~10時30分	☑保健師・栄養士による健康相談 ☑健康面で心配がある人 ☑健康手帳(持っている人)	☑当日、直接会場へ
精神保健相談	4月9日(金) 保健センター 午後1時~3時	☑保健師・精神科医師による面 接相談 ☑精神面で心配がある人とその家族	☑3組 ☑電話で健康推進課へ(予約制) ※申し込み時に相談内容を確認します。
統合失調症の 家族サロン	4月15日(木) 保健センター 午後1時~3時	☑共通の悩みを持つ家族の話し 合い ☑統合失調症患者の家族	☑当日、直接会場へ

【個別検診】7月から実施。女性健康診査、骨粗しょう症検診、前立腺がん検診、大腸がん検診、子宮がん検診、肝炎ウイルス(B型・C型)検診 ※成人歯科検診は5月から実施します。
【集団検診】4月から実施/胃がん検診、7月から実施/肺がん検診
※申し込みなど詳しくは、『予防健診一覧(22年4月~7月)』または市ホームページをご覧ください。

妊婦健康診査

助成金の申請はお済みですか?

申請は出産後1年以内です。申請がお済みでない人は、健康推進課にお問い合わせください。 ※母子手帳交付前の検査、受診票を使用した妊婦健診や検査だけの受診、保険適用の検査などは助成対象になりません。

検査項目が追加に

4月1日(木)から妊婦健康診査の公費負担の検査項目にGBS(B群溶血性連鎖球菌)検査が追加されます。この検査は、妊娠33週~37週に行います。3月31日までに母子健康手帳の交付を受けた人で、検査対象者には受診券を郵送します。 ※他市で母子健康手帳の交付を受けた人は、健康推進課(☎774-1411・☎776-7355)へお問い合わせを。

小児慢性特定疾患 医療給付の継続

小児慢性特定疾患の医療給付継続申請受け付けを開始します。
▶対象 受給者証を持っている人で、引き続き治療が必要な20歳未満の人 ▶必要書類 ①申請書②医療意見書③生計中心者の所得税関係証明書など(①②は対象者へ郵送済み) ▶申し込み 4月30日(金)~6月15日(火)(土・日曜日、祝日を除く)に、必要書類①~③を持参して鴻巣保健所(鴻巣市東4-5-10)へ
※お問い合わせは、鴻巣保健所(☎541-0249・☎541-5020)・県健康づくり支援課(☎830-3561・☎830-4804)へ。

献 血	※日程が変更になることがあります。			
と き	と ころ	時 間	内 容	主 催
4月1日(木)	JR上尾駅西口モンシェリー入り口付近	午前10時~正午、午後1時~4時	全血	上尾ロータリークラブ (☑当日、直接会場へ)

平日夜間・休日診療

【平日夜間診療】

小児科・内科

「平日夜間・休日急患診療所」(上尾医療センター内、緑丘2-2-27 ☎774-2661・☎772-1353)で行っています。

▷診療日 月~金曜日(祝日を除く)
▷診療時間 午後8時~10時(受け付けは午後8時~9時30分)

【休日診療】

内科・小児科・外科

「平日夜間・休日急患診療所」(上記参照)で行っています。

▷診療日 日曜日・祝日・年末年始
▷診療時間 午前9時~正午、午後1時~4時(受け付けは午前は11時30分まで、午後は3時30分まで)

【歯科】

「北足立歯科医師会休日診療所」(鴻巣市赤見台1-15-23、☎048-596-0275)で行っています。

▷診療時間 午前9時30分~午後0時30分

【休日】

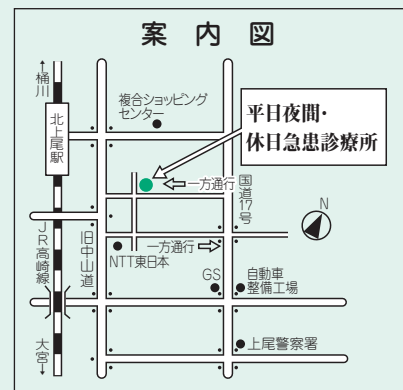
産婦人科

5月	当 番 医
2日	ひらしま産婦人科 ☎722-1103・☎722-1445
3日	ナラヤマレディースクリニック ☎771-3659・☎771-3922
4日	木下産婦人科クリニック ☎787-5533・☎787-3801
5日	上尾中央総合病院 ☎773-1111・☎773-7122
9日	ひらしま産婦人科 ☎722-1103・☎722-1445
16日	ナラヤマレディースクリニック ☎771-3659・☎771-3922
23日	木下産婦人科クリニック ☎787-5533・☎787-3801
30日	上尾中央総合病院 ☎773-1111・☎773-7122

▷診療時間 午前9時~正午、午後1時~4時
◆広報掲載の後、当番医の変更が生じる場合もあります。
各新聞の埼玉版休日医欄も参考の上、お出掛けください。

●こんな時には、埼玉県救急医療情報センターの「県民案内サービス」のご利用を!

- ①救急車を呼ぶほどではないが、緊急に受診が必要なとき
 - ②休日・祝祭日、夜間などのとき
 - ③どこでみてもらえばよいか分からないとき
- 診療が可能な医療機関を御案内します。☎048-824-4199(24時間対応)



347

ドライアイ

今月の健康

ドライアイは、涙液の減少あるいは質的な変化により目の表面に障害を生じる疾患です。涙が足りない状態になり、重症になると目の表面に無数の傷がついている場合もあります。軽い症状はやがて治まることもありますが、症状が強かったり、いつまでも長引いたりするようなら目の表面が傷ついていることが考えられます。傷から細菌が入り込んで、眼全体が感染したり、傷が深くなって視力が低下したりする恐れがあります。

ドライアイとは、涙が不足し成分が変化して質が悪くなることにより、目の表面に障害が生じる状態をいいます。涙は、まばたきによって網目状の薄い膜になり、いつも目の表面を覆って乾燥やゴミ・細菌などから眼を守っています。ドライアイになると涙液が正常でなくなるために、目の表面を十分に保護できなくなって、眼が乾くので、涙が不足したり質が悪くなったりする原因には、眼の病気やある種の薬の影響が挙げられますが、健康な人でも年齢とともに涙は少なくなり、夜間やストレスが高いときも少なくなったりします。一方、涙は十分にあって、まばたきが少なかったり部屋が乾燥していたりするとドライアイになりやすくなり、コンタクトレンズやアレルギー性結膜炎はドライアイと深く関係しているといわれています。

ドライアイが疑われたら、部屋の湿度を保ち、パソコン作業などをするとときは、途中で休憩を入れてみましょう。普段の生活で少し気を付けることにより目の乾きを軽くすることが出来ます。症状が強い場合や長引く場合は、眼科の指示に従う方がよいでしょう。眼科を受診し、医師

上尾市医師会