

9月の休日当番医

医科

- ◆5日(土)午後5時～7日(月)午前8時
獨協医大日光医療センター ☎76-1515
- ◆12日(土)午後5時～14日(月)午前8時
川上病院 ☎22-2311
- ◆19日(土)午前5時～21日(月)午前8時
森病院 ☎22-1024
- ◆21日(月)午前8時～22日(火)午前8時
日光市民病院 ☎50-1188
- ◆22日(火)午前8時～23日(水)午前8時
川上病院 ☎22-2311
- ◆23日(水)午前8時～24日(木)午前8時
今市病院 ☎22-2200
- ◆26日(土)午後5時～28日(月)午前8時
今市病院 ☎22-2200

歯科

診療時間…午前10時～午後4時

- ◆6日(日)
野村歯科医院 ☎93-2224
- ◆13日(日)
きりふり・宮川歯科医院 ☎53-0366
- ◆20日(日)
鈴木歯科クリニック ☎26-5566
- ◆21日(月)
森田歯科医院 ☎30-3113
- ◆22日(火)
いわせ歯科口腔外科クリニック ☎32-7311
- ◆23日(水)
沼尾デンタルクリニック ☎22-3030
- ◆27日(日)
鈴木歯科医院 ☎21-0225

休日急患こども診療所

ところ 今市保健福祉センター
(日光市平ヶ崎109)
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(完全予約制)

とき	会場	受付時間	健康診査・検診項目					
			①	②	③	④	⑤	⑥
1日(火)	上板橋集落センター	午前8時00分～10時30分	○	○	○	○		
2日(水)	藤原集会所	午前8時30分～10時30分	○	○	○	○		
3日(木)	今市保健福祉センター	午前8時30分～10時30分	○		○			
7日(月)	川治公民館	午前9時00分～10時30分	○	○	○	○		
8日(火)	川治公民館	午前9時00分～10時30分	○	○	○	○		
9日(水)	湯西川体験農業交流センター	午前8時30分～10時30分	○	○	○	○	○	○
10日(木)	日光総合会館	午前8時30分～10時30分	○	○		○	○	○
16日(水)	銅やまなみ館	午前8時30分～10時30分	○	○	○	○		
17日(木)	藤原保健センター	午前8時00分～10時30分	○	○	○	○	○	○
18日(金)	今市保健センター	午前7時30分～10時30分	○	○		○		
29日(火)	自由が丘公民館	午前8時00分～10時30分	○	○	○	○		
30日(水)	農村環境改善センター	午前8時00分～10時30分	○	○	○	○		

- ◆どの会場でも受診できますが、すべて予約が必要です。
 - ◆社会保険などに加入の被扶養者の方は、がん検診受診日に一緒に特定健康診査の受診ができます。がん検診を申し込んでいない方や既にがん検診を受診された方は、新たに申込みが必要となりますので、電話で予約してください。なお、受診するには、加入している保険から送られた受診券と保険証が必要です。
 - ◆健康診査申込書で申し込んだ方には、各健診日の約2週間前に受診票を郵送します。申し込んでいない方は、各健診日の2週間前までに電話で予約をしてください。
 - ◆受付時間は予定であり、変更する場合があります。受診票に記載しますので、必ずご確認ください。
 - ◆■の色付きの日は女性のみの健診日です。
- 健康診査・検診項目**…①特定健康診査(40歳～74歳までで国民健康保険に加入の方)、はつらつ健康診査【おもに75歳以上で、長寿(後期高齢者)医療制度に加入の方】、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)】
※子宮がん検診・マンモグラフィは、奇数年齢でも前年度未受診者の方は受診できますが、事前に予約が必要です。 ③前立腺がん検診 ④骨粗しょう症検診(40歳から5歳間隔で70歳まで) ⑤歯科健康診査 ⑥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・骨粗しょう症検診(20、25、30、35歳)、子宮がん検診(偶数年齢)、乳がん検診(30歳～39歳)】

成人健康相談(全地域対象)

内容	とき	会場	受付時間
総合健康相談	4日(金)	今市保健福祉センター	午前9時30分～10時30分
※栄養相談を含む	8日(火)	藤原保健センター	午前10時～正午

