

「誕生日検診」のお知らせ

有効期間／平成22年2月26日(金)まで

検診料／無料

誕生日検診	対象者	検診内容
32歳	昭和52年4月1日から 53年3月31日生まれ的女性	子宮がん検診
40歳	昭和44年4月1日から 45年3月31日生まれの方	肝炎ウイルス検査、 歯科健診
50歳	昭和34年4月1日から 35年3月31日生まれの方	胃がん検診
60歳	昭和24年4月1日から 25年3月31日生まれの方	胸部検診

※該当する方には、4月上旬に受診票を送付しましたので、受診票に記載された協力医療機関で受診してください。なお、**4月以降に転入された方も対象**となりますので、詳しくはお問い合わせください。

健康増進教室

健康で生き生きとした生活が送れるように、健康増進教室を開催します。

とき・ところ／

会場	日程			午前9時30分 ～11時30分
神立地区コミュニティセンター	10月	8日(木)	22日(木)	
	11月	12日(木)	26日(木)	
	12月	10日(木)	24日(木)	
六中地区公民館	11月	10日(火)	24日(火)	
	12月	8日(火)	22日(火)	
	1月	12日(火)	26日(火)	

内容／初心者向けの簡単な運動、口の手入れや食事に関する話、試食

講師／健康運動指導士、理学療法士、保健師、歯科衛生士、栄養士

対象者／市内に居住する60歳以上の健康な方で、過去1年以内に受けた健康診断(市の特定健診など)の結果書類を提出できる方

募集人員／神立地区コミュニティセンター…40人、六中地区公民館…40人(いずれも先着順)

申込方法／8月25日(火)から電話で

ポリオ予防接種(集団)

対象者／生後3か月から7歳6か月未満の乳幼児

費用／無料

とき・ところ／

会場	日程	受付時間
新治保健センター	10月2日(金)	午後1時30分 ～2時20分
神立地区コミュニティセンター	10月30日(金)	
土浦保健センター	10月5日(月)	
	23日(金)	
	26日(月)	
	28日(水)	
三中地区公民館	10月20日(火)	
	21日(水)	
六中地区公民館	10月14日(水)	
市民会館	10月7日(水)	
都和公民館	10月16日(金)	

申込方法／当日会場で

持参するもの／母子健康手帳、予防接種手帳

※接種予定日1か月以内に病気にかかったときは、主治医に接種可能か確認してください。

健康教室

排尿障害

土浦市医師会

萩原 明(萩原同仁クリニック)

従来は、排尿に関する異常を総称して「排尿障害」と呼んでいましたが、最近では「下部尿路機能障害」と呼んでいます。この症状は大きく分けて「蓄尿(尿をためる働き)症状」、「排尿症状」および「排尿後症状」に分けられます。蓄尿障害を来す代表疾患として、「過活動膀胱」があります。これは、原因はいろいろありますが、急に尿がしたくなって我慢できない「尿意切迫」や、頻繁に排尿がしたくなる「頻尿」、実際に尿が漏れてしまう「尿失禁」などの多彩な症状を示す状態を言います。一方、排尿症状あるいは排尿後症状を呈する疾患の代表が、中高年の男性にみられる前立腺肥大症です。前立腺は尿道を取り囲むような状態で膀胱の下にあり、ほとんどの方が加齢とともに、大きくなり尿が出にくくなる排尿症状を示します。また、過活動膀胱の合併も多く、尿意切迫や頻尿(特に夜間頻尿)も良く見られる症状です。

ここで重要なのが、最近、増加傾向にある前立腺癌と良性の前立腺肥大症とを、治療前に前立腺の触診(直腸診)や採血による腫瘍マーカー(PSA)検査などで明確に区別しておく必要があることです。

下部尿路機能障害の治療は症状に合わせた内服治療が中心となりますが、一部の前立腺肥大症の患者さんでみられるように、お薬が効かない方には内視鏡を用いた手術が必要なときもあります。

高齢化に伴い、排尿に関する症状をお持ちの方が増えています。「年のせい」とあきらめず、排尿状態を改善することで快適な生活を取り戻すことは可能です。そして、このような症状の陰には尿路感染症や膀胱癌、前立腺癌といった悪性疾患が潜んでいることがありますので、ぜひ、専門医による的確な診断を受けることをお勧めします。

