

♠10月の休日当番医♠

医科

◆2日(土)午後5時～4日(月)午前8時
獨協医大日光医療センター ☎76-1515

◆9日(土)午後5時～11日(月)午前8時
川上病院 ☎22-2311

◆11日(月)午前8時～12日(火)午前8時
日光市民病院 ☎50-1188

◆16日(土)午後5時～18日(月)午前8時
森病院 ☎22-1024

◆23日(土)午後5時～25日(月)午前8時
今市病院 ☎22-2200

◆30日(土)午後5時～11月1日(月)午前8時
獨協医大日光医療センター ☎76-1515

歯科

診療時間…午前10時～午後4時

◆3日(日)
湯澤歯科医院 ☎21-0113

◆10日(日)
宮川歯科医院分院 ☎54-0932

◆11日(月)
宮川イーस्टデンタルクリニック ☎53-6480

◆17日(日)
吉原歯科医院矯正歯科 ☎22-6480

◆24日(日)
小林歯科医院 ☎22-0303

◆31日(日)
福田歯科医院 ☎22-1335

♠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
※入院を必要としない比較的軽症のお子さんが対象です。
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(予定)	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
5日(火)	藤原保健センター	午前8時30分～10時30分	○	○		○	○	○	
6日(水)	大沢地区センター	午前8時30分～10時30分	○	○	○	○			○
7日(木)	落合公民館	午前8時00分～10時30分	○	○	○	○	○		
8日(金)	銅やまなみ館	午前9時00分～10時30分	○	○	○	○	○	○	○
14日(木)	小佐越地区多目的センター	午前8時30分～10時30分	○	○	○	○			
19日(火)	今市保健福祉センター	午前7時00分～10時30分	○	○		○	○		
25日(月)	今市保健福祉センター	午前8時30分～11時00分		○		○	○	○	
26日(火)	南原コミュニティセンター	午前8時00分～10時30分	○	○	○	○			
27日(水)	つつじヶ丘公民館	午前8時30分～10時30分	○	○	○	○			
28日(木)	豊岡支所	午前8時30分～10時30分	○	○	○	○			

健康診査・検診項目…①特定健康診査(40歳から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、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)】 ⑦若い男性の健診…20歳から39歳までの男性が対象【一般健康診査】

- ◆■の色付きの日は女性のみの健診日です。ただし、25日は20歳から39歳までの若い女性のみの健診日です。
- ◆健康診査申込書により申し込みをした方には、各健診日の約2週間前に受診票を郵送します。申し込みをしていない方は、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。事前に送付する受診票で必ずご確認ください。
- ◆社会保険に加入の方が、特定健診を受診する場合は、加入している保険から送られた特定健康診査受診券と健康保険証が必要です。なお、受診する日にほかのがん検診を申し込んでいる場合は予約の必要がありませんが、特定健診だけを受診される場合は、各健診日の2週間前までに電話で予約をしてください。
- ◆過去に肝炎ウイルス検査を受診していない方で、肝炎ウイルス検査の受診を希望する方は、各健診日の2週間前までに電話で予約をしてください。

