

保健福祉部 保健課 ☎81-2271

健康づくり市民講座参加者募集!

あなたの「血糖」「血圧」は大丈夫?健康になる"ちょっとしたコツ"を専門家から学んでみませんか? ご参加お待ちしています。

	日時	会場	内容
1	12月3日 (木) 午後1時30分~3時30分 受付:午後1時15分~	市役所 多目的ホール	医師講話 「高血圧と糖尿病予防〜自分に合った健康習慣〜」 希望者:専門職との個別相談 定員:50人
2	12月11日(金) 午後1時30分~2時30分 受付:午後1時15分~	市役所 多目的ホール	栄養士講話「上手に食べて、血管にやさしい食事」 定員:50人
3	12月16日 (水) 午後1時30分~3時 受付:午後1時15分~	市役所 多目的ホール	運動指導士講話 「効果を感じる運動〜生活習慣病予防のために〜」 運動の実践 ※動きやすい服装でご参加ください。 定員:25 人

- ●参加費 無料
- ●持ち物 健診結果(12月3日に医師講話に参加する方)
- ●申込方法 希望日の3日前までに保健課へ電話でお申し込みください。
 - 先着順で、定員に達した場合は締め切ります。
- ●その他 新型コロナウイルス感染症拡大予防のため、体調のすぐれない方は参加を控えください。 自宅で体温測定し、マスクを着用して参加ください。

たむず市民病院から

Tamura Municipal Hospital

「溶連菌」について



溶連菌感染症は、お子さんをお持ちの方はよ く耳にする疾患ではないではないでしょうか。 おもに子どもに感染・発症する病気ですが、 大人でも発症する可能性は十分にあります。 感染症としてとても感染力が強く、合併症も 起こしやすい疾患の為、軽視するのは危険で す。

溶連菌感染症とは、溶血連鎖球菌(溶連菌) という細菌が喉に感染し発症する感染症です。 おもな症状としては、「喉の痛み・発熱・発 **疹**| が考えられます。また、中耳炎や皮膚に 感染して「とびひ」を起こすこともあります。 感染しやすいのは、ストレスや過労、睡眠不 足などで体力や免疫力が低下している時です。 まれに重症化し合併症を引き起こすこともあ るので注意が必要です。

感染経路としては、咳やくしゃみ等で飛び散っ た菌を吸い込むことで感染する飛沫感染、皮 膚と皮膚が触れたり、タオルや食器を介して 感染する接触感染があげられます。

お子さんがいらっしゃる方・免疫力が弱っ ている方・持病を持っている方は日ごろか ら気をつけましょう。

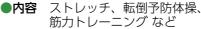
治療には、抗生剤(抗生物質)を服用します。 通常熱は 1 ~ 2 日で下がり、喉の痛みや発 疹も軽減してきます。処方された抗生剤を 服用すると、喉にいた菌がほぼ消滅します。 また、服用から24時間以内に人にうつす危 険性もなくなります。服用を途中で止めて しまうと、よくなりかけた症状が悪化する こともありますので、処方された薬は最後 まで飲みきり、しっかり治すようにしましょ う。

溶連菌感染症かなと思ったら…

- ●まずは医療機関を受診しましょう。
- ●安静にして休養を取りましょう。
- 十分に水分を取りましょう。
- タオルやコップなどは別々のものを使い、 他の人にうつさないようにしましょう。







●時間 午前 10 時~ 11 時

	会場	
2 (水)	天地人大学	
9 (水)	総合体育館	
23 (水)	総合体育館	

大腸がん検診未使用容器の 返却をお願いします

●返却期限 11月20日(金) ●返却場所 保健課、行政局市民係、 出張所まで

すくすく教室(要予約)

●日時 **10** 日 (木) 10:00 ~ 11:15 (受付9:45~9:55)

●会場 船引保健センター

●対象 就学前のお子さんについて 言葉が遅い、落ち着きがな いなど相談のある方

内容 集団での親子あそび、医師、 心理士による相談など

●参加人数 親子6組

※対象のお子さん1人と保護者 1人での参加をお願いします。

●申込 事前に保健課へお申し込み ください。

●●● 育児相談 ●●●●

子どもの発達相談会(要予約) ●日時 **21** 日 (月) 13:30 ~ 16:30

●会場 船引保健センター

●対象 お子さんの「落ち着きがな」 い」、「友達とうまくかかわ れない」など相談のある方 (おおむね4歳から18歳ま

での方と保護者)

●内容 臨床心理士による 1 人 40 分程度の個別相談

●申込 1週間前までに保健課へお 申し込みください。

こころの健康相談

(相談無料、秘密厳守)

●日時 23 日 (水) $13:30 \sim 15:30$

船引保健センター

■田村地方夜間診療所

月

船引クリニック

14

なごみファミリー

クリニック

21

石塚医院

28

のざわ内科

●申込 1週間前までに保健課 へお申し込みください。 ※臨床心理士が相談

に応じます。

火

かとうの内科

クリニック

8

東部台こども

クリニック

15

まつざき内科

胃腸科クリニック

22

橋本医院

急病時の問い合わせ先

船引町船引字源次郎(福祉の森公園地内) ☎81-2233

受付時間…19:00~21:30 ※土・日、祝日、お盆、年末年始は休診

12月の診療予定表

ж

大久保

クリニック

9

白岩医院

16

清水医院

23

秋元医院

※都合により担当医が変更になる場合があります。医師によって専門分野が違うた

め、その日の担当医が対応できるか受診前にお電話ください。

■郡山市休日・夜間急病センター ☎024-934-5656

■日曜休日夜間当番医案内 ☎024-933-4000

その他の相談先 ■福島いのちの電話

2024-536-4343

(毎日) 10:00~22:00 「誰にも分かってもらえな い」そんな孤独と絶望のな かで苦しんでいる方、ひと りで悩まないで、お話しく

木

3

石川医院

10

さとう耳鼻咽喉科

クリニック

17

青山医院

24

さとう耳鼻咽喉科

クリニック

ださい。

12月の休日当番医・薬局

6(日)

」かとうの内科クリニック(船引町) **281-1388**

わたなべ薬局(船引町)

281-1293

i **13** (⊟)

」せんざき医院 (三春町) **261-2777** みはる調剤薬局(三春町) **261-1616**

さとう耳鼻咽喉科クリニック(船引町) **281-1333**

げんじろう調剤薬局(船引町) **281-1555**

27(日)

金

4

まつえ整形外科

11

矢吹医院

18

三春病院

25

のざわ内科

クリニック

総合南東北病院滝根診療所(滝根町)

[|]オリオン薬局(滝根町)

278-2442 268-1455

29 (火)

「清水医院 (船引町) **282-3535**

[']なごみファミリークリニック (三春町) **262-2473**

「ふくだや薬局(船引町)

286-2013

282-1117

22

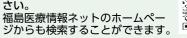
131 (木)

「たむら市民病院(船引町) | 共創未来船引薬局(船引町)

281-1522 診療時間…9:00~18:00

※医療機関によっては 17:00 まで

変更される場合があります。 受診前に医療機関に確認してくだ





Tamura November.2020