

# プール熱の流行に注意しましょう!

プールの水を介して流行することが多いのでプール熱と呼ばれています。プール以外にも、咳やくしゃみによる飛沫感染、目やにや唾液による直接・間接感染で広まります。アデノウイルスの感染で起こるカゼ症候群の一つで、子どもに多くみられます。

## 症状は...

5～7日間の潜伏期間があり、まず発熱が4～5日続き、のどの痛みと結膜の充血や目やになどの症状がでてきます。頭痛・吐き気・腹痛・下痢を伴うこともあります。



## 予防方法は...

- ・うがいや、流水と石けんによる手洗いを励行しましょう。
- ・目やにからの感染もあるので、タオルの共有はやめましょう。
- ・プールに入る前後のシャワーや、入った後の洗眼・うがいを充分にしましょう。



道内では、6月中旬にインフルエンザによる集団感染が発生し、学年閉鎖がみられています。引き続き手洗いうがいなど、予防に心がけましょう!

## 「個人検診」のお知らせ

これから各種がん検診や乳がん・子宮がん検診の申し込みを考えている方、個人検診はご存知ですか?個人検診は、一年を通して実施しているため、希望の日時を直接検診機関に問い合わせ受診日を決めることができます。また、市の検診料金と同額で受けられます。今年度まだ検診を受けていない方は、ぜひこの機会にお申し込みください。

検診機関	内容
旭川がん検診センター (旭川市末広東2条6丁目)	胃・肺・大腸・前立腺・乳・子宮がん検診、 特定健診(市国保に加入の方)、骨粗しょう症 検診、肝炎ウイルス検診、エキノコックス症 検診(上記項目は全て同日受診可能)
名寄市立総合病院 (名寄市西7条南8丁目)	乳がん検診 子宮がん検診

## 受診までの流れ

- 保健センターに電話で申し込む。
- 保健センターから必要書類が送付される。
- 受診する検診機関に予約を入れる。
- 必要書類を持参し、直接検診機関に行き受診する。
- 旭川までの無料バスは出てい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  
☎01654 1486

## 休日当番医 急患に限ります

7月 4日	市立総合病院 ☎01654 3101
11日	吉田病院 ☎01654 3381
18日	名寄東病院 ☎01654 2188
19日	名寄中央整形外科 ☎01654 2006
25日	あかいし内科医院 ☎01654 7177
8月 1日	市立総合病院 ☎01654 3101



救急医療情報案内  
フリーダイヤル  
☎0120-20-8699

## 7月 子育て保健 ミニカレンダー

- 1日(木) 3歳児健診
- 6日(火) もぐもぐ離乳食教室
- 8日(木) 発育相談
- 9日(金) 親子ふれあいひろば
- 14日(水) 7カ月児健診
- 16日(金) 二種混合(風連地区)
- 20日(火) のびのび親子教室
- 21日(水) 赤ちゃん計測日
- 22日(木) 幼児健診・ポリオ  
(風連地区)
- 23日(金) 親子ふれあいひろば
- 26日(月) 股関節脱臼検診
- 29日(木) 3～4カ月児健診  
BCG
- 30日(金) 二種混合(小6)  
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。



## 風連診療所の健康だより

### 「お金」のお話

風連国民健康保険診療所 ☎016555③2545

今年も決算の季節がやってきました。風連国保診療所の収支のご報告をさせていただきます。21年度もまだ赤字でした。20年度に対してもやや悪化しています。

支出の合計は1億2304万円です。収入の合計は同じく1億2304万円です。このうち、一般会計からの繰り入れ（つまり赤字）が650万円（昨年比321万円の悪化）となっています。診療収入は前年より46万円（約0.5%）程度の増収でした。前年より、患者さんは減少（20266人、20177人0.4%減）し、一人当たりの医療費は減少（4572円、4525円）しています。新型インフルエンザの影響で、2カ月分処方するようになったため、新型インフルエンザ終息後も、2カ月分もらう方が楽だから2カ月分欲しい！という患者さんが増えた（おそらく3〜4割くらい）ので、外来患者数が減少しています。（2カ月分処方すると、来院する回数が半分になり外来患者数が減ります）患者さんも減って、一人当

