

6月の休日当番医

1日(日)
 医 獨協医大日光医療センター
 ☎76-1515
 歯 小林歯科医院 ☎22-0303

8日(日)
 医 獨協医大日光医療センター
 ☎76-1515
 歯 鈴木歯科医院 ☎21-0225

15日(日)
 医 川上病院 ☎22-2311
 歯 てがが歯科医院 ☎53-1956

22日(日)
 医 森病院 ☎22-1024
 歯 きりふり・宮川歯科医院
 ☎53-0366

29日(日)
 医 今市病院 ☎22-2200
 歯 森田歯科医院 ☎30-3113

※ 医は内科、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内
 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

とき	会場	受付時間	①	②	③	④	⑤	⑥
2日(月)	今市保健福祉センター	午前6時30分～10時30分	○	○				
3日(火)	藤原保健センター	午前7時30分～10時30分	○	○	○	○	○	○
4日(水)	皇海荘地域交流ホーム	午前8時～10時30分	○	○	○	○		
5日(木)	大沢小学校	午前6時30分～10時30分	○	○	○	○	○	
6日(金)	奥日光コミュニティセンター	午前8時30分～10時30分	○	○	○	○		
9日(月)	横川公民館	午前9時～10時30分	○	※	○			
10日(火)	鶏頂地区活性化センター	午前9時～10時30分	○	○	○	○		
11日(水)	所野コミュニティセンター	午前7時30分～10時30分	○	○	○	○		
12日(木)	足尾市民センター	午前8時～10時30分	○	○	○	○	○	○
13日(金)	今市保健福祉センター	午前6時～10時30分	○	○	○	○		
14日(土)	今市保健福祉センター	午前6時～10時30分	○	○	○	○		
16日(月)	今市保健福祉センター	午前6時～10時30分	○	○				
18日(水)	足尾児童館	午前8時30分～10時30分	○	○	○	○		
19日(木)			○	○	○	○		
20日(金)	日光体育館	午前8時～10時30分	○	○	○	○		
21日(土)			○	○	○	○		
23日(月)	今市保健福祉センター	午前7時～10時30分						○
24日(火)	銅やまなみ館	午前7時～10時30分	○	○	○	○		
25日(水)	南原コミュニティセンター	午前6時～10時30分	○	○	○	○		
26日(木)	大原集会所	午前7時30分～10時30分	○	○	○	○		
27日(金)	清滝体育館	午前8時～10時30分	○	○	○	○		
28日(土)	今市保健福祉センター	午前7時30分～10時30分	○	○	○	○		

◆※印の横川公民館は、子宮・マンモグラフィ検査はありません。超音波のみです。
 ◆■の色付きの日は女性のための健診日です。
 ◆受診票は、各健診日の約3週間前に対象者へ郵送します。
 ①特定健康診査(40歳～74歳までの方)、はつらつ健康診査(75歳以上の方)、
 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)】 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

内容	とき	ところ	受付時間
成人総合相談	9日(月)	今市保健福祉センター	午前9時30分～10時30分
	23日(月)	銅やまなみ館	午前10時～正午
	毎週月曜日	藤原保健センター	午前9時30分～11時30分
成人栄養相談	12日(木)	湯西川公民館	午前10時～正午
	2日(月)	藤原保健センター	午前9時30分～11時30分
元氣アップ教室	25日(水)	今市保健福祉センター	午前9時～正午
	3日(火)	所野コミュニティセンター	
	13日(金) 16日(月)	日光福祉保健センター	午前9時15分～9時30分

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	18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	26日(木)		
	日光地域	26日(木)	午後1時～1時15分	日光福祉保健センター
8か月児健診	藤原地域	30日(月)	午後1時～1時30分	藤原保健センター
	今市・塩野室	12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	19日(木)		
12か月児相談	日光地域	26日(木)	午後1時15分～1時30分	日光福祉保健センター
	日光地域	9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	10日(火)	午後1時～1時30分	藤原保健センター
	栗山地域	12日(木)	午後1時15分～1時30分	湯西川公民館
	今市地域全地区	26日(木)	午前9時～10時	今市保健福祉センター
	今市・塩野室	11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	豊岡・落合・大沢	20日(金)		
	今市地域全地区	5日(木)	午後1時～1時30分	今市保健福祉センター
2歳児 歯科健診	藤原地域	13日(金)	午後1時～1時30分	藤原保健センター
	栗山地域			
	日光地域	25日(水)	午前9時30分～10時15分	日光福祉保健センター
	足尾地域			
3歳児健診	日光地域	4日(水)	午後1時～1時15分	日光福祉保健センター
	藤原地域	23日(月)		藤原保健センター
	今市・塩野室	25日(水)	午後1時～1時30分	今市保健福祉センター
乳幼児相談	豊岡・落合・大沢	27日(金)		
	藤原地域	10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	栗山地域	12日(木)	午後1時15分～1時30分	湯西川公民館
	今市地区	6日(金)	午前9時～11時	今市保健福祉センター
すくすく赤ちゃん相談	豊岡地区			豊岡支所
	落合地区	13日(金)	午前9時30分～11時	落合公民館
ポリオ予防接種	大沢地区			大沢公民館
	塩野室地区			塩野室支所
BCG接種	日光地域	9日(月)	午前10時～11時30分	日光福祉保健センター
	藤原地域	24日(火)	午後1時～1時30分	藤原保健センター
B C G接種	藤原地域	16日(月)	午後1時～1時30分	藤原保健センター
	今市地域全地区	19日(木)	午後2時～2時50分	今市保健福祉センター

◆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。
 ◆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。

6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

元氣予報



原稿：今市医師団

【気管支ぜんそく】

ぜんそくは、空気の通り道である気道(気管や気管支)が狭くなり、空気の流れが妨げられ、呼吸が苦しくなる病気です。さらにぜんそくの患者さんの気道はいつも粘膜に炎症(むくみ、腫れている状態)がおきているため、健康な人と比較して10～100倍くらい敏感でわずかな刺激でも強く反応します。そのため、タバコの煙や室内のダニ、カビ、動物の毛などの刺激によって、気管支の平滑筋が刺激され収縮を起こし、また痰が多くなることにより、気道が狭くなり空気の通りが悪くなってしまうのです。そのほか刺激になる原因として、気道感染や冷気、運動気象の変化やストレスなどの心理的問題などもあります。
 小児ぜんそくの特徴はアトピー型が8～9割を占めています。

アトピーとはアレルギー体質のある家族に見られる色々なアレルギーの病気を総称しています。小児では、そうした遺伝的、家族的な要素をもつ典型的なアレルギー性のぜんそくが多いのが特徴です。
 治療においては、ぜんそくは風邪や急性気管支炎などと違い慢性疾患であるので、普段の定期的な長期管理が大切になります。具体的には、炎症を抑え、症状を予防する長期管理薬が主流になります。発作治療薬(気管支拡張薬)のみで定期的な治療を受けていないと風邪や気温の変化などで急に発作が起きたりひどくなる場合があります。「発作がすぐ治まるから治療しなくても大丈夫」と安心してはいけません。

また最近乳幼児のぜんそくにおいて早期診断、早期治療により、難治性ぜんそくへの移行を減少させることが明らかにになり、さらに治療率を高める可能性も注目されております。
 薬物療法以外に、ダニやネコなどのアレルギーに対する環境整備やスイミングなどで自律神経を鍛えることも重要な治療法の一つです。