

| | | | | |
|----------|-------------------|-------------------|-----|----------------|
| 献 血 | ※日程が変更になることがあります。 | | | |
| と き | と ころ | 時 間 | 内 容 | 主 催 |
| 1月15日(火) | 上尾市役所 | 午前9時30分～正午、午後1～4時 | 全血 | 上尾市(☑当日、直接会場へ) |

平日夜間・休日診療

【平日夜間診療】

小児科・内科

「平日夜間及び休日急患診療所」(緑丘2-2-27上尾医療センター内、☎774-2661・☎772-1353)で行っています。

- ▶診療日 月～金曜日(祝日を除く)
- ▶診療時間 午後8～10時(受け付けは午後8時～9時30分)

【休日診療】

小児科・内科・外科

「平日夜間及び休日急患診療所」(上記参照)で行っています。

- ▶診療日 日曜日・祝日・年末年始
- ▶診療時間 午前9時～正午、午後1～4時(受け付けは午前11時30分まで、午後は3時30分まで)

【歯科】

「北足立歯科医師会休日診療所」(鴻巣市赤見台1-15-23、☎048-596-0275)で行っています。

- ▶診療日 日曜日・祝日
- ▶診療時間 午前9時30分～午後0時30分

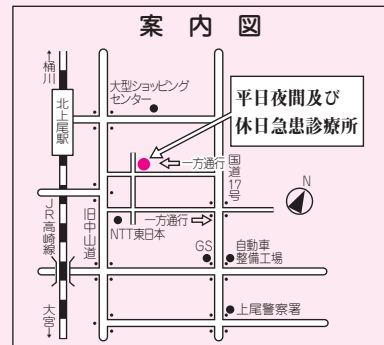
【休日】

産婦人科

| 2月 | 当 番 医 |
|----------------------|------------------------------------|
| 3日 | 上尾中央総合病院 ☎773-1111・☎773-7122 |
| 10日 | ひらしま産婦人科 ☎722-1103・☎722-1146 |
| 11日 | ナラヤマレディースクリニック ☎771-0002・☎771-3922 |
| 17日 | 木下産婦人科クリニック ☎787-5533・☎787-3801 |
| 24日 | 上尾中央総合病院 ☎773-1111・☎773-7122 |
| ▶診療時間 午前9時～正午、午後1～4時 | |

◆広報掲載の後、当番医の変更が生じる場合もあります。各新聞の埼玉版休日医欄も参考の上、お出掛けください。

●こんな時には、埼玉県救急医療情報センターの県民案内サービスのご利用を！
 ①救急車を呼ぶほどではないが、緊急に受診が必要なとき
 ②休日・祝日、夜間などのとき
 ③どこで診てもらえばよいか分からないとき
 診療が可能な医療機関をご案内します。
 ▶電話番号 824-4199(24時間対応)
 医療機関・薬局の情報は、県ホームページの埼玉県医療機能情報提供システム(☎http://www.iryu-kensaku.jp/saitama/)も併せてご利用ください。
 ●子どもの急な病気に困ったら小児救急電話相談に相談を！
 子どもの急病時(発熱、下痢、嘔吐など)の家庭での対処法や受診の必要性について、看護師が電話で相談に応じます。
 ▶相談日時 月～土曜日/午後7時～翌朝7時
 日曜日・祝日・年末年始/午前9時～翌朝7時
 ▶電話番号 #8000(NTTプッシュ回線)
 833-7911(ダイヤル回線、IP電話、ひかり電話)



380

認知症

今月の健康

認知症は何らかの原因で脳の神経が傷つけられ、記憶力や生活能力が低下する病気です。近年の高齢化に伴い、現在全国には300万人もの認知症患者がいると推定されています。

認知症は、脳の神経細胞に異常なタンパクがたまるアルツハイマー型認知症や、脳梗塞によって周囲の神経細胞が傷つけられて起こる血管性認知症と両者の合併型が全体の9割を占めています。しかしその他にもさまざまな原因で起こる認知症があり、中には治療可能なものもあります。

打撲などにより頭蓋骨と脳の間には血液がたまる慢性硬膜下血腫、脳脊髄液が脳の隙間に過剰にたまる正常圧水頭症、甲状腺機能低下症などによって起こる認知症は、原因になった病気を治療することで認知症自体を改善することができます。また血管性認知症やアルツハイマー型認知症は、バランスの取れた食事と規則的な運動を続け、高血圧、糖尿病、高脂血症などの生活習慣病を防ぐことで、発病しにくくなる可能性があると言われています。

最近ではアルツハイマー型認知症に使える薬の種類も増え、患者さんの病状に合わせた薬の選択ができるようになってきます。これらの薬は認知症自体を回復させるわけではありませんが、病気の進行を遅らせたり、病気に伴う問題行動を軽減することで介護を容易にするなどの効果が認められています。

どんな治療や介護が必要かを判断するには、まず正確な診断が必要です。かかりつけの医師に相談の上、必要なら専門医の診察を受けて症状を正確に診断し、患者さんやご家族にとってよりよい生活が送れるようにしましょう。

