

12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

元氣予報

今市医師団幹事
沼尾医院 沼尾弘寿



COPD(慢性閉塞性肺疾患)

10月からのタバコの値上げを機会に、禁煙を決心された方も少なくないと思います。今回は「タバコ病」といわれるCOPDについて説明します。COPDの患者の90%以上は喫煙者で、長年にわたる喫煙が大きく影響するという意味で「肺の生活習慣病」ともいわれています。喫煙指数(一日に吸うタバコの本数×喫煙している年数が70を超えるとCOPDになる危険性が高くなります。咽頭癌や肺癌の危険性も高まります。また、タバコを吸わない人でも4.7%の人がCOPDにかかっています。これは副流煙による受動喫煙の可能性があります。副流煙には主流煙よりも有害物質(タール、トルエン、メタンなど)が多く含まれています。大気汚染や粉塵、化学物質などもCOPDの原因になります。

COPDは、有害な空気を吸い込むことによって、空気の通り道である気道(気管支や、酸素の交換を行う肺(肺胞)などに障害が生じる病気です。それぞれ慢性気管支炎、肺気腫ともいわれます。その結果、空気の出入れがうまくいか

なくなることで、通常の呼吸ができなくなり、階段の上り下りなど体を動かしたときに息切れを感じたり、風邪でもないのに咳や痰が続いたりすることが主な症状です。進行すると少し動いただけでも息切れし、日常生活もままならなくなり、さらに進行すると呼吸不全を起こし、命にかかわることもあります。また、全身性炎症や心・血管疾患、骨粗しょう症、糖尿病などを併発しやすいともいわれています。現時点でCOPDを根本的に治し、元の健康的な肺に戻す治療法はありません。少しでも早期に診断を受け適切な治療を開始することで、健康状態の悪化と日常生活への障害を防ぐことができます。治療は、禁煙や薬物療法、呼吸リハビリテーションなどで、重症化した場合には酸素療法や外科的療法も行われます。自分のため、そして周囲の人のためにも禁煙をしましょう。

乳幼児健康診査・相談

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	8日(水)	午後1時~1時30分	今市保健福祉センター
	日光地域	15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	16日(木)	午後1時~1時30分	今市保健福祉センター
藤原地域	20日(月)	今市保健福祉センター		
8か月児健診	今市・塩野室	2日(木)	午後1時15分~1時30分	日光福祉保健センター
	豊岡・落合・大沢	9日(木)		藤原保健センター
	日光地域	15日(水)	午後1時~1時30分	今市保健福祉センター
1歳6か月児健診	今市・塩野室	15日(水)	午後1時~1時30分	日光福祉保健センター
	豊岡・落合・大沢	17日(金)		今市保健福祉センター
2歳児歯科健診	今市地域全地区	1日(水)	午後1時~1時15分	日光福祉保健センター
	藤原地域	9日(木)		藤原保健センター
	日光地域	16日(木)	午後1時~1時30分	日光福祉保健センター
3歳児健診	日光地域	1日(水)	午後1時~1時30分	藤原保健センター
	藤原地域	21日(火)		今市保健福祉センター
	今市・塩野室	22日(水)	午後10時30分~11時	湯西川公民館
12か月児相談	栗山地域	2日(木)	午前9時30分~10時	日光福祉保健センター
	日光地域	13日(月)	午前10時~10時30分	藤原保健センター
	藤原地域	14日(火)	午前9時~10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	今市地域全地区	16日(木)	午前10時30分~11時	湯西川公民館
	栗山地域	2日(木)	午前9時30分~11時	日光福祉保健センター
	日光地域	13日(月)	午前10時~10時30分	藤原保健センター

◆健診・相談の対象児は、受診日に対象月齢・年齢に達している乳幼児です。
◆健診・相談ともと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。

成人健康相談

内容	とき	受付時間	会場
総合健康相談 ※栄養相談を含む	3日(金)	午前9時30分~10時30分	今市保健福祉センター
	14日(火)	午前10時~正午	藤原保健センター

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
10日(金)	日光総合会館	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】

◆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。

市保健施設・診療所の年始年末休業日

市の保健福祉施設・診療所の年末年始の休業日は下記のとおりです。
ご不明な点がある場合は、休業前にご確認ください。

施設名	電話番号	28日(火)	29日(水)	30日(木)	31日(金)	1日(土)	2日(日)	3日(月)	4日(火)
今市保健福祉センター	☎21-2756		休	休	休	休	休	休	
日光福祉保健センター	☎54-2143		休	休	休	休	休	休	
小来川診療所	☎63-3061		休	休	休	休	休	休	
奥日光診療所	☎55-0501		休	休	休	休	休	休	
三依診療所	☎79-0321	休	休	休	休	休	休	休	休
湯西川診療所	☎98-0305		休	休	休	休	休	休	
栗山診療所	☎97-1014		休	休	休	休	休	休	

12月の休日当番医

医科

- ◆4日(土)午後5時~6日(月)午前8時
獨協医大日光医療センター ☎76-1515
- ◆11日(土)午後5時~13日(月)午前8時
川上病院 ☎22-2311
- ◆18日(土)午後5時~20日(月)午前8時
森病院 ☎22-1024
- ◆23日(木)午前8時~24日(月)午前8時
獨協医大日光医療センター ☎76-1515
- ◆25日(土)午後5時~27日(月)午前8時
今市病院 ☎22-2200
- ◆29日(水)午前8時~30日(木)午前8時
獨協医大日光医療センター ☎76-1515
- ◆30日(木)午前8時~31日(金)午前8時
獨協医大日光医療センター ☎76-1515
- ◆31日(金)午前8時~1月1日(土)午前8時
今市病院 ☎22-2200

歯科

診療時間…午前10時~午後4時

- ◆5日(日)
安西デンタルクリニック ☎21-0008
- ◆12日(日)
荒神橋のだ歯科医院 ☎22-8211
- ◆19日(日)
柴田歯科クリニック ☎21-0664
- ◆23日(木)
いわせ歯科口腔外科クリニック ☎32-7311
- ◆26日(日)
みやさか歯科クリニック ☎26-6474
- ◆30日(木)
船越歯科医院 ☎53-1330
- ◆31日(金)
中村歯科医院 ☎21-0675

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)
※年末年始の診療は、12月31日(金)と1月2日(日)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26日(日)は、通常どおり診療を行います。