



保健ガイド

【問合せ・申込み】保健センター ☎ 552・0061

事業名	日時	場所	対象・定員
①健康相談	10月5日(木)・19日(木) 午前9時30分～11時 10月20日(金)午前10時～正午	市役所1階ロビー 福生地域体育館	
②ヘルスチェック 血管年齢、脳年齢、骨密度、咬む力、体組成、足指力の測定、食事・運動等についての助言	10月11日(木) ①午後1時30分(受付) ②午後2時30分(受付)	保健センター	20歳以上の方・先着35人※前回受けた方は6か月経ってからお申し込みください。
③育児相談 身体計測、育児相談、母乳・栄養相談	①10月6日(金)午後1時30分～2時30分 ②10月18日(木)午前9時30分～10時30分	子ども応援館	4か月児からの乳幼児※4か月未満は要相談
④離乳食教室 離乳食の作り方、進め方(試食あり)	<前期・中期食> 10月11日(木)午前10時～11時30分	保健センター	離乳食開始時期の乳児とお母さんなど・先着20組
⑤パパママクラス(10・11月コース) お産の話、栄養の話、お風呂の入れ方、マタニティエクササイズ等	10月14日(土)・26日(木)、 11月11日(土)・16日(木)・ 30日(木)午後1時30分～3時30分		これからパパ・ママになる方、祖父母など・先着20組
⑥すすくすベビークラス(ねんねのころ)	10月12日(木)午前10時～11時30分		2か月～5か月ごろの乳幼児と保護者・先着20組
⑦すすくす歯科健診(乳幼児歯科健康診査)	10月4日(木)・18日(木)午後1時～2時(受付) ※母子健康手帳・歯ブラシ・コップ・タオル持参		3歳11か月になる月までのお子さん(フッ素塗布は3歳3か月になる月まで)

【申込み】①・③は不要。②・④・⑤・⑥は9月19日(火)から、⑦は初診・日程変更の方のみ前日までに保健センターへ。

10月の休日診療

※保険証をご持参ください。

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			
1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 ☎ 555・9999	東青梅休日歯科診療所 青梅市東青梅 1-174-1 ☎ 0428・23・2191
8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
9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
15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
22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(日)	福生市休日診療所	羽村市平日夜間急患センター	東青梅休日歯科診療所

10月の乳幼児健康診査

※母子健康手帳をお忘れなく。

健診名	健診日	対象児	受付場所・時間
3か月児	17日(火)	平成29年6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29年4月生まれ※受診日時時点で生後6か月0日以降の乳児	個別健診。通知はしません。3か月児健診の際に交付した受診票を持参し、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29年1月生まれ※受診日時時点で生後9か月0日以降の乳児	
1歳6か月児	24日(火)	平成28年3月生まれ	保健センター 午後1時～1時45分
3歳児	3日(火)	平成26年9月生まれ	

10月の予防接種(BCG)

期日	備考
18日(木)	標準的接種期間対象者：5か月～8か月未満(接種は1歳未満まで可能です。)

【受付時間】午後0時50分または1時15分(対象の方に通知でご案内します。)
【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。

○妊娠届出書の提出および「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課へ出しましょう。

医師会だより

～甲状腺機能異常の高齢者が増えています～

◆甲状腺機能異常とは

甲状腺とは、のどぼとけの下にある器官です。脳からの指令で、生きていくために欠かせないホルモンをつくり、分泌することで体の活動性を保っています。そのため甲状腺ホルモンが多くても少なくても体調が崩れてしまいます。甲状腺ホルモンの分泌が過剰になることを甲状腺機能亢進症、分泌が低下することを甲状腺機能低下症といいます。

◆高齢者の特徴

高齢者の場合、甲状腺機能亢進症、甲状腺機能低下症等、いずれの場合も若い人では見られない症状が現れることもあります。一方で甲状腺が正常でも甲状腺機能異常と似ている症状がみられるので注意が必要です。

◆甲状腺機能亢進症

また、若い人に比べて甲状腺ホルモンの上昇も軽度ですが軽症(潜在性)の甲状腺機能亢進症でも心臓が正常なリズムでうごかない心房細動になる危険が高く、心臓や血管の病気がおこりやすくなります。骨密度が低下するため骨折の危険も高まります。バセドウ病は高齢者でも発症します。

◆甲状腺機能低下症

軽症(潜在性)の機能低下症でも代謝が下がって血中コレステロールの値も高くなり結果として動脈硬化が進み、心臓や血管の病気がおこりやすくなります。認知機能が障害されることもあります。甲状腺に慢性的な炎症を起こす橋本病は高齢者で増加します。

