

7月の休日当番医

1日(日)
 ① 獨協医大日光医療センター ☎76-1515
 ② みやさか歯科クリニック ☎26-6474

8日(日)
 ① 獨協医大日光医療センター ☎76-1515
 ② 鈴木歯科医院 ☎21-0225

15日(日)
 ① 川上病院 ☎22-2311
 ② 中村歯科医院 ☎21-0675

16日(月)
 ① 日上市民病院 ☎50-1188
 ② ぎりふり・宮川歯科医院 ☎53-0366

22日(日)
 ① 森病院 ☎22-1024
 ② 宮川歯科医院分院 ☎54-0932

29日(日)
 ① 今市病院 ☎22-2200
 ② 野村歯科医院 ☎93-2224

※①は医科、②は歯科の休日当番医
診療時間
 ①:午前8時～翌日午前8時
 ②:午前10時～午後4時

休日急患こども診療所
 ところ 今市保健福祉センター
 診療日 日曜日、祝日、振替休日
 診療科目 小児科
 受付時間 午前9時～11時30分
 午後2時～4時30分
 午後7時～10時
 電話番号 ☎30-7299(診療日のみ)

成人健康診査(予約制)

とき	ところ	受付時間	①	②	③	④	⑤
8日(日)	今市保健福祉センター	午前7時～10時30分	○	○	○		
10日(火)	清滝体育館	午前8時30分～10時30分	○	○	○	○	
13日(金)	今市保健福祉センター	午前8時30分～10時30分	若い女性の健診				
24日(火)	落合西小学校	午前8時30分～10時30分	○	○	○		
25日(水)	落合東小学校	午前8時～10時30分	○	○	○		

❖4月からどの地域の会場でも受診できるようになりました。
 ①基本健康診査、胃・肺・大腸がん検診
 ②子宮がん検診(40歳以上で偶数年齢)
 乳がん検診【マンモグラフィ・超音波(40歳以上で偶数年齢)、超音波(40歳以上)】
 ③前立腺がん検診
 ④骨粗しょう症健診(40歳から5歳間隔で70歳まで)
 ⑤歯科健康診査
若い女性の健診…20歳から39歳までの女性が対象【一般健康診査・骨粗しょう症健診(20、25、30、35歳)、子宮がん検診(偶数年齢)、乳がん健診(30歳～39歳)】

成人健康相談

内容	とき	ところ	受付時間
成人総合相談	2日(月)	今市保健福祉センター	午前9時30分～11時30分
	毎週月曜日(祝日除く)	藤原保健センター	午前9時30分～11時30分
	3日(火)	藤原高齢者福祉センター	午前9時30分～11時
成人栄養相談	2日(月)	藤原保健センター	午前9時30分～11時30分
	4日(水)	今市保健福祉センター	午前9時～正午(要予約)
ワンポイントヘルシー教室	3日(火)	日光公民館	午前9時30分～午後1時30分

