

# 保健ガイド

保健センター  
552・0061

市役所は一部の部署で毎週土曜日を閉庁しています。(午前8時30分～午後5時15分※正午～午後1時は除く) 毎週水曜日は一部の部署で午後8時まで閉庁時間を延長しています。

## ◆健康相談

①日時 9月1日(木)・15日(木)  
午前9時30分～11時  
場所 市役所1階ロビー  
相談員 保健師・栄養士

②日時 9月5日(月)午前10時～正午  
場所 福生地域体育館  
相談員 保健師・栄養士

## ◆めざせ！体内革命プロジェクト

運動習慣を身につけ、生活習慣を見直すことで健康な体を作りましょう！

【1回目】9月26日(月)・基礎代謝・体内年齢を測定  
【2回目】9月29日(木)・栄養の講義

【3回目】平成24年1月12日(木)基礎代謝・体内年齢を測定(努力した結果、体がどのように変化したかを測定します。)

場所 保健センター  
対象 20歳以上の方  
内容 血管年齢、脳年齢、骨密度、咬合力(咀嚼力)、体組成(体内年齢、筋肉量、体脂肪)、足指力(下肢筋力低下による転倒リスク)

定員 5人(予約制)

## ◆育児相談(申込み不要)

①日時 9月2日(金)午後1時30分～2時30分  
場所 子ども応援館

②日時 9月21日(水)午前9時30分～10時30分  
場所 保健センター

対象 4か月児からの乳幼児  
内容 身体計測、育児相談、ミニ講座(子どもがいる家庭の災害対策)

相談員 保健師・助産師・栄養士

場所 保健センター  
対象 離乳食開始時期の乳児とお母さんなど  
内容 離乳食の作り方、進め方(試食あり)  
講師 保健師・栄養士  
定員 14組

## ◆パパ・ママクラス(予約制)

日時 8月27日(土)、9月1日(木)・10日(土)・15日(木)・22日(木)  
午後1時30分～3時30分  
場所 保健センター

対象 これからパパ・ママになる方、おじいちゃんおばあちゃんもどうぞ！  
内容 胎児との絆作りや、赤ちゃんのお風呂の入れ方、マタニティエクササイズなど  
定員 先着20組  
申込み 保健センターへ。

日時 9月7日(水)・21日(水)午後1時～2時(受付)  
場所 保健センター  
対象 4歳未満  
持ち物 母子健康手帳・歯ブラシ2本・コップ・タオル  
申込み 前日までに保健センターへ。

## 9月の休日診療

診療時間	内科・小児科(昼間)	内科・小児科(準夜)	歯科休日診療
	午前9時～11時45分 午後1時～4時45分	午後5時～9時45分	午前9時～正午 午後1時～5時
4日(日)	福生市休日診療所 福生2125-3 ☎552・0099	羽村市平日夜間急患センター羽村市緑ヶ丘5-1-2(羽村市役所裏) ☎555・9999	東青梅休日歯科診療所 青梅市東青梅1-174-1(青梅市健康センター内) ☎0428・23・2191
11日(日)	福生市休日診療所	福生市休日診療所	東青梅休日歯科診療所
18日(日)	福生市休日診療所	福生市休日診療所	東青梅休日歯科診療所
19日(祝)	福生市休日診療所	みずほクリニック 瑞穂町長岡長谷部31-1 ☎568・0300	東青梅休日歯科診療所
23日(祝)	福生市休日診療所	菜の花クリニック 瑞穂町殿ヶ谷454 ☎557・7995	東青梅休日歯科診療所
25日(日)	福生市休日診療所	福生市休日診療所	東青梅休日歯科診療所

※医療機関が変更になる場合もあります。受診の際は保険証をご持参ください。

## 9月の乳幼児健康診査

健診名	健診日	対象児	受付場所・時間
3か月児	20日(火)	平成23年5月生まれ	保健センター 午後1時～1時45分
6か月児	満月齢後の6,7か月期	平成23年3月生まれ	個別健診です。通知はしません。3か月児健診の際、受診票を交付しますので、都内の指定医療機関で受診してください。
9か月児	満月齢後の9,10か月期	平成22年12月生まれ	
1歳6か月児	27日(火)	平成22年2月生まれ	保健センター 午後1時～1時45分
3歳児	6日(火)	平成20年8月生まれ	
備考	◆各健診とも母子健康手帳をお忘れなく。 ◆6,9か月児健診は受診票も必要です。		

