

保健ガイド

保健センター
552・0061

市役所は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) 毎週水曜日は午後8時まで開庁時間を延長しています。

◆健康相談

日時11月4日(木)・18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

◆晩秋のヘルスチェック

生活習慣病等のリスクが、どれ位なのかを簡易測定してみませんか? 測定結果に基づき食事、運動、生活についての助言相談を保健師・栄養士が行ないます。

◆育児相談(申込み不要)

①日時11月5日(金)午後1時30分～2時30分
場所子ども応援館

◆有見相談(申込み不要)

②日時11月17日(水)午前9時30分～10時30分
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)

◆離乳食教室(予約制)

日時11月10日(水)午前10時～11時30分
場所保健センター

11月の休日診療

受付時間	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	福生市休日診療所 福生2125-3 ☎552・0099	丸野医院 瑞穂町長岡1-14-9 ☎556・5280	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
3日(祝)	福生市休日診療所	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
7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
14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
21日(日)	福生市休日診療所	福生市休日診療所	松永歯科医院 福生963 ☎552・7122
23日(祝)	福生市休日診療所	石畑診療所 瑞穂町石畑207 ☎557・0072	大浦歯科医院 福生867 ☎553・0667
28日(日)	福生市休日診療所	福生市休日診療所	吉成歯科医院 熊川1396塩野ビル2F ☎553・5538

※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。

11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	16日(火)	平成22年7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22年5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2月生まれ	保健センター 午後1時～1時45分
1歳6か月児	9日(火)	平成21年4月生まれ	保健センター 午後1時～1時45分
3歳児	2日(火)	平成19年10月生まれ	保健センター 午後1時～1時45分
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。		

11月の予防接種(BCG)

期日	種別	対象	備考
19日(金)	BCG	平成22年7月17日～8月20日生まれ	3か月～6か月未満

受付時間【BCG】午後0時50分または1時15分(ご案内の通知で指定します)
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。

- 妊娠届出書の提出及び「母子健康手帳」の交付は保健センターへ。
- 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。

「認知症」と言う言葉が最近頻繁に使われるようになりました。しかし、認知症とはどんな事と聞かれると、なかなか言うことができないのではないのでしょうか。

認知症とはいったん正常まで発達した知能が再び低下した状態を言い、知能の発達途中で低下してしまう知的障害と分けられます。知能、記憶、見当識、人格が低下した状態を総称して認知症と言うのです。

日本ではすでに65歳以上の3～8.8%がすでに認知症になっています。80歳から84歳の間に年間8%の認知症の発症がみられています。また、アルツハイマー型認知症は年齢とともに特に増加して、片親が認知症の場合、通常の10～30%増しの発症が見られ、50歳以下で親が発症したならば、約20倍の発症が見られると言われています。

危険因子としては高血圧症、糖尿病、喫煙、高脂血症が疑われ、おかしい事を言うなど思われた後6～7年で完全な認知症と

医師会だより 認知症について

して完成します。言葉が出ない失語、ここがどこでどの様な立場かわからなくなる失見当識、実行能力がなくなるなどの他、幻覚、妄想、徘徊、異食行動、睡眠障害、うつ状態、不安状態、暴言、暴力などの症状を呈します。

また昨夜の食事内容を聞いたり、最近のニュースでどんな事がおこったか聞くと、まず言うことができません。しかし大昔の事はおぼえていて、「あの時どうした」「こう苦労した」などと答えます。また簡単なひき算、例えば「12から4ひくといくら?」など聞いても答えられません。しかし、たし算はできます。

いまや日本にはすでに150万人に達すると言われ、今後30年のうちに300万人に達すると言われています。家族の負担が徐々に増加し、一家に一人いるだけでも家族労働は大変な労力になります。現在、介護保険にだいたい取られています。将来ますますその負担は増大すると思われれます。

文責 渡辺医師
問合せ 保健センター ☎552・0061

健康、子育て体験談、妊婦さんの交流など

③中学校1年生(13歳)の方

646へ。(FAX同じ)

事務局・西本 ☎042・596・0

申込み 西多摩地区肝友会事務局 ☎042・596・0

◆

11時30分

◆乳幼児歯科健康診査

④高校3年生(18歳)の方

※対象者にはすでに個別に

予診票が送付されています。お手元がない方は保健センターへお問い合わせください。

◆

◆パパ・ママクラス(予約制)

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆

◆