

## インフルエンザワクチン接種料金の助成について

今年は、新型と季節型が混合されたインフルエンザワクチンが製造され、10月中旬頃から各医療機関で接種が開始される予定です。対象の方に助成があります。



### ○全額助成の対象となる方

市民税非課税世帯（公費負担証明書を保健センター・風連庁舎で発行）  
生活保護世帯の方（保護受給証明書を市役所保護係で発行）

### ○一部助成の対象となる方（1人1回 1,000円を助成）

上記対象以外の概ね65歳以上の方

①65歳以上の接種希望者（接種当日）

②60歳以上65歳未満で、心臓、腎臓または呼吸器の機能に自己の身の日常生活が極度に制限される程度の障がいや有する方、およびヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障がいや有し、接種を希望する方（接種当日）

※本市に住民票があり、下記の医療機関で接種できる方に限ります。保険証を持参してください。

### ○委託医療機関

市立総合病院、風連国保診療所、名寄東病院、名寄三愛病院、吉田病院、片平外科・脳神経外科、名寄中央整形外科、岡崎内科、あかいし内科医院、たに内科クリニック、あべクリニック

## 特定健診・がん検診のお知らせ

特定健診は、35歳以上の市国保に加入する方が無料で受けられる健診です。次の日程で特定健診とがん検診を行います。まだ受けていない方は下記をご参照のうえ、この機会にご希望の検診をお申し込みください。

### ●11月の集団検診

とき	ところ	内容
11月5日(金) 7:00~10:30	智恵文支所	特定健診、胃・肺・大腸・前立腺がん検診、エキノコックス症検診、結核検診、肝炎ウイルス検診
6日(土) 6:00~10:30	保健センター	
7日(日) 6:00~10:30	総合福祉センター	
8日(月) 6:00~10:30	風連西町コミュニティセンター	

## 組み合わせ検診

無料送迎バスで、旭川がん検診センターへ行き受診する検診です。ご希望の検診（特定健診、胃・肺・大腸・前立腺・乳・子宮の各種がん検診、肝炎ウイルス検診、エキノコックス症検診、骨粗しょう症検診）を、全て1日で受けられます。ぜひこの機会にお申し込みください。



○とき 11月10日(水)、11日(木)、12日(金)

○ところ 旭川がん検診センター

○無料バス 7:00発 保健センター前(14:30頃名寄到着予定)  
7:30発 風連庁舎前

対象・料金は、各検診項目や保険の種別によって異なります。詳しくはお問い合わせください。

※特定健診は、本市国保の人間ドッグ費用助成との重複受診はできませんのでご注意ください。

# 健康ガイド

## HEALTHY GUIDE

申し込み・問い合わせ

保健センター

名寄市西2北5丁目

☎01654②1486

### 休日当番医 急患に限ります

10月	3日	市立総合病院 ☎01654③3101
	10日	吉田病院 ☎01654③3381
	11日	たに内科クリニック ☎01654③1223
	17日	岡崎内科 ☎01654③2361
	24日	片平外科・脳神経外科 ☎01654③3375
	31日	中村整形外科 ☎01654③2881
11月	3日	名寄中央整形外科 ☎01654③2006



救急医療情報案内

フリーダイヤル

☎0120-20-8699

## 10月 子育て保健 ミニカレンダー

- 5日(火) 7カ月児健診
- 6日(水) ポリオ
- 7日(木) 3~4カ月児健診  
BCG
- 8日(金) 親子ふれあいひろば
- 13日(水) お母さん教室①
- 14日(木) 3歳児健診
- 15日(金) のびのび親子教室
- 18日(月) 股関節脱臼検診
- 19日(火) ポリオ
- 20日(水) 1歳6カ月児健診
- 22日(金) 親子ふれあいひろば
- 23日(土) お父さんお母さん教室②
- 25日(月) 赤ちゃん計測日
- 26日(火) 発育相談
- 29日(金) ポリオ