## 9月の予防接種(BCG・ポリオ)

期日	種別	対象	備考
13日(火)	BCG	平成23年5月11日～6月14日生まれ	3か月～6か月未満
9日(金)	ポリオ	平成22年12月生まれ	41日以上間隔をあけて2回接種。 対象は3か月～7歳6か月未満
16日(金)		平成23年1月生まれ	
28日(水)		平成22年2月生まれ	
受付時間【BCG】午後0時50分または午後1時15分(ご案内の通知で指定します)【ポリオ】午後1時～2時5分 場所 保健センター※接種の際は保護者同伴で、必要事項を記入した予診票と母子健康手帳を持参してください(BCGの受付時間に変更になります)。			

## 医師会だより

### ～医薬分業について～

医療機関を受診した際、処方せんが発行されて、薬は薬局へ行って受け取る。これは今では当たり前のことになってきました。こうしたやり方を医薬分業と言います。以前は病院で薬が出されて1か所で済んでいたのにとおもいになる方もいらっしゃるかもしれませんが、しかしわざと二度手間のようにすることに医薬分業の意義があります。

欧米では、医薬分業が当たり前となっています。欧米の友人に、「日本では病院で薬が出される」と言うと、非常に驚かれ、「では、どうやって医師の処方のチェックがなされるのか」と聞かれました。それに対して「そのような仕組みはない」と答えると、さらにびっくりされたというエピソードを何かの本で読んだことがあります。

医薬分業のメリットとして、薬の処方をオープンにして医療の透明性を図ることが挙げられます。また医師も人間、決して間違えないということはありません。薬局で処方内容のチェックをするこ

とができ、医療の安全性の確保につながります。

ここで薬剤師の仕事内容をお話いたします。

薬剤師は処方せんを受け取ると、薬の用量、用法が適正かどうか、飲み合わせは問題ないだろうかチェックします。そして患者さんの体質、アレルギー、嗜好品、既往歴、合併症、併用薬からして、薬の服用は問題ないかチェックします。それから薬を取りそろえます。薬の取りそろえに際しても、薬名は似かよった名前もの(糖尿病薬のアマリールと降圧薬のアルマールなど)があり、同じ薬名でも20mg、40mgなどとmgの数が多種類あるので慎重に慎重をきして行ないます。

そして薬を取りそろえた人と別の人がそれを再度チェックを行ないます。薬は人命に関わるものです。間違いを絶対的に排除するため、このようなことを薬剤師は行なっています。

安全性の確保には手間がかかります。少々お待ちすることとなりますが、ご理解をいただけましたら、幸いに存じます。

文責 小川薬剤師

問合せ 保健センター ☎552・0061

## 海外へ修学旅行や研修に行かれる

### 高校2年生のみなさんへ

平成23年度に海外へ修学旅行や研修等に行かれる高校2年生の方は、「麻しん及び風しん予防接種第4期」の特例対象者となります。

#### 特例対象者

次の①～③の条件すべてを満たしている方が対象です。  
①平成6年4月2日から平成7年4月1日までに生まれた方  
②平成23年度に海外へ修学旅行や研修に行く予定がある方  
③現在、「麻しん風しん予防接種第4期」を受けていない方  
※すでに麻しん及び風しん予防接種第4期の予防接種を受けている方は対象となりませんのでご了承ください。

※平成23年度のみ国が特例措置として実施するものです。

#### 申込み方法

保健センターに生年月日が確認できる書類(保険証等)、母子健康手帳(お持ちの方)を持参し、予診票等の交付を受けてから、市内の指定医療機関で接種を受けてください。

#### 指定医療機関

広報ふっさ7月15日号をご覧ください。

問合せ 保健センター ☎552・0061

- 妊娠届出書の提出及び「母子健康手帳」の交付は保健センターです。
- 赤ちゃんが生まれたら、出生届と一緒に出生通知票を総合窓口へ出ししょう。

※各事業の申込みは特に記載のあるものを除き、電話で申し込みます。