

保健ガイド

保健センター
☎552・0061

4月の休日診療

受付時間	内科・小児科(昼間) 午前9時～11時45分 午後1時～4時45分	内科・小児科(準夜) 午後5時～9時45分	歯科休日診療 午前9時～正午 午後1時～5時
5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
12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(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
26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
29日(祝)	福生市休日診療所	栗原医院 瑞穂町箱根ヶ崎61 ☎557・0100	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。

4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	21日(火)	平成20年12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20年10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20年7月生まれ	
1歳6か月児	28日(火)	平成19年9月生まれ	保健センター 午後1時～1時45分
3歳児	7日(火)	平成18年3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。		

4月の予防接種(BCG)

期日	種別	対象	備考
17日(金)	BCG	平成20年12月15日～21年1月18日生まれ	3か月～6か月未満

受付時間【BCG】午後0時30分または午後1時(ご案内の通知で指定します。)

◆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ましょう。

☎4月1日からの母子健康手帳

◆妊婦健康診査の一部公費負担回数について

市では、妊婦健康診査のうち、5回は一部公費負担を行なっていました。平成21年4月1日より一部公費負担回数を14回に増やす予定です。

◎里帰り等妊婦健康診査費助成金制度について


里帰り等で妊婦健康診査受診票が使用できない医療機関(助産所含む)で、妊婦健康診査を平成21年4月1日以降受診し、受診日に市内に住所を有する方は、妊婦健康診査費助成金が申請により交付される予定です。

※いずれも詳しくは広報ふっさ4月1日号をご覧ください。

◆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ましょう。

☎4月1日からの母子健康手帳



◆助産師と話そう

内容「助産師からの10分間話(テーマ)3月「産後の尿もれ」、4月「保育園へ預けるときの子の母乳の知識」他。

日時3月27日(金)、4月24日(金)午前10時～正午

場所保健センター

対象妊産婦・子育て中の母子(申込み不要、お子さん連れ0歳児から可)

主催西多摩助産師会

問合せ森田助産院 ☎551・0323

医師会だより

不正出血について

月経以外の出血をすべて不正出血といいます。出血は赤いものと思いがちですが、出血の量が少ないと黒かったり、茶褐色だったりします。それも月経以外の場合には不正出血になります。

①子宮がんによる出血

不正出血がある場合に最も注意すべき病気は子宮がんです。子宮がんには「子宮頸がん」と「子宮体がん」の2つの種類があります。子宮頸がんは30歳以上にみられることが多かったのですが、最近は20歳代での発症も増えています。

また、子宮頸がんの発症は、ヒトパピローマウイルスの感染が関係していることがわかっています(近いうちに予防ワクチンが導入される予定です)。子宮体がんは、出産経験のない女性がかかりやすく、40歳代以上に多いがんです。

いずれも悪性腫瘍なので、早期発見、治療が大切です。細胞をとる検査(細胞診)が必要です。

度受けたら一生安心というものではありませんので、毎年検査を受けましょう。

②妊娠にかかわる出血

予定よりも月経が遅れ、腹痛を伴った出血があれば、流産や子宮外妊娠のこともあります。早めの処置が必要なので急いで受診してください。

③感染症やおりものの病気による出血

クラミジア感染などによっても、おりものに混じって少量の出血がみられることがあります。

④萎縮性陰炎による出血

更年期、老年期になると、陰粘膜が萎縮して薄くなります。陰の炎症が起こりやすくなり、おりものが、黄色や少量の出血がまじったり、褐色になったりします。

⑤そのほかの出血

思春期や更年期のホルモンバランスの乱れ、ストレスや過度のダイエットが原因となることもあります。

文責宮川医師
問合せ保健センター

※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。

◆健康相談(②のみ予約制)

①日時4月2日(木)・16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4月11日(土)・25日(土)午前9時30分～11時
場所保健センター
相談員保健師・栄養士

③日時4月14日(火)午後1時～3時
場所中央体育館

④日時4月22日(水)午前10時～正午
場所福生地域体育館

⑤日時4月23日(水)午後1時30分～3時
場所中央図書館ロビー
相談員保健師・栄養士

◆育児相談(申込み不要)

日時4月3日(金)午後1時30分～2時30分
場所福祉センター
日時4月15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
相談員保健師・助産師・栄養士

◆子育て教室(予約制)

日時4月24日(金)午後1時30分～3時30分
場所保健センター
対象6か月までの乳児
内容子育てのお話、お母さんの健康、育児相談など
講師保健師・助産師
申込み保健センターへ。

◆パ・ママクラス(予約制)

4・5月コース全5回です。
日時4月25日(土)、5月7日(木)・16日(土)・21日(木)・28日(木)午後1時30分～3時30分(5月16日は午前10時～午後1時)
場所保健センター
対象これからパママになる方、おじいちゃんおばあちゃんもどうぞ!
定員先着20組
内容パママになる準備をしましょう。

申込み3月18日(水)から保健センターへ。

◆乳幼児歯科健康診査

日時4月1日(水)・15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・コップ・タオル
申込み前日までに保健センターへ。

◆離乳食教室(予約制)

日時4月8日(水)午前10時～11時30分
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
定員先着14組
申込み3月18日(水)から保健センターへ。

骨密度測定健診・がん検診のお知らせ

①骨密度測定健診(5月)対象市内在住の40・45・50・55・60・65・70歳(平成21年4月1日現在の)女性定員75人(定員を超えた場合は8月度に繰越し)費用無料
健診方法医療機関における個別健診(X線による第二中手骨密度測定)

②子宮がん検診(5月)対象市内在住の20歳(平成21年4月1日現在)以上の女性で、平成20年度に子宮がん検診を受診していない方定員約180人(定員を超えた場合は8月度に繰越し)費用無料
検診方法医療機関における個別検診(細胞採取と細胞検査)

③乳がん検診(5月)対象市内在住の40歳(平成21年4月1日現在)以上の女性で、平成20年度に乳がん検診を受診していない方定員約150人(定員を超えた場合は8月度に繰越し)費用1,600円
検診方法医療機関における個別検診(マンモグラフィと視触診)

④前立腺がん検診(5月)対象市内在住の50・55・60・65・70・75・80歳(平成21年4月1日現在の)男性定員150人(定員を超えた場合は抽選になります)費用無料
検診方法医療機関における個別検診(血液検査)

【①～④共通】

期間5月1日(金)～31日(日)(④は5月1日～10月31日)場所市内指定医療機関
申込み往復はがきで4月3日(金)(当日消印有効)までに申し込んでください。また、往復はがき1枚につき1つの検(健)診しか申し込みできません。
往復はがきの書き方
(往信・表)〒197-0011福生2125番地3 福生市保健センター
(往信・裏)①住所②氏名③生年月日④年齢⑤電話番号⑥〇〇検(健)診希望
(返信・表)自分の住所・氏名を記入してください。
(返信・裏)何も記入しないでください。
※往復はがき1枚につき1つの検(健)診しか申し込みできません。
※往復はがきの記載内容に不備があると受診できませんのでご了承ください。
※検(健)診の結果によっては保健センターから連絡が行く場合があります。
問合せ保健センター ☎552・0061