

1月 健康診査・検診

健康診査・検診に関するお問い合わせは
 ◎今市地域
 ……今市保健福祉センター ☎(21) 2756
 ◎日光・足尾地域
 ……日光総合支所健康福祉課 ☎(54) 1110
 ◎藤原・栗山地域
 ……藤原保健センター ☎(76) 1213

1月の休日当番医

- 1日(木)**
 医 日光市民病院 ☎50-1188
 歯 湯澤歯科医院 ☎21-0113
- 2日(金)**
 医 今市病院 ☎22-2200
 歯 森田歯科医院 ☎30-3113
- 3日(土)**
 医 獨協医大日光医療センター ☎76-1515
 歯 鈴木歯科医院 ☎21-0225
- 4日(日)**
 医 獨協医大日光医療センター ☎76-1515
 歯 福田歯科医院 ☎22-1335
- 11日(日)**
 医 川上病院 ☎22-2311
 歯 木村歯科医院 ☎21-8182
- 12日(月)**
 医 日光市民病院 ☎50-1188
 歯 齋藤歯科クリニック ☎26-3110
- 18日(日)**
 医 森病院 ☎22-1024
 歯 近藤歯科医院 ☎26-6620
- 25日(日)**
 医 今市病院 ☎22-2200
 歯 安西デンタル・クリニック ☎21-0008

※医は医科、歯は歯科の休日当番医診療時間
 医：午前8時～翌日午前8時
 歯：午前10時～午後4時

休日急患こども診療所

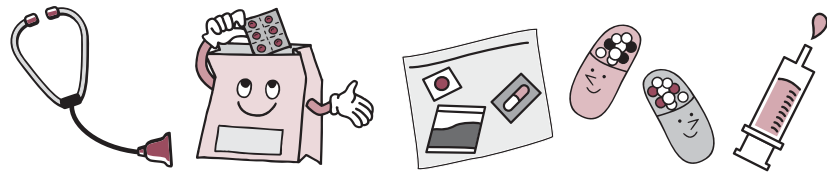
ところ 今市保健福祉センター
 診療日 日曜日・祝日・振替休日
 診療科目 小児科
 受付時間 午前9時～11時30分
 午後2時～4時30分
 午後7時～10時
 ※年末年始の診療は、12月31日(水)と1月2日(金)の午前9時～11時30分・午後2時～4時30分のみ行います。
 なお、12月28日(日)と1月4日(日)は通常どおり診療を行います。
 電話番号 ☎30-7299(診療日のみ)

乳幼児相談

内容	対象地域(地区)	とき	受付時間	会場
12か月児相談	日光地域	13日(火)	午前9時30分～10時30分	日光福祉保健センター
	藤原地域		午後1時～1時30分	藤原保健センター
	今市地域全地区	29日(木)	午前9時～10時	今市保健福祉センター
乳幼児相談	藤原地域	13日(火)	午後1時～1時30分	藤原保健センター
親子の健康相談 ※母子健康手帳持参	今市地区	9日(金)	午前9時～11時	今市保健福祉センター
	豊岡地区			豊岡支所
	落合地区	16日(金)	午前9時30分～11時	落合公民館
	大沢地区			大沢公民館
	塩野室地区			塩野室支所
すくすく赤ちゃん相談	日光地域	13日(火)	午前10時～11時30分	日光福祉保健センター

成人健康相談

内容	とき	会場	受付時間
成人総合	5日(月)	藤原保健センター	午前9時30分～11時30分
	19日(月)	今市保健福祉センター	午前9時30分～10時30分
	26日(月)	藤原保健センター	午前9時30分～11時30分
	28日(水)	栗山保健センター	午前10時～正午
	30日(金)	銅やまなみ館	午前10時～正午
成人栄養相談	5日(月)	藤原保健センター	午前9時30分～11時30分
	21日(水) ※要予約	今市保健福祉センター	午前9時～正午