上尾市医師会

けんこうガイド | 11・12月

内=内 容
対=対 象
定=定 員
持=持 ち
費=費 用
申=申し込み

健康推進課(保健センター内) 〒362-0074 春日2-10-33 ☎774-1411 ☎776-7355

| 母子保健 | とき・ところ | 内容・対象・持ち物 | 備 考 |
|------------------|---|--|--|
| 10か月児健康相談 | 1月23日(水) 保健センター 午前9～10時 | 対平成24年3月の出生児 持母子健康手帳、おむつ、バスタオル | 申当日、直接会場へ ※発熱時や感染性疾患の疑いのある人はご遠慮ください。 |
| 乳幼児健康相談 | 1月17日(木) 保健センター 午前9時30分～10時30分 | 対就学前までの乳幼児 持母子健康手帳、おむつ、バスタオル | 申当日、直接会場へ ※発熱時や感染性疾患の疑いのある人はご遠慮ください。 |
| 妊婦教室 (両親学級併設) | 2月6日(水) 保健センター 2月13日(水) 午前9時30分～午後3時15分 | 対平成25年5～8月に出産予定の人(2日間で1コース(2日目はパートナーの受講も可)) | 定30組(先着順) 申電話で健康推進課へ(予約制) |
| 両親学級 | 2月3日(日) 保健センター 午前9時30分～午後3時15分 | 対平日に妊婦教室に参加できない平成25年4～9月に出産予定の妊婦とそのパートナー 内出産準備の話、もく浴実習 | 定20組(先着順) 申1月8日(火)から電話で健康推進課へ(予約制) |
| 育児教室 | 3月6日(水) 保健センター 3月13日(水) 1日目/午前9時30分～正午 2日目/午後1～4時 | 内親子の遊び、救急処置、簡単な離乳食、気を付けてほしい症状 対平成24年6月1日～8月31日の出生児 | 申往復はがきに住所、親子の氏名、乳児の生年月日、電話番号、日程を記入して、2月6日(水)まで(必着)に保健センター「育児教室」係へ ※返信用の住所・氏名を記入してください。 |
| フッ素塗布 | 1月24日(木) 平方支所 1月30日(水) 保健センター 午後1時15分～2時 | 内歯科健診(1歳6か月児健康診査など)を受診した就学前の児童 ※6カ月間隔で塗布できます。 持母子健康手帳、タオル、歯ブラシ | 費1,365円 申当日、直接会場へ ※事前に必ず歯を磨いてきてください。 |
| ヒブ・小児用肺炎球菌ワクチン接種 | 生後2カ月～5歳未満の乳幼児を対象に市内実施医療機関で無料接種を行っています。予診票は保健センター、市内実施医療機関に設置しています。任意接種なので希望する場合は、必要性を理解した上で、本人の体調の良い時に受けてください。 | | |
| 子宮頸がん予防ワクチン接種 | 無料接種対象は、平成8年4月2日～12年4月1日生まれの女子です。接種を希望する人は、市ホームページをご覧ください。 ※平成25年4月以降の補助は未定です。 | | |

| 成人保健 | とき・ところ | 内容・対象・持ち物 | 備 考 |
|----------------------|---|---|--|
| 健康ライフ 応援相談 | 1月22日(火) 保健センター 午前9時10分～10時10分 | 内保健師・栄養士などによる個別相談 対健診結果、生活習慣病予防に関心のある人 | 定4人 申電話で健康推進課へ(予約制) |
| 健診結果説明会 | 1月22日(火) 原市公民館 午前1～3時 | 内保健師・栄養士による健康相談 対健診結果、生活習慣病予防に関心のある人 | 定人数が多い場合、個別相談は先着20人 申当日、直接会場へ |
| 栄養教室 | 1月21日(月) 保健センター 午後1時30分～3時30分 | 内メタボ予防のための栄養指導 対自分の食生活が気になる人 | 定10人 申電話で健康推進課へ(予約制) |
| 運動教室 | 1月22日(火) 保健センター 2月7日(木) 午後1時30分～3時30分 | 内メタボ予防のための運動指導 対40～64歳の人 ※現在治療中の人は医師の許可が必要です。 | 定20人 申電話で健康推進課へ(予約制) |
| 精神科医師による こころの健康相談 | 1月25日(金) 保健センター 2月8日(金) 午後1～3時 | 内保健師・精神科医師による面接相談 対精神面で心配がある人と家族 | 定3組 申電話で健康推進課へ(予約制) ※申込時に相談内容を確認します。 |
| 臨床心理士による こころの悩み相談 | 1月21日(月) 保健センター 2月5日(火) 午前9時～午後4時 | 内臨床心理士・保健師による面接相談 対対人関係に悩んでいる、眠れないなどのこころの悩みを抱えている人 | 定4組 申電話で健康推進課へ(予約制) |
| 統合失調症の 家族サロン | 1月17日(木) 保健センター 午後1時30分～3時 | 内共通の悩みを持つ家族の話し合い 対統合失調症患者の家族 | 申当日、直接会場へ |
| 集団検診 各種健康診査 | 胃がん検診は1月24日(木)まで実施しています。日程、申し込み方法など、詳しくは『上尾市健康カレンダー』または市ホームページをご覧ください。その他の集団検診・各種健康診査は終了しました。 | | |
| 個別検診 | 乳がん検診(無料クーポン)を除き、本年度の個別検診は終了しました。 | | |