

麻しん・風しん予防接種について

麻しん・風しんは感染力が大変強い感染症です。忘れずに予防接種を受けましょう。

| 対象者 | | 接種方法 |
|-----|--|--------------------------|
| 第1期 | 1歳児 | 協力医療機関で個別接種 |
| 第2期 | 小学校就学前の1年間 (平成16年4月2日から 17年4月1日生まれの方) | 協力医療機関で個別接種 |
| 第3期 | 中学1年生に相当する年齢 (平成9年4月2日から 10年4月1日生まれの方) | 学校集団接種 (市立中学校) |
| | | 協力医療機関で個別接種 (市立中学校以外) |
| 第4期 | 高校3年生に相当する年齢 (平成4年4月2日から 5年4月1日生まれの方) | 協力医療機関で個別接種 |

※第1期接種後、第2・3・4期のいずれかで2回目の定期接種を受けてください。

有効期間/第2・3・4期対象の方は、平成23年3月31日まで

費用/無料

☎ 新治保健センター(☎862-5011)

誕生日検診のお知らせ

対象者の方には受診票を送付しました。

検診は、受診票に記載された協力医療機関で受診してください。

有効期限/平成23年2月28日(月)

費用/無料

※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。

| 誕生日検診 | 対象者 | 検診内容 |
|-------|------------------------------|---------------|
| 40歳 | 昭和45年4月1日から 46年3月31日生まれの方 | 歯科健診、肝炎ウイルス検査 |
| 50歳 | 昭和35年4月1日から 36年3月31日生まれの方 | 胃がん検診 |
| 60歳 | 昭和25年4月1日から 26年3月31日生まれの方 | 胸部検診 |

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 | 10月 | 14日(木)・28日(木) | |
| コミュニティセンター | 11月 | 11日(木)・25日(木) | |
| | 12月 | 9日(木)・16日(木) | |
| 六中地区 公民館 | 11月 | 9日(火)・30日(火) | |
| | 12月 | 14日(火)・21日(火) | |
| | 1月 | 11日(火)・25日(火) | |

対象者/市内に居住する60歳以上の健康な方

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/医師、健康運動指導士、理学療法士、歯科衛生士、栄養士、保健師

定員/各40人(先着順)

申込方法/電話で

※定期的に通院している方は、かかりつけの医師と相談のうえ申し込みください。

健康教室

とびひ (伝染性膿痂疹)

土浦市医師会

石川 研二(石川皮膚科医院)

●原因: 化膿菌(主に黄色ブドウ球菌)が何らかの皮膚病変(すり傷、湿疹・虫さされ・あせもなどを掻き壊した傷など)から感染して生じます。

正常皮膚では、化膿菌は定着・増殖しにくいので感染は起こりにくいと考えられます。菌の活動が活発になる高温多湿の夏、特に7月から8月に最も多く発生します。

とびひは代表的な子どもの皮膚病で、大人ではまれにしか見られません。菌に対する皮膚の抵抗力の弱さ、また発症母地になる皮膚の傷を清潔に保つ管理が不十分になりがちなためと考えられます。

●症状: 菌が産生する毒素の作用により、表皮(皮膚のいちばん外側の部分)に水疱(水ぶくれ)ができます。とびひの水疱は薄くて破れやすく、びらん(赤ただれ)を生じます。そこからジクジクした分泌物が出て、乾くとかさぶたが付着します。

これらの水疱の中身や、びらんからの分泌物には菌がたくさん含まれるので、手でいじることでよりあちこちに付着して新たな病巣がつつぎと

増えてゆきます。そして、ほかの子どもにも移る、すなわちあたかも火事が飛び火するかのようが増えてゆくのにとびひとよばれるようになったようです。

●治療: 抗生剤の内服と適切な外用剤(塗り薬)を、同時に併用するのが基本的な治療です。

外用剤のみの治療では、とびひが新たに増えるのを抑えきれないことが多いのです。また、抗生剤をきちんと内服していても、ジクジクした湿潤の強い皮疹、強い痒みを有する皮疹などの個々の病変の状態にあった外用療法をしていないため、こじれた状態で来院するケースも少なくありません。