たりの医療費も減っているのに、総額が増えたのは、特別養護老人ホームでの（しらかばハイツ、清峰園）の患者さんの治療（肺炎や、看取りも含めて）を、ホーム内で行うことが増加して、検査や点滴の薬剤料が増加したためです。

支出の多くは人件費が占めているのは変わりありません。うちの診療所はベテラン揃いなので、色々と、コストがかかりますが、お金には代えがたい「いい味」（少し渋めですが）がでているのでこの点はご容赦ください。診療所の最も貴重な財産の一つです。（…本当はたまには若い看護師さんも見たい…）21年度は、あまり物は壊れませんでした。（よかったです。ホントに）先ほど書きましたが、検査の件数が増えた分、外部への委託料が増加しました。22年度に入って残念なこと

にお知らせください。（この文章が出る頃には納入されているはずです）22年度の見通しですが、毎月のことですが、増収の要因はありません。患者さんの数は増えていますが、人口が減る中で、どこまで増えるのかは分かりません。減収の可能性としては、年間を通して2カ月分処方方の影響が出るので来院患者さんは減少すると思います。4月から診療報酬の改定があり、再診料などが下がったので、一人当たりの医療費も減少すると思います。支出も、4月から、私（医者）の夜間、休日の往診した場合に手当てが出るようにしていたので、その分の人件費が増加します。（今まで出ていませんでした）根性や、気合だけでは今の仕事の状態で長い年月は頑張れません。この辺もご容赦ください。

に、胃力メラのフィルムの記録装置が故障したため、移転を待たずに胃力メラを購入します。今度は、鼻から出来る細いカメラを購入しますので、細くなるのを待つてくださっていた方は

あんまり赤字で、皆さんのお荷物じゃ申し訳ないですし、また、患者さんのお財布にも出来るだけ優しい診療所でありたいと思っています。なかなか、この2つの両立は難しいものでは

が、ポチポチのところを目標指しています。決算などの数字には表れませんが、風連地区だけでなく、名寄地区も含めた在宅医療、介護や超高齢者（年齢を超越した方です。ハイ）医療など、あまり目立たないところですが出来る範囲で「コソコソ」と貢献しています。

【名寄市風連 国民健康保険診療所 所長 松田 好人】

国民健康保険診療所 所長 松田 好人

### 名寄市地域子育て支援センター「さくらんぼ」

7・8月の催し(☎01654 5683)

- 親子あそびの広場「七夕かざり製作」(ほっと21)
  - ・とき 7月6日(火) 10:00~11:30
  - ・内容 親子で七夕かざりを作り、お子さんの成長を願いましょう。
- 親子あそびの広場「シャボン玉あそび」(ほっと21)
  - ・とき 7月20日(火) 10:00~11:30
  - ・内容 シャボン玉あそび玩具を色々用意しています。親子で楽しみましょう。
- 親子講座「親子で楽しくストレッチ」(ほっと21)
  - ・とき 8月10日(火) 10:00~11:30
  - ・内容 名寄大学の加藤先生をお招きして親子ストレッチを学びます。動きやすい服装で参加してください。事前予約不要です。
- 親子講座「幼児安全法講習会」(ほっと21)
  - ・とき 8月24日(火) 10:00~11:30
  - ・内容 乳幼児の怪我や病気の救急措置を学びます。事前予約が必要。定員20人 8月11日まで申し込みください。参加費はかかりません。お子さんは託児します。講座に出席しない方は、通常どおり体育館を使用できます。

### 健康づくり体操教室のお知らせ

- ・とき 7月8日(木)・15日(木)・22日(木)・29日(木) 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 ☎01654 2111 内線3231