

# けんこうガイド | 8・9月

健康推進課(保健センター内) 〒362-0074 春日2-10-33 ☎774-1411 ☎776-7355

☑=内 容  
☒=対 象  
☑=定 員  
☑=持 ち 物  
☑=費 用  
☑=申 込 込

母子保健	とき・ところ	内容・対象・持ち物	備 考
フッ素塗布	9月8日(木) 保健センター 午後1時15分～2時	☑歯科健診(1歳6か月児健康診査など)を受診した就学前の人(6カ月間隔で塗布できます) ☑母子健康手帳、タオル、歯ブラシ	☑1,365円 ☑当日、直接会場へ ※事前に必ず歯を磨いてきてください。
10か月児健康相談	8月26日(金) 保健センター 午前9～10時	☑平成22年10月の出生児 ☑母子健康手帳、おむつ、バスタオル	☑当日、直接会場へ ※発熱時や感染性疾患の疑いのある人はご遠慮ください。
妊婦教室(両親学級併設)	8月24日(水) 保健センター 8月31日(水) 午前9時30分～午後3時15分(9時15分から受け付け)	☑平成23年11月～平成24年2月に出産予定の人(2日間で1コース<2日目はパートナーと受講可>)	☑30組(先着順) ☑300円(食材費) ☑電話で健康推進課へ(予約制) ※次回の開催は10月です。
4か月児健康診査 1歳6か月児健康診査 3歳児健康診査	対象者には個別通知。転入してきた人、通知が届いてない人は、お問い合わせください。 ※日程など詳しくは、『予防健診一覧 23年8月～11月』または市ホームページをご覧ください。		
日本脳炎予防接種	平成17～21年度に日本脳炎の予防接種の機会を逃した人への接種時期が緩和されました。対象は平成7年6月1日～平成19年4月1日生まれの人です。 ※詳しくは『予防健診一覧 23年8月～11月』または市ホームページをご覧ください。		
子宮頸がん予防ワクチン接種	ワクチンの供給量の確保により、高校1年生相当の年齢の女子は7月10日から、中学1～3年生の女子は7月20日から再開され、接種が可能になりました。 ※詳しくは市ホームページをご覧ください。		

成人保健	とき・ところ	内容・対象・持ち物	備 考
総合健康相談	9月7日(水) 市役所ロビー 午前9時30分～10時30分	☑保健師・栄養士による健康相談 ☑健康面で心配がある人 ☑健康手帳(持っている人)	☑当日、直接会場へ
臨床心理士による こころの悩み相談	9月6日(火) 保健センター 午前9時～午後4時	☑臨床心理士・保健師による面接相談 ☑何となく元気がない、眠れない、ついお酒に頼ってしまう、もしかしたら「うつ」かな?、対人関係に悩んでいる、育児・介護などに疲れてしまったなどの心の悩みを抱えている人	☑4組 ☑電話で健康推進課へ(予約制) ※申込時に相談内容を確認します。
統合失調症患者の 家族サロン	8月18日(木) 保健センター 午後1時30分～3時	☑共通の悩みを持つ家族の話し合い ☑統合失調症患者の家族	☑当日、直接会場へ
うつの家族サロン	9月8日(木) 保健センター 午後1時30分～2時30分	☑共通の悩みを持つ家族の話し合い ☑うつ病患者の家族	☑当日、直接会場へ
ソーシャルクラブ	毎週木曜日 保健センター 午前9時45分～正午 ※プログラムの内容により、時間や場所が変わります。	☑精神障害者の社会復帰支援のためのグループ活動(話し合い、スポーツ、調理実習など) ☑心の病(統合失調症など)の回復期で在宅療養中の人	☑15人 ☑電話で健康推進課へ(登録制)
<b>【個別検診】</b> 7～12月 各種がん検診・健康診査 ※12月に近づくとも混み合いますので、早めに申し込みください。 <b>【集団検診】</b> 8～10月 胃がん検診 ※申し込み方法など詳しくは、『予防健診一覧 23年8月～11月』または市ホームページをご覧ください。			

献 血	※日程が変更になることがあります。			
と き	と ころ	時 間	内 容	主 催
8月4日(木)	上尾駅東口広場	午前10時～正午、午後1～4時	全血	上尾ロータリークラブ

## 平日夜間・休日診療

### 【平日夜間診療】

#### 小児科・内科

「平日夜間及び休日急患診療所」(緑丘2-2-27 上尾医療センター内、☎774-2661・☎772-1353)で行っています。  
 ▷診療日 月～金曜日(祝日を除く)  
 ▷診療時間 午後8～10時(受け付けは午後8時～9時30分)

