

平日夜間・休日診療

【平日夜間診療】

小児科・内科

「平日夜間及び休日急患診療所」(緑丘2-1-27、東保健センター3階、☎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8～10時(受け付けは午後8時～9時30分)

【休日診療】

小児科・内科・外科

「平日夜間及び休日急患診療所」(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1～4時(受け付けは午前は11時30分まで、午後は3時30分まで)

平日夜間及び休日急患診療所は、急患の人に応急的診療だけを行います。慢性疾患の診療やかかりつけ医などと同様の精密検査などには対応していません。また投薬は、最低日数分になります。

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。

- ▶診療日 日曜日・祝日
- ▶診療時間 午前9時30分～午後0時30分

【休日】

産婦人科

12月	当番医
1日	ナラヤマレディースクリニック ☎771-0002・☎771-3922
8日	上尾中央総合病院 ☎773-1111・☎773-7122
15日	ひらしま産婦人科 ☎722-1103・☎722-1146
22日	ナラヤマレディースクリニック ☎771-0002・☎771-3922
23日	上尾中央総合病院 ☎773-1111・☎773-7122
29日	ひらしま産婦人科 ☎722-1103・☎722-1146
30日	ナラヤマレディースクリニック ☎771-0002・☎771-3922
31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1～4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・祝日、夜間などのとき
- ③どこで診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ご案内します。

▶電話番号 824-4199(24時間対応)

医療機関・薬局の情報は、県ホームページの埼玉県医療機能情報提供システム(☎http://www.iryo-kensaku.jp/saitama/)も併せてご利用ください。

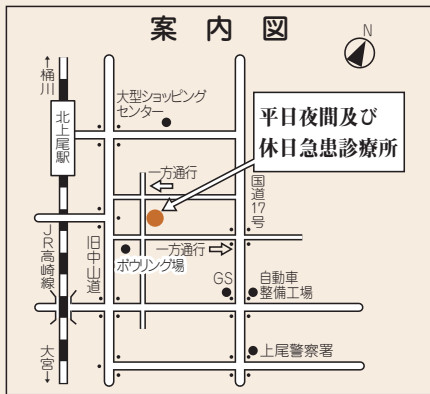
●子どもの急な病気に困ったら小児救急電話相談に相談を！

子どもの急病時(発熱、下痢、嘔吐など)の家庭での対処法や受診の必要性について、看護師が電話で相談に応じます。

▶相談日時 月～土曜日/午後7時～翌朝7時
日曜日・祝日・年末年始/午前9時～翌朝7時

▶電話番号 #8000(NTTプッシュ回線)
833-7911(ダイヤル回線、IP電話、ひかり電話)

案内図



390

インフルエンザ

今月の健康

インフルエンザについていくつかのポイントを話したいと思います。

●診断

インフルエンザは検査だけで診断するのではなく総合的に診断します。インフルエンザの患者の1～2割が簡易検査で陰性になります。大流行時や家族内での感染が疑われる時などは、検査結果が陰性であっても、あるいは検査せずにインフルエンザと診断することがあります。

●合併症、死亡者数、ワクチン

季節性のインフルエンザの日本での年間死亡者数は5千～1万人で、ほとんどが高齢者です。高齢者は重症な細菌性肺炎を起こしやすく、自分で呼吸ができず人工呼吸器を付ける状態になることがあります。

毎年のインフルエンザのワクチンと5～6年に1回の肺炎球菌のワクチンを接種することにより、高齢者のインフルエンザによる重症肺炎を8割阻止できるといわれています。高齢者はぜひこの二つのワクチンを接種しましょう。また妊婦やぜんそくなどの基礎疾患のある人は死亡率が高いといわれているため、ワクチンを接種し予防した方が良いでしょう。

インフルエンザワクチンで何人死亡と新聞などで報道されることもあります。インフルエンザワクチンは安全性が高いワクチンであるというのが全世界共通の考え方です。

●治療

インフルエンザの飲み薬であるタミフルの副作用として、異常行動が取り上げられました。公式にはタミフルを投与してもしなくても異常行動の発症率には差がないといわれています。ただし現在は10歳代の若い人にはタミフルを投与せず、吸入の薬を投与することが多い傾向にあるようです。

上尾市医師会

けんこうガイド 11月

健康推進課
 東保健センター 〒362-0015 緑丘2-1-27
 (母子保健) ☎774-1414 ☒774-8188
 西保健センター 〒362-0074 春日2-10-3
 (成人・精神保健) ☎774-1411 ☒776-7355