※風連会場は風連地区の方のみを対象として実施しています。  
※詳しくは母子保健カレンダーをご覧ください。

## 市立病院の健康講座

市立総合病院 ☎01654③3101

### 「下肢動脈閉塞症（末梢動脈閉塞症）は全身病」

末梢動脈閉塞症とは、下肢（足）の動脈がつまり、血流不足によって筋肉や皮膚に障害が出る病気です。

初めの症状は、間歇性跛行（一定距離を歩くと徐々にふくらはぎがはってきて歩いてなくなる、少し休むとまた歩けるようになる、これを繰り返す）ですが、病状が進むと安静時痛、皮膚潰瘍、壊死に至り下肢切断の心配もでてきます。この病気が足の病気と思われがちですが、実は全身病なのです。全身動脈硬化症の一部分症状であり、診断された時点では、症状はなくてもすでに全身の動脈が病気になるっているのです。下肢動脈閉塞は動脈硬化症の最終段階とも言われており、下肢動脈の病気が診断されたら、全身の重要動脈、脳、心臓、腎臓、大動脈などにもすでに病気が存在している可能性が高いということです。

足の心配もさることながら、命を左右する重要臓器の動脈も調べる必要があります。足の症状で受診された患者さんが心臓手術を先に行うということもまれではありません。

れています。

下肢動脈閉塞の初期症状は、約半数が冷感程度か無症状、約47〜49%が間歇性跛行と言われています。初期の段階で皮膚潰瘍、壊死になってしまふのはほんの1〜3%程度であり、すぐに重症化することは多くはありません。また、間歇性跛行の5年後も約80%は安定し下肢症状に大きな進行はないとされています。ところが、間歇性跛行の段階の患者さんでも、約30%の方は5年以内に心臓や脳に関する血管イベント（脳梗塞、心筋梗塞など）で死亡または死亡に至らないまでも大きな後遺症を残す結果となるというデータが示されています。

したがって、われわれ血管外科医は、下肢動脈のことで受診されたとしても心臓を含め全身の主要動脈を十分精査します。そのうえで下肢動脈に対する治療方針を決定します。足だけに目を捕らわれず、患者さんの症状（重症度）と血流状態、今後の進み具合の予想（予後）、手術リスクなどから、全身を総合的に判断することが重要です。むやみに広げたりバイパス手術をするわけではないのです。いずれにしろ、動脈硬化は生活習慣病、予防と進行防止が何より重要です。動脈硬化進行のおもなリスクファクターは、影響度順に、糖尿病、喫煙、脂質異常、年齢、高血圧、肥満などとされています。

名寄市立総合病院

副院長 和泉裕一

#### 名寄市地域子育て支援センター「さくらんぼ」

10月・11月の催し(☎01654②5683)

- 親子あそびの広場「手型作り」
  - ・とき 10月5日(火) 10:00~11:30
  - ・ところ ほっと21
  - ・内容 お子さんの手型を土粘土で作ります。(材料費300円)
- 親子あそびの広場「親子ふれあい体操」
  - ・とき 10月19日(火) 10:00~11:30
  - ・ところ ほっと21
  - ・内容 親子ふれあい体操の3回目となります。上靴持参。
- 親子あそびの広場「2回目身体測定」
  - ・とき 11月2日(火) 10:00~11:30
  - ・ところ ほっと21
  - ・内容 身長と体重をはかり、手形を押してカードを持ち帰ります。
- 親子講座「手芸教室」
  - ・とき 11月16日(火) 10:00~11:30
  - ・ところ ほっと21
  - ・内容 かぎ針編みの予定。要予約。定員20人(託児あり)

#### 健康づくり体操教室のお知らせ

- ・とき 10月7日・14日・21日・28日(木曜日) 9:30~11:15
- ・ところ 総合福祉センター
- ・内容 フォークダンス・民謡踊り・自きょう術
- ・持ち物 上靴
- ・申し込み 当日会場で受け付けます。
- ・問い合わせ 名寄庁舎2階 高齢介護課高齢福祉係 ☎01654③2111 内線3231

#### 名寄大谷認定こども園 子育て支援センター「ちゅうりっぷ」

(連絡先☎01654⑧7711)

月曜日から金曜日の9:00~10:30まで開設しています、親子で遊びに来てください。(月1回土曜日にも開放しています。詳しくはお問い合わせください)

名寄大谷認定こども園保育園2階 自由参加で無料です。