乳幼児健康診査・相談・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	今市・塩野室	17日(木)	午後1時～1時30分	今市保健福祉センター
	藤原地域	28日(月)		藤原保健センター
	豊岡・落合・大沢	30日(水)		今市保健福祉センター
8か月児健診	日光地域	30日(水)	午後1時～1時15分	日光福祉保健センター
	今市・塩野室	3日(木)	午後1時～1時30分	今市保健福祉センター
	豊岡・落合・大沢	10日(木)		藤原保健センター
藤原地域	28日(月)	日光福祉保健センター		
1歳6か月児健診	日光地域	2日(水)	午後1時～1時15分	日光福祉保健センター
	今市・塩野室	9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	18日(金)		藤原保健センター
藤原地域	24日(木)	藤原保健センター		
2歳児歯科健診	栗山地域	25日(金)	午後1時15分～1時30分	栗山保健センター
	今市地域全地区	2日(水)	午後1時～1時30分	今市保健福祉センター
	藤原・栗山地域	16日(水)		藤原保健センター
日光地域	17日(木)	日光福祉保健センター		
3歳児健診	今市・塩野室	16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	25日(金)		栗山保健センター
	栗山地域	25日(金)		栗山保健センター
12か月児相談	栗山地域	3日(木)	午前10時30分～11時	栗山保健センター
	日光地域	7日(月)	午前9時30分～10時	日光福祉保健センター
	藤原地域	8日(火)	午前10時～10時30分	藤原保健センター
すくすく子育て相談 ※母子健康手帳持参	今市地域全地区	17日(木)	午前9時～10時	今市保健福祉センター
	栗山地域	3日(木)	午前10時30分～11時	栗山保健センター
	今市地区	4日(金)	午前9時30分～11時	今市保健福祉センター
すくすく子育て相談 ※母子健康手帳持参	豊岡地区			豊岡支所
	日光地域	7日(月)	午前9時30分～11時	日光福祉保健センター
	藤原地域	8日(火)	午前10時～10時30分	藤原保健センター
	落合地区			落合公民館
	大沢地区	11日(金)	午前9時30分～11時	大沢地区センター
	塩野室地区			塩野室支所

- ◆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。
- ◆各健診は、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、健康課まで必ずご連絡ください。
- ◆各地域ごとに異なっていた子育てに関する相談の名称を、「すくすく子育て相談」に統一しました。

9月 健康診査・検診

お問い合わせは
健康課(今市保健福祉センター内)
☎(21)2756

骨粗しょう症について

中高年の骨折で多く見られる大腿骨頸部骨折の大きな要因に骨粗しょう症があります。

骨粗しょう症とは「低骨量でかつ骨組織の微細構造が変化し、そのために骨が脆くなり骨折しやすくなった状態」と定義されています。ほかに「骨強度が低下し、骨折しやすい病態」で、「骨強度は骨密度と骨質の反映である」という定義もあります。骨の代謝に女性ホルモンが影響しているため、閉経後の女性に多く見られます。

診断は、年齢や性(女性は男性の3.7倍)、骨折の既往、痩せ、喫煙歴、早期の閉経なども参考になります。

検査としては、骨密度測定や血液、尿検査で骨代謝を表す指標の測定、脊椎X線像などがあります。確定診断の基準は、脆性骨折(軽微な外力により発生する骨折)があれば確定します。

治療の目的は骨折の防止と寝たきり撲滅です。治療としては、理学療法(歩行運動やヒッププロテクター装備など)、食事療法(バランスの取れた食事や十分なカルシウム、ビタミンDの補給など)、薬物療法(ホルモン補充療法、骨吸収を抑制する薬など)、転倒防止策(住居や社会環境の整備など)があります。

経過と予後は、大腿骨頸部骨折を引き起こすと1年以内の死亡率が10～20%高くなり、もとの生活レベルに戻るのにはわずかに3分の1で、自立ができず、老人ホームへの入所が余儀なくされる方も3分の1にのぼるとの調査結果もあります。

さらに、骨折がもとで入院すると、寝たきりで肺炎などを併発したり、脳へのさまざまな刺激が減り認知症が急激に進んだり、悪循環に陥りやすくなります。そのため、骨粗しょう症の早期発見、早期治療は重要です。



今市医師団幹事
吉原医院 吉原光恵