内=内 容
 対=対 象
 定=定 員
 持=持 ち 物
 費=費 用
 申=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	11月26日(火) 東保健センター 午前9～10時	対平成25年1月の出生児 持母子健康手帳、おむつ、バスタオル	
すくすく計測会	12月4日(水) 東保健センター 午前9時30分～11時	内身長・体重の測定 対就学前の乳幼児 持母子健康手帳、おむつ、バスタオル	申当日、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。
にこにこ健康相談会	11月20日(水) 東保健センター 午前9時30分～11時	内身長・体重の測定、発達・育児・歯・食事の相談 対就学前の乳幼児 持母子健康手帳、おむつ、バスタオル	
妊婦教室 (両親学級併設)	12月5日(木) 東保健センター 12月11日(水) 午前9時30分～午後3時15分 ※2日間1コース。	対平成26年3～6月に出産予定の人 (2日目はパートナーと祖父母になる人の受講も可)	定30組(先着順) 申電話で東保健センターへ(予約制)
フッ素塗布	11月19日(火) 東保健センター 11月25日(月) 尾山台団地集会所 午後1時15分～2時	対歯科健診(1歳6か月児健康診査など)を受診した就学前の幼児 ※6カ月間隔で塗布できます。 持母子健康手帳、タオル、歯ブラシ	費1,365円 申当日、直接会場へ ※事前に必ず歯を磨いてきてください。
育児教室	平成26年 1月16日(木) 東保健センター 1月22日(水) 1日目/午前9時30分～正午 2日目/午後1～4時 ※2日間1コース。2日目に託児あり。	内親子の遊び、救急処置、簡単な離乳食、気を付けてほしい症状を学ぶ 対平成25年4月1日～7月31日生まれの乳児と保護者	定30組(応募者多数の場合は抽選) 費100円(食材費) 申往復はがきに住所、親子の氏名、乳児の生年月日、電話番号、日程、返信用の住所を記入して、12月16日(月)まで(必着)に東保健センター「育児教室」係へ
成人保健	とき・ところ	内容・対象・持ち物	備 考
健康ライフ 応援相談	11月20日(水) 西保健センター 午後1時～2時20分 12月11日(水) 西保健センター 午前9時10分～10時10分	内保健師・栄養士などによる個別相談 対健診結果、生活習慣病予防に関心のある人	定11月20日(水)/5人、12月11日(水)/4人 申電話で西保健センターへ(予約制)
運動教室	11月25日(月) 西保健センター 12月5日(木) 午後1時30分～3時30分	内メタボ予防のための運動指導 対40～64歳の人 ※現在治療中の方は医師の許可が必要です。	定20人 申電話で西保健センターへ(予約制)
健診結果説明会	11月19日(火) 西上尾第二団地集会所 午前9時30分～同45分 12月9日(月) 原市団地集会所 午後2時～同15分	内保健師・栄養士による健康相談 対健診結果、生活習慣病予防に関心のある人	定人数が多い場合、個別相談は先着20人
精神科医師による こころの健康相談	11月14日(木) 西保健センター 午後1～3時	内保健師・精神科医師による面接相談 対精神面で心配がある人と家族	定3組 申電話で西保健センターへ(予約制) ※申込時に相談内容を確認します。
臨床心理士による こころの悩み相談	11月26日(火) 西保健センター 午前9時～午後4時	内臨床心理士・保健師による面接相談 対人関係に悩んでいる、眠れないなどのこころの悩みを抱えている人	定4組 申電話で西保健センターへ(予約制) ※申込時に相談内容を確認します。
統合失調症の 家族サロン	11月21日(木) 西保健センター 午後1時30分～3時	内共通の悩みを持つ家族の話し合い 対統合失調症患者の家族	申当日、直接会場へ
栄養教室	11月22日(金) 西保健センター 午後1時30分～3時30分	内栄養士によるメタボ予防のための正しいダイエット方法指導 対食生活を改善したい人 ※医師に食事制限を指示されている人はご遠慮ください。	定10人 申電話で西保健センターへ(予約制)
各種検(健)診	今年度の集団検診の申し込みは終了しました。個別検(健)診は11月末までです。受診券をお持ちの人は、お早めに受診してください。		

世界糖尿病デー 11月14日は「世界糖尿病デー」です。日本では、40歳以上の3人に1人が糖尿病または糖尿病予備軍といわれています。糖尿病は初期には自覚症状が少ないため、見逃されやすい病気ですが、重大な合併症が原因で亡くなる人もいます。西保健センターでは、糖尿病予防に関する事業を実施していますので、お問い合わせください。