#### 【休日診療】

#### 内科・小児科・外科

「平日夜間及び休日急患診療所」(上記参照)で行っています。  
 ▷診療日 日曜日・祝日・年末年始  
 ▷診療時間 午前9時～正午、午後1～4時(受け付けは午前11時30分まで、午後は3時30分まで)

#### 歯科

「北足立歯科医師会休日診療所」(鴻巣市赤見台1-15-23、☎048-596-0275)で行っています。  
 ▷診療時間 午前9時30分～午後0時30分

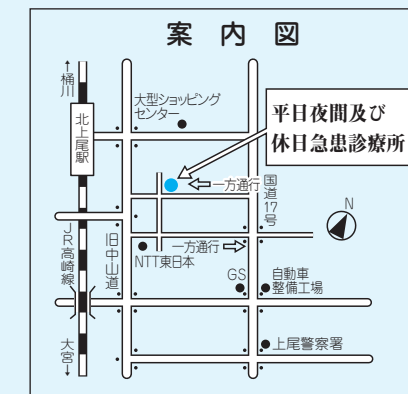
#### 【休日】

#### 産婦人科

9月	当 番 医
4日	ひらしま産婦人科 ☎722-1103・☎722-1146
11日	ナラヤマレディースクリニック ☎771-3659・☎771-3922
18日	木下産婦人科クリニック ☎787-5533・☎787-3801
19日	上尾中央総合病院 ☎773-1111・☎773-7122
23日	ひらしま産婦人科 ☎722-1103・☎722-1146
25日	ナラヤマレディースクリニック ☎771-3659・☎771-3922

▷診療時間 午前9時～正午、午後1～4時  
 ◆広報掲載の後、当番医の変更が生じる場合もあります。各新聞の埼玉版休日医欄も参考の上、お出掛けください。

●こんな時には、埼玉県救急医療情報センターの県民案内サービスのご利用を！  
 ①救急車を呼ぶほどではないが、緊急に受診が必要なとき  
 ②休日・祝日、夜間などのとき  
 ③どこで診てもらえばよいか分からないとき  
 診療が可能な医療機関をご案内します。  
 ▷電話番号 824-4199(24時間対応)  
 ●子どもの急な病気に困ったら小児救急電話相談に相談を！  
 子どもの急病時(発熱、下痢、嘔吐など)の家庭での対処法や受診の必要性について、看護師が電話で相談に応じます。  
 ▷相談日時 月～土曜日/午後7～11時  
 日曜日・祝日・年末年始/午前9時～午後11時  
 ▷電話番号 #8000(NTTプッシュ回線)  
 833-7911(ダイヤル回線、IP電話、ひかり電話)



363

## 舌がん

# 今月の健康

舌がんは、若年者から高齢者まであらゆる世代に発症します。病因として、歯牙の影響は無視できません。固い歯からの刺激が、一定期間にわたり舌粘膜に及ぶと、粘膜の白板化、びらん、潰瘍形成あるいは隆起性病変が出現し、がんの発生に至ります。飲酒や喫煙、口腔内の不衛生も発症を促進する原因になります。従って、舌がんではとりわけ予防医学が重要で、歯の影響が舌に及ぶことを回避する処置が第一に優先されます。

舌がんの早期発見に、自己触診に勝る方法はありません。舌を指で触れ硬結を自覚したり、圧迫や舌の可動で痛みを感じたり、あるいは食事が染みたりする時は要注意なので、専門機関を受診してください。早期がんでの治療は、長い目でみると舌部分切除が一番後遺障害の少ない方法です。この疾患は、リンパ節転移や局所再発も少なくなく、加齢後の注意深い経過観察を必要とします。進行がんでは、残存舌機能を僅少にする目的から、摘出と同時に遊離移植皮弁による舌再建術を併用します。第4期になると、術後の誤嚥防止のため喉頭の合併切除が必要な場合もあります。治療は進行度に応じて、手術以外に抗がん剤や放射線治療を併用します。ただし若い世代に対する放射線治療は、味覚障害や晩期放射線誘発がん、下顎骨の腐骨などを併発しかねないため、より慎重な対応が必要です。

このように舌がんでは、治療後の後遺障害を僅少にするために早期診断・早期加療が重要で、自分で観察できる範囲のため、生活の上での自己管理が大切になります。

(上尾市医師会)