

## 5月の休日当番医

**3日(土)**  
 医 獨協医大日光医療センター ☎76-1515  
 歯 齋藤歯科医院 ☎54-1122

**4日(日)**  
 医 獨協医大日光医療センター ☎76-1515  
 歯 柴田歯科クリニック ☎21-0664

**5日(月)**  
 医 日光市民病院 ☎50-1188  
 歯 宮本歯科医院 ☎26-3700

**6日(火)**  
 医 川上病院 ☎22-2311  
 歯 片岡歯科医院 ☎53-1999

**11日(日)**  
 医 川上病院 ☎22-2311  
 歯 吉原歯科医院矯正歯科 ☎22-6480

**18日(日)**  
 医 森病院 ☎22-1024  
 歯 みむら歯科医院 ☎22-9322

**25日(日)**  
 医 今市病院 ☎22-2200  
 歯 みやさか歯科クリニック ☎26-6474

※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  
 ※休日急患子ども診療所(☎30-7299)・・・日曜日・祝日・振替休日  
 に診療を行っています。

## ✦ 予防接種 ✦

内容	対象児	対象地域(地区)	とき	受付時間	会場
ポリオ 予防接種	下欄 参照	藤原地域	8日(木)	午後1時～1時30分	藤原
		栗山地域	20日(火)	午後1時15分～1時30分	湯西川
		足尾地域	21日(水)	午後1時30分～2時	足尾
		今市地域全地区	22日(木)	午後2時～2時50分	今市
		日光地域		午後1時45分～2時30分	日光
		今市地域全地区	23日(金)	午後2時～2時50分	今市
		今市地域全地区	26日(月)	午後2時～2時50分	今市
		日光地域	27日(火)	午後1時45分～2時30分	日光
今市地域全地区	28日(水)	午後2時～2時50分	今市		
BCG 接種	下欄 参照	今市地域全地区	13日(火)	午後2時～2時50分	今市
		日光地域	15日(木)	午後1時45分～2時30分	日光

会場 今市：今市保健福祉センター、日光：日光福祉保健センター、  
 藤原：藤原保健センター、足尾：銅やまなみ館、湯西川：湯西川公民館  
 ◇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られる場合は、事前にお住まいの地域の担当課に必ずご連絡ください。  
 ◇ポリオ予防接種(母子健康手帳持参)・・・平成19年7月1日～12月31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。なお、下痢をしている場合は受けられません。  
 ◇BCG接種(母子健康手帳持参)・・・3～6か月未満の乳児が対象。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。

## ✦ 成人健康相談 ✦

内容	とき	ところ	受付時間
成人総合相談	12日(月)	今市保健福祉センター	午前9時30分～10時30分
	13日(火)	銅やまなみ館	午前10時～正午
	毎週月曜日 ※6日を除く	藤原保健センター	午前9時30分～11時30分
	30日(金)	栗山保健センター	午前10時～正午
成人栄養相談	12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
元気アップ教室	29日(木)	女性サポートセンター	午前9時～9時30分

免疫力を獲得・強化していきま  
 す。感染症などにあまりかか  
 ておらず、学習していない子ど  
 もは、病気に対する防御力が弱  
 く、免疫の制御もうまくできま  
 せん。細菌やウイルスの情報と  
 その対策を繰り返し学習し、そ  
 れを制御する術を身につけて、  
 成長と共に免疫力を鍛え上げて  
 いくのです。  
 近年、日本では清潔が度を過  
 ぎてしまい、細菌やウイルスな  
 どに接する機会が少なくなった  
 といわれています。そのため、  
 免疫力を訓練することができず、  
 免疫力の低下が懸念されていま  
 す。昨年、大学生の間ではしか  
 が流行しましたが、これは多く  
 の大学生がはしかに対する免疫  
 が弱かったことが原因です。予  
 防接種をしていても、繰り返し  
 訓練しないと、免疫力は維持・  
 向上できません。花粉症やアト  
 ピー性皮膚炎の増加は、免疫制  
 御がうまくできないことで起  
 こったと考えられますし、若い  
 時に十分な訓練ができていない  
 と、免疫力が発達できず、癌に  
 対する免疫に影響することも考  
 えられます。免疫力を鍛え上げ  
 維持するには、「自然」の中で  
 生活することが大切です。

## ✦ 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	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
	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
8か月児健診	今市・塩野室	15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	22日(木)		
	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
	藤原地域	29日(木)	午後1時～1時30分	藤原保健センター
12か月児相談	日光地域	12日(月)	午前9時30分～10時30分	日光福祉保健センター
	藤原地域	13日(火)	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
	足尾地域	30日(金)	午前9時30分～10時	銅やまなみ館
	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
1歳6か月児 健診	足尾地域	13日(火)	午後1時10分～1時30分	銅やまなみ館
	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)	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)	午後1時～1時30分	藤原保健センター
2歳児 歯科健診	栗山地域	30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	8日(木)	午後1時～1時30分	今市保健福祉センター
	足尾地域	13日(火)	午後1時10分～1時30分	銅やまなみ館
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	栗山保健センター
	栗山地域		午後1時～1時30分	藤原保健センター
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
	足尾地域	30日(金)	午前9時30分～10時	銅やまなみ館
親子の 健康相談 ※母子健康 手帳持参	今市地区	2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	9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	12日(月)	午前10時～11時30分	日光福祉保健センター

◇各健診の対象児は、受診日に対象月齢・年齢に達した乳幼児です。  
 ◇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られる場合は、事前  
 にお住まいの地域の担当課に必ずご連絡ください。

# 5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

## 【免疫力】



原稿：今市医師団

人には感染症や癌などの病気  
 から、身を守る能力が備わって  
 います。それが免疫力です。体  
 内に細菌やウイルスなどが入っ  
 てくると、体の中の免疫担当細  
 胞がそれを感じて分析し、そ  
 の情報をいろいろな細胞に伝え、  
 侵入者を攻撃し排除しようとし  
 ます。この攻撃を制御する免疫  
 担当細胞も存在し、これによつ  
 て攻撃が秩序あるものとなつて  
 います。攻撃が正しく行われな  
 いと、感染症や癌にかかってし  
 まいますし、攻撃が制御されな  
 いと、アレルギー反応などを起  
 こしてしまいます。  
 この免疫の力は強く、細菌な  
 どが多くいる環境の中で、人間  
 が進化しながら長い年月をかけ  
 て獲得してきました。私たちは、  
 小さい頃から風邪にかかったり  
 傷が化膿したりして、繰り返し  
 免疫細胞が刺激を受け、学習し、