

5月のけんこう

申問 健康増進課(土浦市保健センター ☎826-3471)

養育医療の給付申請について

平成25年4月1日より、申請窓口が土浦保健所から土浦市健康増進課に変更となりました。

養育医療とは、身体の発達が未熟なままで生まれ、入院を必要とする乳児に対して、必要な医療費を公費で一部助成する制度です。世帯の課税状況により自己負担があります。

詳しくは、健康増進課までお問い合わせください。

フットケア教室

靴の選び方、転倒予防のための適切な足の手入れ、自分でできる足の健康体操などを身につけられます。足元から若々しく！毎日の生活をもっとステキに彩りましょう。糖尿病の方や予備軍の方も必見です。

とき	ところ
6月5日(水)	土浦市保健センター新治分室
10月7日(月)	六中地区公民館
12月4日(水)	三中地区公民館
26年1月18日(土)	土浦市保健センター

※時間は午前9時30分～11時30分

対象者／市内に居住しているおおむね65歳以上の方

講師／内田みさ子さん(土浦協同病院糖尿病看護認定看護師)ほか

定員／各30人

申込方法／4月18日(木)から電話で



麻しん風しん混合予防接種

麻しん・風しんは春先から初夏にかけて最も流行します。定期接種の対象となった方は早めに接種を受けることをお勧めします。

対象者／

◎第1期…1歳児

◎第2期…小学校就学前の1年間(平成19年4月2日から20年4月1日までに生まれた方)

接種回数／各期で1回ずつ

接種期間／

◎第1期…2歳の誕生日の前日まで

◎第2期…平成26年3月31日まで

※接種期間を過ぎると、公費での接種ができなくなります。

接種方法／協力医療機関で個別接種

用意するもの／母子健康手帳・予診票
※予診票がない場合は、母子健康手帳を持参のうえ、健康増進課(土浦市保健センター)で手続きをお願いします。

費用／無料



献血のお知らせ

とき／5月17日(金) 午前10時～11時45分
午後1時～4時

ところ／イオンモール土浦

健康教室

被ばくと甲状腺がんについて

土浦市医師会
大原 潔(土浦協同病院)

2年前に起きた東日本大震災は、福島第一原子力発電所(原発)事故を誘発し放射能汚染を生じた。原爆被災国である日本では、多くの国民が放射線被ばくに改めて強い関心を示すようになった。

被ばくによる人体影響については、原爆被災生存者の追跡調査の結果(外部被ばく)が主な知識源であり、これを基に放射線への安全策が講じられている。結果の一つは、100ミリシーベルト以下の低線量では、被ばくの有無で影響に差が見られなかったことである。低い線量で生じうる影響とは発がんの可能性である。一方、ラジウム温泉などによる低線量被ばくは健康にむしろ好影響を与えるとする立場もある。しかし法的には、放射線はわずかであっても危険であるとする立場がとられている。

チェルノブイリ原発事故(外部+内部被ばく)では、白血病と甲状腺がんとの発生増加が懸念された。発症が比較的早い白血病は外部被ばくにより、甲状腺がんは内部被ばくにより増加すると予測されたからである。しかしこれらのがんは元々発生率が低く、低い線

量での増加の有無を見るには、母数が多数必要な上、正確な被ばく線量の評価が必要となる。

甲状腺は特異的にヨウ素を取り込むが、それが活発な小児の甲状腺被ばくが問題とされる。放射性のヨウ素131も非放射性ヨウ素と同様に甲状腺に取り込まれ、選択的被ばくを生じるからである。しかしヨウ素131は半減期が8日と短く、取込みが続けられない限り、1か月も経つと被ばくはなくなり、被ばく線量は評価不能となる。

福島原発事故では小児甲状腺がんの増加はなさそうであると予想されている。チェルノブイリと異なり、①摂取する食物には非放射性ヨウ素が豊富で、ヨウ素131が取込まれる余地は少なかったとみられること②事故の発生が早く知らされ、ヨウ素131を取り込む機会が少なかったことなどが理由である。小児の甲状腺検診は、がんの発生よりも、甲状腺に元々異常がどの程度あるのかを調べる基本データ作りと見た方が良さそうである。無症状の甲状腺に関するデータはないからである。