♣成人健康相談♣

内容	とき	会場	受付時間
総合健康相談 ※栄養相談を含む	1日(金)	今市保健福祉センター	午前9時30分～10時30分
	12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	20日(水)	午後1時～1時30分	今市保健福祉センター
	栗山地域	22日(金)	午後1時15分～1時30分	湯西川公民館
	日光地域	27日(水)	午後1時～1時15分	日光福祉保健センター
	豊岡・落合・大沢	28日(木)	午後1時～1時30分	今市保健福祉センター
	藤原地域			藤原保健センター
	8か月児健診	今市・塩野室	14日(木)	午後1時～1時30分
豊岡・落合・大沢		21日(木)		
栗山地域		22日(金)	午後1時15分～1時30分	湯西川公民館
日光地域		27日(水)	午後1時15分～1時30分	日光福祉保健センター
藤原地域		28日(木)	午後1時～1時30分	藤原保健センター
今市・塩野室		13日(水)		今市保健福祉センター
1歳6か月児健診	豊岡・落合・大沢	15日(金)	午後1時15分～1時30分	湯西川公民館
	栗山地域	22日(金)		
2歳児歯科健診	今市地域全地区	7日(木)	午後1時～1時30分	今市保健福祉センター
	栗山地域	22日(金)	午後1時15分～1時30分	湯西川公民館
3歳児健診	日光地域	6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	22日(金)	午後1時～1時30分	今市保健福祉センター
	栗山地域			湯西川公民館
	藤原地域	25日(月)	午後1時～1時30分	藤原保健センター
	豊岡・落合・大沢	27日(水)	午後1時15分～1時30分	今市保健福祉センター
	日光地域	4日(月)	午前9時30分～10時	日光福祉保健センター
12か月児相談	藤原地域	12日(火)	午前10時～10時30分	藤原保健センター
	今市地域全地区	28日(木)	午前9時～10時	今市保健福祉センター
	今市地区	1日(金)	午前9時30分～11時	
豊岡地区	豊岡支所			
落合地区	落合公民館			
すくすく子育て相談 ※母子健康手帳持参	日光地域	4日(月)	午前9時30分～11時	日光福祉保健センター
	大沢地区	8日(金)		大沢地区センター
	塩野室地区			塩野室支所
	藤原地域	12日(火)		午前10時～10時30分
ポリオ予防接種 ※母子健康手帳持参	今市地域全地区	1日(金)	午後2時～2時50分	今市保健福祉センター
		4日(月)	午後1時45分～2時15分	日光福祉保健センター
	日光地域	5日(火)	午後1時45分～2時15分	銅やまなみ館
	足尾地域			今市保健福祉センター
	今市地域全地区	6日(水)	午後2時～2時50分	今市保健福祉センター
		日光地域	7日(木)	午後1時45分～2時15分
	藤原地域	8日(金)	午後1時～1時30分	藤原保健センター

- ◆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、健康課まで必ずご連絡ください。
- ◆ポリオ予防接種…平成22年1月1日～6月30日生まれ、または7歳半未満で2回投与していない乳幼児が対象です。なお、下痢をしている乳幼児は接種できません。

10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

元気予報

今市医師団幹事
沼尾医院 沼尾弘寿

口腔アレルギー症候群(果物アレルギー)

秋は果物のおいしい季節です。しかし果物や野菜を食べると、唇が腫れたり、口の中がかゆくなったり、のどの違和感を訴える人たちがいます。これは口腔アレルギー症候群という病気で、原因となる食べ物が口腔粘膜に直接接触することで生じるアレルギー反応です。多くは口腔内の症状のみで15分ほどで改善しますが、眼や鼻の花粉症様の症状や腹痛、嘔吐、下痢などの消化器症状、さらに、じんましんやぜんそく発作、呼吸困難などを起こすことがあります。

口腔アレルギー症候群は花粉症との関連が深く、原因食品は花粉症の原因花粉類と交差抗原性(アレルギーの原因となる物質が共通して含まれていること)があることが知られています。花粉症にかかっている期間が長い人ほど、発症する割合が高くなります。北海道に多い白樺花粉症とバラ科の果物(リンゴやモモ、サクランボ、ナシ、イチゴなど)、ブタクサ花粉症とウリ科の植物(メロンやスイカ、キュウリなど)、スギやヒノキ花粉症とトマトなどが関連しています。また、ゴム(ラテックス)アレルギーとも関連があり、バナナやアボガド、キウイ、クリなどがいわれています。そのほかにもオレンジやパイナップル、レモンなどの果物や、ジャガイモやセロリ、ニンジン、ニンニク、ナス、クルミなどでも発症することがあります。また、花粉症やゴムアレルギーが無くても発症することがあります。

口腔アレルギー症候群は近年増加しています。まだ未解明のことも多く、効果的な予防・治療法は確立していません。現状では、原因が明らかでない果物や野菜は控えること、もし口にして違和感を感じた時はすぐに出してうがいをして、その食物を食べないようにすることなどです。ただし、アルゲンとなる果物、野菜のたんばくは高温と低温に弱いので、加熱したものや、缶詰の場合は大体食べられます。