

精神障害者デイケア

精神障害者の社会参加の場として、デイケア事業を実施します。

集団活動を通して、生活リズムの改善、友だちづくりや社会生活への復帰を支援します。

と き／毎週木曜日 午前9時～11時30分

ところ／土浦保健センター

内 容／運動、調理、創作活動、野外訓練など

対象者／統合失調症で通院治療中の方（主治医の了解が得られる方）

申込方法／電話で

こころの相談

私たちは、日々さまざまなストレスにさらされながら生活しています。“こころ”が不調でも、受診や相談ができず、悩んでいますか。

「こころの相談」では、精神科医師がこころの不調で悩んでいる方やその家族の方などの相談に応じます。

と き／毎月第1火曜日 午後1時～3時

ところ／土浦保健センター

申込方法／電話で



ひきこもり専門相談

「中学・高校の時に不登校で今も引きこもっている」、「仕事をして長続きしない」、「親と会話がなくずっと部屋にこもっている」など、ひきこもりで悩んでいますか。ひきこもり者支援に関する情報提供など、ご本人・ご家族の方々からのご相談に応じます。

と き／毎月第2月曜日 午前10時30分～正午

ところ／土浦保健所

費 用／無料

申込方法／電話で（1日1回）

肝炎インターフェロン

治療費助成制度について

4月1日から肝炎インターフェロン治療にかかる医療費の一部が助成されることになりました。助成の対象は、B型およびC型肝炎ウイルス肝炎でインターフェロンの治療をされており、県内に住民登録されており、国民健康保険などの各種医療保険に加入している方です。

助成の内容は、インターフェロン治療にかかる自己負担額から、所得に応じた自己負担限度額を除いた額を助成します。

申請手続きは、保健所に、世帯全員の住民票、健康保険証などの必要な書類を揃えて提出してください。

申問 土浦保健所（☎821-5516）

健康教室

頭痛について

土浦市医師会

塚田篤郎（県南病院）

頭痛は我々脳神経外科を受診される患者さんの主訴の中で最も多い症状です。国際頭痛分類によれば頭痛は一次性頭痛（機能的頭痛など）と二次性頭痛（症候性頭痛など）に大別されます。実際に頻度が多いのは前者で、怖いのは後者です。

それぞれについて説明します。まず、怖い方の症候性頭痛とは、何らかの病気が脳、脳血管、脊髄などにあるため、頭痛が起こるもので、代表的なものには脳動脈瘤破裂によるクモ膜下出血、脳出血のような脳血管障害や、頭部外傷、脳腫瘍、頸椎疾患などがあります。特にクモ膜下出血の場合は何の前触れもなく、今まで経験したことのないバットで殴られたような激頭痛が突然発症して、嘔気嘔吐を伴うことが多く、重症の場合、意識障害を伴います。また脳出血の場合も同様の激しい頭痛、嘔吐などにて発症しますが、片麻痺などの運動麻痺を伴うことが多いのが特徴です。これらが疑われる場合は、まず安静にして、救急車を呼ぶのがよいでしょう。一般

的に脳梗塞は運動麻痺や脳の局所症状にて発症しますが、頭痛は伴いません。一方、脳腫瘍による頭痛は徐々に進行する慢性頭痛で、意識障害や腫瘍の局在部位による脳症状を合併するのが特徴です。頭部外傷による頭痛は外傷後なのでわかりやすいですが、軽微な外傷後1～2か月後に発症する慢性硬膜下血腫という病気があり、進行する慢性頭痛、認知症様症状、歩行障害などで発症し、特に老年寄り、アルコール多飲者に多いので注意を要します。いずれにせよこれら症候性頭痛は原因疾患に対する治療が必要で、放置すれば命取りになることもあります。

一方、機能的頭痛の代表的なものには頭部を支える筋肉の緊張からくる緊張型頭痛と、脳血管の異常拡張からくる片頭痛があります。特に片頭痛は前述の脳血管障害と鑑別が困難なほど強い頭痛や嘔吐を伴うものもあり、診断、治療のため、脳外科や神経内科などの専門医を受診することをお勧めします。