5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(水)	9:00~11:30	土浦市保健センター(☎826-3471)
栄養相談(予約制)	14日(火)	13:00~16:10	
こころの相談(予約先 障害福祉課 ☎826-1111 内線2343)	14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)
	23日(木)		うらら(☎827-0050)
	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25年1月生まれ)	8日(水)・9日(木)	13:00~13:50	土浦市保健センター(☎826-3471)
10か月児育児相談 (平成24年7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23年10月生まれ)	1日(水)・2日(木)	13:00~13:50	
3歳児健康診査(平成22年2月生まれ)	15日(水)・16日(木)	13:00~13:50	
母と子の歯科健康診査(平成23年2月生まれ・予約制)	10日(金)	13:15~15:00	
赤ちゃん身体計測	1~6か月児	20日(月)	
	7~11か月児	13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	
離乳食教室(おおむね6~7か月児・予約制)	10日(金)	10:00~10:15	
機能訓練	と き	受付時間	ところ
ふれあい教室	10日(金)	13:00~13:30	土浦市保健センター(☎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・日曜日、祝日のみ)でも案内しています。

5月	内 科	外 科	産 婦 人 科	歯 科
3日(金)	神立病院 ☎831-9711 神立中央五丁目	あくつ整形外科 ☎841-4665 中荒川沖町	まつばらウイメンズクリニック ☎830-5151 阿見町荒川本郷	高野歯科医院 ☎831-9965 神立中央一丁目
4日(土)	松本内科医院 ☎843-1211 中村東三丁目	友常医院 ☎823-4307 中央二丁目	鈴村医院 ☎821-0174 大町	関口小児歯科医院 ☎842-7188 乙戸
5日(日)	山手医院 ☎835-3388 国分町	黒井整形外科医院 ☎826-2210 飯田	石川クリニック ☎821-2587 大町	三輪歯科医院 ☎822-1864 真鍋五丁目
6日(月)	小林医院 ☎831-6688 神立中央三丁目	伊野整形外科医院 ☎821-6028 真鍋六丁目	柴田マタニティクリニック ☎821-0154 桜町四丁目	ウララ歯科クリニック ☎825-4488 大和町
12日(日)	烏山診療所 ☎843-0331 烏山二丁目	東郷クリニック ☎843-7770 荒川沖東三丁目	岡野産婦人科医院 ☎851-2431 つくば市梅園	下島歯科医院 ☎824-3390 中央二丁目
19日(日)	萩原同仁クリニック ☎832-2111 神立中央五丁目	神立病院 ☎831-9711 神立中央五丁目	中山産婦人科医院 ☎822-3852 川口一丁目	すどう歯科医院 ☎822-7571 中央一丁目
26日(日)	鈴木胃腸科クリニック ☎841-7711 中荒川沖町	岡田整形外科クリニック ☎825-3377 木田余	土浦産婦人科 ☎821-0068 中央一丁目	塚原デンタルクリニック ☎842-3817 右舂

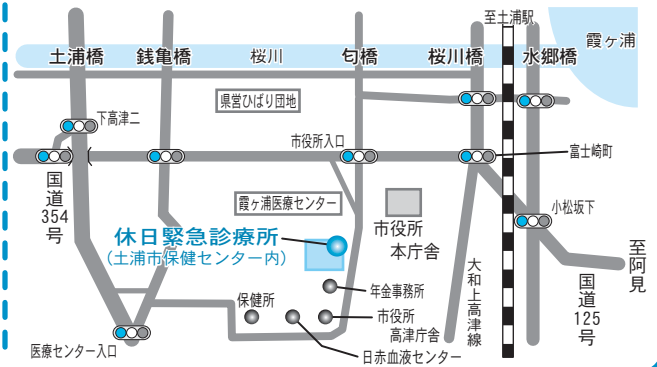
緊急のときの問合せ先/茨城県救急医療情報コントロールセンター(☎029-241-4199 年中無休24時間対応 歯科の案内は行っていません)
お子さんが急な病気で心配なときの問合せ先/
茨城子ども救急電話相談(☎029-254-9900 毎日…午後6時30分~11時30分 日曜日、祝日、12月29日~1月3日…午前9時~午後5時)

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(土浦市保健センター内)
☎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
E-mail info@city.tsuchiura.lg.jp
HP http://www.city.tsuchiura.lg.jp/
スマートフォン用ホームページ▶



編集 市長公室広報広聴課



この広報紙は環境に配慮し、再生紙・植物油インキを使用しています。

次回「広報つちうら」5月上旬号は、5月1日(水)発行予定です。