9月の健康相談

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)	2日(水)	9:00~11:30	土浦保健センター(☎826-3471)
栄養相談(予約制)	8日(火)	13:00~16:00	
こころの相談(予約制)	1日(火)	13:00~15:00	
高齢者健康相談	3日(木)	10:00~11:30	新治総合福祉センター(☎862-3522)
	10日(木)		つわぶき(☎831-4126)
	24日(木)		うらら(☎827-0050)
	25日(金)		湖畔荘(☎828-0881)
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21年5月生まれ)	9日(水)・10日(木)	13:00~14:00	土浦保健センター
10か月児育児相談 (平成20年11月生まれ)	1日~15日生まれ	9:30~10:00	
	16日~30日生まれ	13:00~13:30	
1歳6か月児健康診査(平成20年2月生まれ)	2日(水)・3日(木)	13:00~14:00	
3歳児健康診査(平成18年6月生まれ)	16日(水)・17日(木)	13:00~14:00	
母と子の歯科健康診査(平成19年6月生まれ・予約制)	4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	7日(月)	
	1~11か月児	18日(金)	
マタニティ教室	1日(水)・8日(水)	9:45~10:00	
離乳食教室「おおむね6~7か月児」(予約制)	4日(金)	10:00~10:15	土浦保健センター
機能訓練	と き	受付時間	ところ
ふれあい教室	3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。

9月	内 科	外 科	産 婦 人 科	歯 科
6日(日)	荒川沖診療所 ☎843-0859 荒川沖	伊野整形外科医院 ☎821-6028 真鍋六丁目	岡野産婦人科医院 ☎851-2431 つくば市梅園	酒井歯科医院 ☎826-5454 大岩田
13日(日)	石井内科クリニック ☎841-6125 右 粉	中央大祐整形形成外科 ☎821-0220 中央二丁目	中山産婦人科医院 ☎822-3852 川口一丁目	佐藤歯科クリニック ☎841-7118 西根西
20日(日)	山中内科クリニック ☎843-0870 中村南五丁目	黒井整形外科医院 ☎826-2210 飯 田	まつばらウイメンズクリニック ☎830-5151 阿見町荒川本郷	さくらい歯科医院 ☎824-2005 木田余東台三丁目
21日(月)	高安クリニック ☎822-8201 立 田 町	三 田 医 院 ☎842-6111 中村南三丁目	柴田マタニティクリニック ☎821-0154 桜町四丁目	おおきデンタルクリニック ☎826-4618 港町一丁目
22日(火)	神立病院 ☎831-9711 神立中央五丁目	淀 縄 医 院 ☎822-5615 大 町	石川クリニック ☎821-2587 大 町	デンタルクリニック諏訪 ☎824-5330 真鍋新町
23日(水)	叶多内科医院 ☎826-1566 桜ヶ丘町	松 橋 医 院 ☎831-7311 神立中央一丁目	土浦産婦人科 ☎821-0068 中央一丁目	寺 島 歯 科 ☎862-5515 藤 沢
27日(日)	小 林 医 院 ☎831-6688 神立中央三丁目	野 上 病 院 ☎822-0145 東 崎 町	鈴 村 医 院 ☎821-0174 大 町	K S デンタルクリニック ☎825-1430 田中三丁目

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~11時30分)

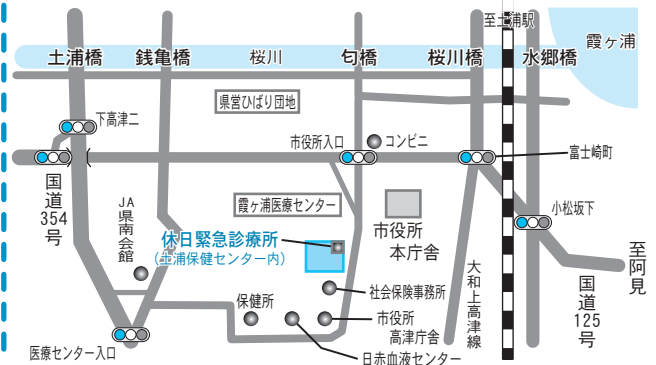
土浦市休日緊急診療所

小児科	内科・小児科	小児科
日曜・祝日 診療時間 (午前9時~12時) (午後1時~4時)	土・日・祝日 診療時間 (午後7時~10時)	木・金

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.lg.jp/>
E-mail: info@city.tsuchiura.lg.jp

編集 市長公室広報広聴課

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

次回「広報つちうら」9月上旬号は、9月1日(火)発行予定です。