入浴(初期はシャワーがよい)は可能ですが、あくまでも入浴後に適切な外用療法をするという条件が必要です。

●予防: すり傷などの外傷や痒くて掻き壊す危険性のある皮膚病を正しく手当てしておくことが、とびひを予防するうえで最も大切です。

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) | 1日(火) | 9:00~11:30 | |
| 栄養相談(予約制) | 14日(火) | 13:00~16:10 | 土浦保健センター(☎826-3471) |
| こころの相談(予約先 障害福祉課 ☎826-1111 内線2454) | 7日(火) | 13:00~15:00 | |
| 高齢者健康相談 | 2日(木) | 10:00~11:30 | 新治総合福祉センター(☎862-3522) |
| | 9日(木) | | つわぶき(☎831-4126) |
| | 24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22年5月生まれ) | 8日(火)・9日(水) | 13:00~14:00 | |
| 10か月児育児相談 (平成21年11月生まれ) | 1日~15日生まれ | 21日(火) | 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21年2月生まれ) | 1日(火)・2日(水) | 13:00~14:00 | 土浦保健センター(☎826-3471) |
| 3歳児健康診査(平成19年6月生まれ) | 15日(火)・16日(水) | | |
| 母と子の歯科健康診査(平成20年6月生まれ・予約制) | 3日(金) | 13:15~15:30 | |
| 赤ちゃん身体計測 | 1~6か月児 | 13日(月) | 9:00~10:00 |
| | 7~11か月児 | 6日(月) | |
| | 1~11か月児 | 27日(月) | |
| マタニティ教室「おおむね7か月以降の妊婦」(予約制) | 7日(火)・14日(火) | 9:45~10:00 | 土浦保健センター(☎826-3471) |
| 離乳食教室「おおむね6~7か月児」(予約制) | 3日(金) | 10:00~10:15 | 土浦保健センター(☎826-3471) |
| 機能訓練 | と き | 受付時間 | ところ |
| ふれあい教室 | 2日(木) | 13:00~13:30 | 土浦保健センター(☎826-3471) |

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 |
|--------|-------------------------------|-------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------|
| 5日(日) | 荒川沖診療所 ☎843-0859 荒川沖南区 | 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 つくば市梅園二丁目 | 南学園歯科医院 ☎841-0606 西根南三丁目 |
| 12日(日) | 小林医院 ☎831-6688 神立中央三丁目 | 野上病院 ☎822-0145 東崎町 | 中山産婦人科医院 ☎822-3852 川口一丁目 | おじま歯科医院 ☎824-6661 真鍋五丁目 |
| 19日(日) | 松本内科医院 ☎843-1211 中村東三丁目 | 県南病院 ☎841-1148 中 | まつばらウイメンズクリニック ☎830-5151 阿見町荒川本郷 | 宮田歯科クリニック ☎843-4618 中荒川沖町 |
| 20日(月) | 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 | 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 小山田一丁目 |
| 23日(木) | 神立病院 ☎831-9711 神立中央五丁目 | 県南病院 ☎841-1148 中 | 石川クリニック ☎821-2587 大町 | 酒井歯科医院 ☎826-5454 大岩田 |
| 26日(日) | 叶多内科医院 ☎826-1566 桜ヶ丘町 | 中央大祐整形形成外科 ☎821-0220 中央二丁目 | 土浦産婦人科 ☎821-0068 中央一丁目 | 佐藤歯科クリニック ☎841-7118 西根西一丁目 |

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)

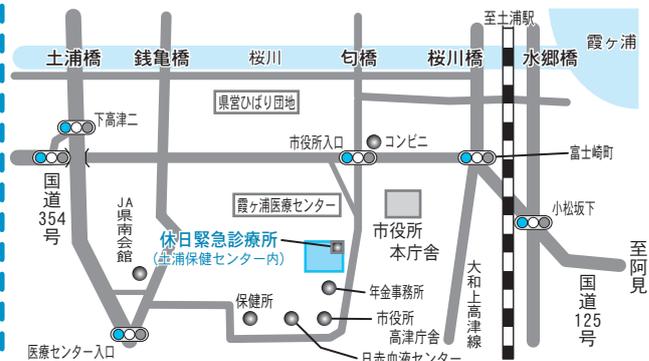
土浦市休日緊急診療所

| 診療科 | 時間 | 木 | 金 | 土 | 日 | 祝 |
|-----|----------|---|---|---|---|---|
| 内科 | 午後7時~10時 | | | ☺ | ☺ | ☺ |
| 小児科 | 午前9時~12時 | | | ☺ | ☺ | ☺ |
| | 午後1時~4時 | | | ☺ | ☺ | ☺ |
| | 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.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(水)発行予定です。