

# けんこうガイド | 2・3月

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

☑=内 容  
☑=対 象  
☑=定 員  
☑=持 ち 物  
☑=費 用  
☑=申し込み

母子保健	とき・ところ	内容・対象・持ち物	備 考
フッ素塗布	2月28日(火) 保健センター	☑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人(6カ月間隔で塗布できます) ☑母子健康手帳、タオル、歯ブラシ	☑1,365円 ☑当日、直接会場へ ※事前に必ず歯を磨いてきてください。
	午後1時15分～2時		
10か月児健康相談	2月29日(水) 保健センター	☑平成23年4月の出生児 ☑母子健康手帳、おむつ、バスタオル	☑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。
	午前9～10時		
4か月児健康診査 1歳6か月児健康診査 3歳児健康診査	対象者には個別通知。転入してきた人、通知が届いていない人は、お問い合わせください。 ※日程など詳しくは、『予防健診一覧 23年12月～24年3月』または市ホームページをご覧ください。		
ヒブ・小児用肺炎球菌ワクチン接種	昨年4月から市内実施医療機関での無料接種が始まっています。保健センター、こども支援課(市役所2階⑤番窓口)、各支所・出張所にチラシを設置しています。市ホームページでもお知らせしています。予診票は市内実施医療機関に設置しています。		
子宮頸がん予防ワクチン接種	無料接種対象は、平成7年4月2日～11年4月1日生まれの子供です。接種回数は3回です。ことし3月31日(土)までに接種を開始した場合は、残りの回数も無料で接種できます。詳しくは市ホームページをご覧ください。		

成人保健	とき・ところ	内容・対象・持ち物	備 考
総合健康相談	3月6日(火) 市役所ロビー	☑保健師・栄養士による健康相談 ☑健康面で心配がある人 ☑健康手帳(持っている人)	☑当日、直接会場へ
	午前9時30分～10時30分		
臨床心理士による こころの悩み相談	2月28日(火) 保健センター	☑臨床心理士・保健師による面接相談 ☑何となく元気がない、眠れない、ついお酒に頼ってしまう、もしかしたら「うつ」かな?、対人関係に悩んでいる、育児・介護などに疲れてしまったなどの心の悩みを抱えている人	☑4組 ☑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。
	3月13日(火)		
精神科医師による こころの健康相談	3月9日(金) 保健センター	☑保健師・精神科医師による面接相談 ☑精神面で心配がある人と家族	☑3組 ☑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。
	午後1～3時		
統合失調症患者の 家族サロン	2月16日(木) 保健センター	☑共通の悩みを持つ家族の話し合い ☑統合失調症患者の家族	☑当日、直接会場へ
	午後1時30分～3時		
うつの家族サロン	3月8日(木) 保健センター	☑共通の悩みを持つ家族の話し合い ☑うつ病患者の家族	☑当日、直接会場へ
	午後1時30分～2時30分		

## 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】

#### 内科・小児科・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

3月	当 番 医
4日	木下産婦人科クリニック ☎787-5533・☎787-3801
11日	上尾中央総合病院 ☎773-1111・☎773-7122
18日	ひらしま産婦人科 ☎722-1103・☎722-1146
20日	ナラヤマレディースクリニック ☎771-3659・☎771-3922
25日	木下産婦人科クリニック ☎787-5533・☎787-3801

▷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7～11時

日曜日・祝日・年末年始/午前9時～午後11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)



369

## 口腔のがん

## 今月の健康

あまり知られてはいませんが、口の中にもがんができません。日本では口腔がんはがん全体の2割に過ぎませんが、直接生命に関わる重大な病気です。また最悪の事態は避けられた場合でも、「食べる」「飲む」「呼吸する」などといった私たちの生活に直接深く結び付いている口の働きが大きく妨げられ、「生活の質」が著しく低下してしまうことがあります。

口腔がんは痛みを伴わないものが多く、口内炎と区別がつかないことがあります。口内炎は通常長くても2週間程度で治りますが、持続する場合は注意が必要です。歯肉からの出血は、歯周病との区別が必要です。

また舌や歯肉、頬の粘膜が赤くなったり、白くなったりする症状がある場合、粘膜の状態ががんを発生しやすい状態に変化した「前がん病変」の可能性があります。

かみづらさや頬・舌の動かしづらさを感じる、舌などにしびれや麻痺を感じるなどの変化が現れることもあります。

口の中は鏡などを使えば、自分で簡単に見ることができません。口腔がんは胃がんや肺がんなどと違い、直接目で見て調べることはできません。比較的早期発見が容易ながんといえます。口の中を日常的にチェックし、異常を発見した時はすぐに歯科医院や歯科口腔外科を受診しましょう。

北足立歯科医師会