❖ワンポイントヘルシー教室は、日光総合支所健康福祉課に1週間前までにお申し込みください。

乳幼児健康診査・相談

内容	対象地域(地区)	とき	ところ	受付時間
4か月児	足尾地域	10日(火)	銅やまなみ館	午後1時10分～1時30分
	今市・塩野室	18日(水)	今市保健福祉センター	午後1時～1時30分
	日光地域	25日(水)	日光福祉保健センター	午後1時～1時15分
	栗山地域		栗山保健センター	午後1時30分～2時
	豊岡・落合・大沢	26日(木)	今市保健福祉センター	午後1時～1時30分
8か月児	足尾地域	10日(火)	銅やまなみ館	午後1時10分～1時30分
	今市・塩野室	12日(木)	今市保健福祉センター	午後1時～1時30分
	豊岡・落合・大沢	19日(木)	今市保健福祉センター	午後1時～1時30分
	栗山地域	25日(水)	栗山保健センター	午後1時30分～2時
	日光地域	26日(木)	日光福祉保健センター	午後1時～1時15分
1歳6か月児	日光地域	30日(月)	藤原保健センター	午後1時30分～2時
	日光地域	5日(木)	日光福祉保健センター	午後1時～1時15分
	今市・塩野室	11日(水)	今市保健福祉センター	午後1時～1時30分
3歳児	豊岡・落合・大沢	20日(金)	今市保健福祉センター	午後1時～1時30分
	藤原地域	23日(月)	藤原保健センター	午後1時30分～2時
2歳児 歯科健診	今市・塩野室	25日(水)	今市保健福祉センター	午後1時～1時30分
	豊岡・落合・大沢	27日(金)	今市保健福祉センター	午後1時～1時30分
BCG接種	今市地域全地区	5日(木)	今市保健福祉センター	午後1時～1時30分
	今市地域全地区	2日(月)	今市保健福祉センター	午後2時～2時50分
	栗山地域	6日(金)	湯西川公民館	午後1時30分～2時
12か月児 相談	足尾地域	10日(火)	銅やまなみ館	午後1時10分～1時30分
	日光地域	12日(木)	日光福祉保健センター	午後1時45分～2時30分
	日光地域	9日(月)	日光福祉保健センター	午前9時30分～9時45分
乳幼児相談 すくすく赤ちゃん相談	藤原地域	10日(火)	藤原保健センター	午後1時30分～2時
	今市地域全地区	26日(木)	今市保健福祉センター	午前9時～10時
親子の健康 相談	藤原地域	10日(火)	藤原保健センター	午後1時30分～2時
	日光地域	9日(月)	日光福祉保健センター	午前10時～11時30分
	今市地区	6日(金)	今市保健福祉センター	午前9時～11時
	豊岡地区		豊岡支所	午前9時30分～11時
	落合地区	落合公民館		
大沢地区	13日(金)	大沢公民館		
塩野室地区		塩野室支所		

❖各健診の対象児は、受診する月に対象年齢に達した乳幼児です。どの会場でも受診できますが、できるだけお住まいの地域の会場で受診してください。
 ❖BCG接種(母子健康手帳持参)…6か月未満の乳幼児が対象。なお、副じん皮質ホルモン剤を使用している場合、事前にかかりつけの医師に相談してください。

7月

健康診査・検診

健康診査・健診に関するお問い合わせは
 今市保健福祉センター ☎(21)2756
 日光総合支所健康福祉課 ☎(54)1110
 藤原保健センター ☎(76)1213
 足尾総合支所健康福祉課 ☎(93)3114
 栗山保健センター ☎(97)1141

元気予報



原稿：今市医師団

【麻疹(はしか)】

今年には麻疹が流行しています。首都圏の多くの大学が休校に追い込まれたため、話題になりました。麻疹は春から夏にかけて流行し、ピークは4月～6月です。

麻疹は感染力が極めて強く、空気感染します。体育館の両角にいても感染するといわれ、マスクの着用や手洗いは効果がありません。感染を防ぐ方法は、「麻疹に対する免疫力を獲得する」、または「麻疹の人と同じ空気を共有しない」のどちらかしかありません。麻疹に一度感染すると、強い免疫を獲得し、一生麻疹にはかからなくなります。大学生などの間で麻疹が流行しているのは、予防接種で得た免疫力が時間とともに弱くなり、免疫力がほとんど無くなっている人や、予防接種したのに免疫が得られなかった人がいるからです。

麻疹の潜伏期間は約10日～12日といわれ、まず風邪と同じような症状が出ます。38℃くらいの発熱や咳、鼻水などの上気道炎症症状と、結膜の充血などの結膜炎症症状が現れます。いったん発熱はやや治まりますが、再び上昇し、発疹が現れます。発疹が出る前に、口腔粘膜に白点を数個伴う紅斑が現れ、麻疹の診断の決め手になります。発疹は顔面から上肢、体幹、下肢へと上から下に向かって広がります。2日～3日で全身に及びます。熱は39℃～40℃まで上がり、3日～4日続いた後、次第に下がります。発疹の色は鮮紅色から暗赤色に変わり、現れた順に消えていきます。褐色の色素沈着が残りますが、それも1週間～2週間で消えます。

麻疹の感染力は発症後数日、風邪のような症状が出ている時期が最も強く、発疹が出ると急激に弱まります。解熱して3日を経過すれば通学が可能です。麻疹には治療法がなく、安静を保ち水分を十分に摂取して、体力を保つようにする必要があります。適度に体温調節を行い、体力の維持を心がけましょう。