6月のけんこう

健康相談	と き	受付時間	ところ
医師による健康相談(予約制)	4日(水)	9:00~11:30	土浦保健センター
栄養相談(予約制)	10日(火)	13:00~16:00	
こころの相談(予約制)	3日(火)	13:00~15:00	
高齢者健康相談	5日(木)	10:00~11:30	新治総合福祉センター
	12日(木)		つわぶき
	26日(木)		うらら
	27日(金)		湖畔荘
母と子の健診と相談	と き	受付時間	ところ
4か月児健康診査(平成20年2月生まれ)	11日(水)・12日(木)	13:00~14:00	土浦保健センター
10か月児育児相談 (平成19年8月生まれ)	1日~15日生まれ	9:30~10:00	
	16日~31日生まれ	13:00~13:30	
1歳6か月児健康診査(平成18年11月生まれ)	4日(水)・5日(木)	13:00~14:00	
3歳児健康診査(平成17年3月生まれ)	18日(水)・19日(木)		
母と子の歯科健康診査(平成18年3月生まれ・予約制)	6日(金)	13:15~15:30	
赤ちゃん身体計測	1~6か月児	9:00~10:30	
	7~11か月児		
マタニティ教室	3日(火)・10日(火)	9:45~10:00	
離乳食教室「中期食(7~8か月児)」(予約制)	6日(金)	9:30~9:45	
機能訓練	と き	受付時間	ところ
ふれあい教室	5日(木)	13:00~13:30	土浦保健センター

休日当番医

診療時間/午前9時~午後4時 必ず電話で確認してから受診してください(保険証を忘れずに)。
休日緊急診療テレホンサービス(☎824-9155 土・日、祝日のみ)でも案内しています。

6月	内 科	外 科	産 婦 人 科	歯 科
1日(日)	小林 医院 ☎831-6688 神立中央三丁目	岡田整形外科クリニック ☎825-3377 木田余	まつばらウィメンズクリニック ☎830-5151 阿見町荒川本郷	幸デンタルクリニック ☎862-2360 沢 辺
8日(日)	松本 内科 医院 ☎843-1211 中村東三丁目	都和 病 院 ☎824-3434 西並木	中山産婦人科医院 ☎822-3852 川口一丁目	飯坂 歯科 医院 ☎823-5383 城北町
15日(日)	山中内科クリニック ☎843-0870 中村南五丁目	野上 病 院 ☎822-0145 東崎町	石川クリニック ☎821-2587 大 町	中島 歯科 医院 ☎821-8383 中央二丁目
22日(日)	神立 病 院 ☎831-9711 神立中央五丁目	三田 医 院 ☎842-6111 中村南三丁目	土浦産婦人科 ☎821-0068 中央一丁目	小林 歯科 医院 ☎831-7644 白鳥町
29日(日)	叶多 内科 医院 ☎826-1566 桜ヶ丘町	伊野整形外科医院 ☎821-6028 真鍋六丁目	鈴村 医 院 ☎821-0174 大 町	来栖 歯科 医院 ☎862-1164 大 畑

緊急のときの問合せ先/茨城県救急医療情報コントロールセンター(☎029-241-4199 年中無休24時間対応 歯科の案内は行っていません)
お子さんが急な病気で心配なときの問合せ先/茨城子ども救急電話相談(☎029-254-9900 年中無休 午後6時30分~10時30分)

土浦市休日緊急診療所

小児科 ☀ 内科・小児科 🔄

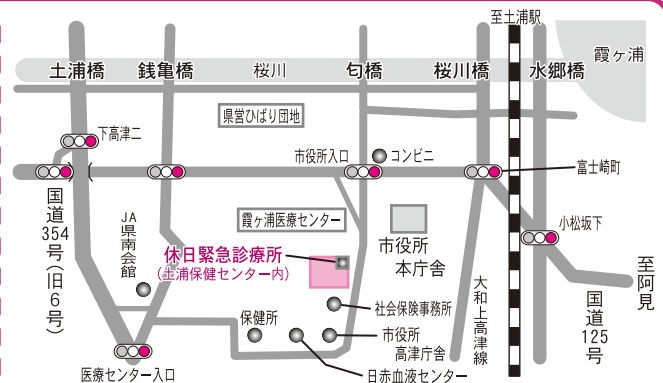
日曜・祝日
診療時間
(午前9時~12時)
(午後1時~4時)

土曜・日曜・祝日
診療時間
(午後7時~10時)

下高津二丁目7番27号 (土浦保健センター内)

☎823-9628 (診療時間帯のみ)

※受診する前に必ず電話し、保険証を持参してください。
※各医師の協力のもと、交代で勤務していただいています。



発行 土浦市 ☎300-8686 土浦市下高津一丁目20番35号 ☎029-826-1111

http://www.city.tsuchiura.ibaraki.jp/ E-mail:info@city.tsuchiura.ibaraki.jp

編集 市長公室広報広聴課

次回「広報つちうら」6月上旬号は、6月3日(火)発行予定です

再生紙を使用しています

環境に優しい大豆インキを使用しています