乳幼児健康診査・予防接種

内容	対象地域(地区)	とき	受付時間	会場
4か月児健診	足尾地域	20日(火)	午後1時10分～1時30分	銅やまなみ館
	今市・塩野室	21日(水)	午後1時～1時30分	今市保健福祉センター
	日光地域	28日(水)	午後1時～1時15分	日光福祉保健センター
	栗山地域		午後1時15分～1時30分	栗山保健福祉センター
8か月児健診	豊岡・落合・大沢	29日(木)	午後1時～1時30分	今市保健福祉センター
	今市・塩野室	15日(木)		
	足尾地域	20日(火)	午後1時10分～1時30分	銅やまなみ館
	豊岡・落合・大沢	22日(木)	午後1時～1時30分	今市保健福祉センター
	藤原地域	26日(月)		藤原保健センター
	日光地域	28日(水)	午後1時15分～1時30分	日光福祉保健センター
栗山地域			栗山保健福祉センター	
1歳6か月児健診	今市・塩野室	14日(水)	午後1時～1時30分	今市保健福祉センター
	豊岡・落合・大沢	23日(金)		
	日光地域	8日(木)	午後1時～1時15分	日光福祉保健センター
	藤原地域	29日(木)	午後1時～1時30分	藤原保健センター
2歳児歯科健診	今市地域全地区	8日(木)	午後1時～1時30分	今市保健福祉センター
	日光・足尾地域	22日(木)	午前9時30分～10時15分	日光福祉保健センター
3歳児健診	今市・塩野室	28日(水)	午後1時～1時30分	今市保健福祉センター
	豊岡・落合・大沢	30日(金)	午後1時15分～1時30分	栗山保健福祉センター
	栗山地域			
BCG接種	日光地域	14日(水)	午後1時45分～2時30分	日光福祉保健センター
	栗山地域		午後1時15分～1時30分	栗山保健福祉センター
	今市地域全地区	16日(金)	午後2時～2時50分	今市保健福祉センター
	足尾地域	21日(水)	午後1時30分～2時	銅やまなみ館

- ◆各健診の対象児は、受診日に対象月齢・年齢に達している乳幼児です。
- ◆健診・接種ともどの会場でも受けられますが、お住まいの地域以外の会場で受ける場合は、事前にお住まいの地域の担当課に必ずご連絡ください。
- ◆BCG接種(母子健康手帳持参)…生後3か月～6か月未満の乳児が対象です。なお、副じん皮質ステロイド剤を使用している場合、事前にかかりつけの医師にご相談ください。

糖尿病で気をつけること

元気予報



原稿：今市医師団

糖尿病とは、血糖値が高くなる病気です。タイプとしては、I型、II型などに分けられます。I型は、自己免疫性疾患であり、血糖を下げる働きをするインシュリンの分泌がほとんどなくなる型で、小児期に発症することが多いタイプです。一方II型は、インシュリン分泌の低下やインシュリンの働きが悪くなるために起こるもので、遺伝と生活習慣が関係しているものです。わが国のタイプは、95%がII型です。

糖尿病は、初期は自覚症状がほとんどないために、発見が遅れたり、発見されても治療を受けずに放置する人が多かったです。いわれられています。ちなみに、日本には現在、予備軍を含めると、糖尿病の人は約1,400万人いると推定されるのに対し、治療を受けている人は約212万人しかいないといわれています。

糖尿病を10年以上放置すると、重篤な合併症を引き起こしてしまいます。特に3大合併症として、糖尿病性神経障害(手足のしびれや感覚低下)、糖尿病性網膜症(視力低下や失明)、糖尿病性腎症(腎不全に陥り人工透析になる率が高い)があげられます。例えば、足の感覚低下により傷ややけどに気がつかず、そこから腐ってしまい足を切断するケースもまだまだ多くあります。また、失明をしてみよう人が年間に約3,000人、人工透析を始める人が年間1万人以上います。さらに、脳や心臓の血管の動脈硬化も引き起こし、脳梗塞や心筋梗塞の危険因子にもなります。

つまり、糖尿病で怖いのは合併症です。そのために、早期発見や早期治療が重要になります。まさに糖尿病の治療は、それらの合併症を予防することが第一の目的です。

定期的に健診を受けてきちんと治療を受けることや、生活習慣を見直すことも大切です。

治療には、食事療法や運動療法、薬物療法(血糖降下薬と、インシュリン注射)などがあります。