◆甲状腺機能異常の高齢者を見逃さないためには

甲状腺機能異常の可能性がある場合は医療機関でまず甲状腺刺激ホルモン(TSH)を測定して発見します。軽症(潜在性)の機能異常を含めて適切に対処することが大切です。

【文責】小久保医師

各種検診のお知らせ

①骨密度測定健診(11月)

【期間】11月1日(木)～30日(木)
【場所】市内指定医療機関(個別検診)
【対象】市内在住で40・45・50・55・60・65・70歳の女性(年齢は平成29年4月1日現在)
【定員】約70人(抽選)
【健診方法】X線による第二中手骨密度測定

②子宮頸がん検診(個別検診・11月)

【期間】11月1日(木)～30日(木)
【場所】市内指定医療機関(個別検診)
【対象】市内在住の20歳以上(年齢は平成29年4月1日現在)の女性で、平成28、29年度に子宮頸がん検診を受診していない方

◆次のような方はご注意ください

・子宮の手術を受けたことがある方

◆次のような方は受診できません

・受診日当日、月経中の方

【定員】約300人(抽選)

【検診方法】細胞採取、細胞検査

③乳がん検診(個別検診・11月)

【期間】11月1日(木)～30日(木)
【場所】市内指定医療機関(個別検診)
【対象】市内在住の40歳以上(年齢は平成29年4月1日現在)の女性で、平成28、29年度に乳がん検診を受診していない方

◆次のような方は受診できない可能性があります

・ペースメーカーやICDポートなどを装着している方

・豊胸手術を受けた方

・肋骨骨折や肋骨にひびが入っている方

・授乳中の方

・妊娠している方、またはその可能性がある方

【定員】約200人(抽選)

【検診方法】視触診およびマンモグラフィ

【費用】1,600円※生活保護受給者は、生活保護法適用証明書を指定医療機関に提出すると無料で受診できます。

④女性医師による乳がん・子宮頸がん検診(集団検診)

【日時】11月5日(日)(午前9時～正午、午後1時～4時)

時※受付時間は抽選です。個別にご案内します。)

【場所】保健センター(検診車による集団検診)

【対象】乳がん検診…40歳以上の女性、子宮頸がん検診…20歳以上の女性(市内在住で年齢は平成29年4月1日現在※28・29年度中に検診を受診した方はお申し込みできません。)

【定員】乳がん検診70人、子宮頸がん検診70人(各抽選)

【検診方法】乳がん検診…視触診およびマンモグラフィ、子宮頸がん検診…細胞採取、細胞検査

【費用】乳がん検診…1,600円、子宮頸がん検診…無料※乳がん検診無料クーポン券をお持ちの方は、当日クーポン券を受付に提出すると無料で受診できます。また、生活保護受給者は、生活保護法適用証明書を当日受付に提出すると無料で受診できます。

◆次のような方はご注意ください

・子宮の手術を受けたことがある方

◆次のような方は受診できない可能性があります

・ペースメーカーやICDポート等を装着している方

・豊胸手術を受けた方

・授乳中の方

・肋骨骨折や肋骨にひびが入っている方

・妊娠している方、またはその可能性がある方

◆次のような方は受診いただけません

・受診日当日、月経中の方※当日の間診結果によっては検診が受診できない場合があります。

<①～④共通>

【申込み】9月30日(土)までに市ホームページから電子申請(9月30日(土)午後11時59分まで)または、往復はがき(当日消印有効)でお申し込みください。

【往復はがきの書き方】

<往信・表> 〒197-0011 福生市福生 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希望検(健)診名

<返信・表> ご自分の住所・氏名

<返信・裏> 無記入

※往復はがき1枚につき1種類1人の申込みです。(④のみ1枚で申込み可)記載に不備があると受診できません。

【問合せ】保健センター ☎ 552・0061

編集 今号では記憶画を描かれている窪田さんの取材と写真撮影をさせていただきました。文中にもありますが、描き始めたのが80歳を過ぎてからのことと、まさに「始めるのに遅すぎることはない」のだなあと感じました。企画展示を通じて、その絵を多くの人に見ていただきたいと思ひます。

発行・福生市／編集・企画財政部秘書広報課／〒197-0501 福生市本町5／☎042-551-1511(市役所代表)／毎月1日・15日発行

市役所は祝日の土曜日を除き、一部の部署で毎週土曜日開庁しています。(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時まで開庁時間を延長しています。