

精神障害者 デイケア事業のお知らせ

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

対象者／総合失調症にて通院治療中の方（主治医の了解が得られる方）

内 容／運動、調理、創作活動、屋外活動など

申込方法／電話で

年に1回は検診を受けましょう

運動不足・不適切な食生活・喫煙・ストレスなど、日常生活において病気の原因となる生活習慣がたくさんあります。「自分の健康は自分で守る」ために、生活改善とともに、年1回は検診を受けましょう。

市では20歳以上の方を対象に、次の検診を行っています。

基本健康診査、胸部検診、子宮がん検診、乳がん検診、胃がん検診、腹部超音波検診、大腸がん検診、骨粗しょう症検診

詳しい日程、検診項目、検診料などにつきましては、「みんなの健康づくり便利帳(平成19年度)」をご参照ください。

※「みんなの健康づくり便利帳」にお知らせしている健康増進課の基本健康診査を受診する方で、ほかで同様の検診を受けられるときは、検診項目が重複する

ため、どちらかを選んで受けてください。
詳しくはお問合せください。

看護師による家庭訪問のご案内

健康に関する悩みをひとりで抱え込んでいませんか？ひとり暮らしなどで健康に関する不安や相談がある方に対し、看護師が訪問します。費用は無料です。

☎ 新治保健センター (☎862-5011)

麻しん(はしか)が流行っています

麻しん(はしか)は「麻しんウイルス」による全身感染症です。

主な症状は、発熱・せき・鼻汁・目やに・発疹などがあげられます。

約10日間の潜伏期の後に、発熱・せきで発病し、目やに、結膜充血、口の中の発疹が出現、2～4日で高熱とともに全身に発疹がでます。発疹は3～4日で色素沈着を残して消えていきます。

麻しん(はしか)に感染した人の、せき・くしゃみなどでウイルスが飛び散り空気感染します。感染力が強く、かかりやすい病気です。

1歳を過ぎたら予防接種が受けられますので、早めに接種することをお勧めします。

健康教室

特発性脊柱側弯症について

土浦市医師会

伊野 隆夫(伊野整形外科医院)

人の脊柱は横から見ると頸椎では前方凸^{せきちゅう}、胸椎では後方凸、腰椎では前方凸のわん曲^{わん}にあります。正面から見ると曲がりなくまっすぐになっています。これに曲がりがあるものを側弯症^{わん}といいます。側弯症は、ほかの疾患により発生する一時的なものと、原因不明で脊柱の捻^{ひね}れによる3次元変形を本態とするものに分けられ、後者の代表的なものが特発性側弯症です。

現在、学校検診で前屈時の背中の高さの左右差を見ることでスクリーニングが行われていますが、この高さの左右差が脊柱の捻^{ひね}れを直接示す大切なポイントになります。検診で指摘されたものは、各医療機関でX線検査を行い、その結果と今後の経過観察の予定が学校を通じ、保護者に通知されるようになっています。

治療が必要と判断された場合ですが、現在手術以外の治療で効果が認められているものは装具(コルセットの類)による治療のみです。この装具も種類によっては骨盤からあごまでの大きなもので、その装用にはかなりの根気が必要になります。したがって、ほかの疾患にもまして主治医との信頼関係が大切になってきます。しかし、多くはそこまで至らず慎重な経過観察ですむときが多いので、無用な心配をする必要はありません。

また、生命に直結する疾患ではないので、かえってちまたに色々な情報が氾濫しています。患者さんも疾患について正しく理解する努力が必要になります。



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)		6 日(※)	9 : 00～11 : 30	土浦保健センター
栄養相談(予約制)		12日(火)	13 : 00～16 : 00	
こころの相談(予約制)		5 日(火)	13 : 00～15 : 00	
高齢者健康相談		7 日(木)	10 : 00～11 : 30	新治総合福祉センター
		14日(木)		つ わ ぶ き
		22日(金)		湖 畔 荘
		28日(木)		う ら ら
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19年 2 月生まれ)		13日(※)・14日(木)	13 : 00～14 : 00	土浦保健センター
10か月児育児相談 (平成18年 8 月生まれ)	1 日～15日生まれ	19日(火)	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17年11月生まれ)		6 日(※)・7 日(木)	13 : 00～14 : 00	
3 歳児健康診査(平成16年 3 月生まれ)		20日(※)・21日(木)		
母と子の歯科健康診査(平成17年 3 月生まれ・予約制)		1 日(金)	13 : 15～15 : 30	
赤ちゃん身体計測	1 ～ 6 か月児	18日(月)	9 : 00～10 : 30	
	7 ～11か月児	4 日(月)		
マタニティー教室		5 日(火)・12日(火)	9 : 45～10 : 00	
離乳食教室「中期食(7 ～ 8 か月児)」(予約制)		26日(火)	9 : 30～ 9 : 45	
機能訓練		と き	受付時間	ところ
ふれあい教室		7 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
3日(日)	荒川沖診療所 ☎843-0859 荒川沖南区	野上病院 ☎822-0145 東崎町	中山産婦人科医院 ☎822-3852 川口一丁目	宮田歯科クリニック ☎843-4618 中荒川沖町
10日(日)	小林医院 ☎831-6688 神立中央三丁目	都和病院 ☎824-3434 西並木町	柴田マタニティクリニック ☎821-0154 桜町四丁目	よしだ歯科 ☎841-4848 乙戸番外
17日(日)	松本内科医院 ☎843-1211 中村東三丁目	三田医院 ☎842-6111 中村南三丁目	渡辺医院 ☎822-7971 川口一丁目	酒井歯科医院 ☎826-5454 大岩田
24日(日)	山中内科クリニック ☎843-0870 中村南五丁目	淀縄医院 ☎822-5615 大町	石川クリニック ☎821-2587 大町	佐藤歯科クリニック ☎841-7118 西根西一丁目

土浦市休日緊急診療所

小児科



内科・小児科

日間

日曜・祝日
診療時間
(午前9時~12時)
(午後1時~4時)

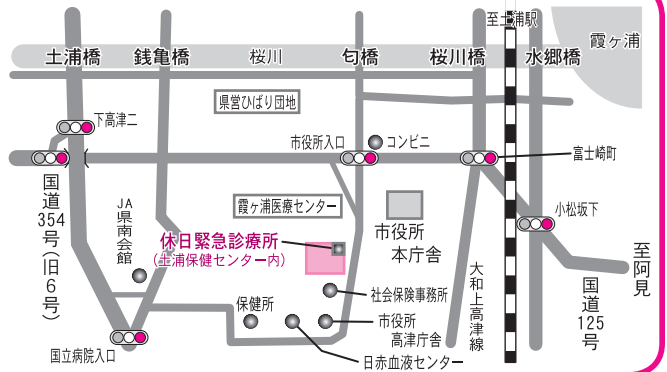
土曜・日曜・祝日
診療時間
(午後7時~10時)

夜間

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1日(金)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。