

新型インフルエンザ接種費用の助成が、一部の対象の方に拡大されます。妊娠中の方、1歳～18歳（高校3年生に相当する年齢）までの方に1回接種につき1,000円を助成します。詳しくは、決まり次第お知らせします。

高齢者（65歳以上）の肺炎球菌ワクチンの接種料金一部助成は通年実施しています。接種希望の方はご連絡ください。例年実施している季節性インフルエンザワクチンも市内各医療機関でまっています。高齢者（65歳以上）の方には、季節性インフルエンザワクチンの接種料金の一部助成をしています。

## 1月 特定健診・がん検診 受付中!

今年度、最後の集団検診です！ご希望の方は保健センターまで！！

### 【日程】

とき	ところ	受付時間	検診内容
平成22年 1月27日(水)	保健センター	6:00～10:00	胃がん・肺がん・大腸がん・前立腺がん検診、特定健診、肝炎ウイルス検診、エキノコックス症検診、結核検診、
平成22年 1月28日(木)	風連福祉センター	7:00～10:00	
平成22年 1月29日(金)			

### 【検診対象・料金】

検診	対象	料金	
		市国保の方	市国保以外の方
胃がん検診	35歳以上 (名寄市国民健康保険加入者は30歳以上)	無料	1,300円
肺がん検診			400円
大腸がん検診			400円
前立腺がん検診	50歳以上(男性のみ)		1,600円
特定健診 (健康診査)	35歳以上の名寄市国保の方 後期高齢者(長寿)医療加入の方 35歳以上の生活保護世帯で、 生活習慣病で治療中でない方	無料	
肝炎ウイルス検診	35歳以上(条件あり)		500円
エキノコックス症検診	小学校3年生以上(5年に1回)		200円
結核検診	65歳以上		無料

※後期高齢者(長寿)医療加入の方、生活保護の方、前年度市民税非課税世帯に属する方は、  前立腺がん以外は無料で受けられます。

## ノロウイルス感染症を防ぎましょう!

冬季を中心にノロウイルスを原因とする感染性胃腸炎や食中毒の流行が心配されます。特にお子さんやお年寄りなどの抵抗力の弱い方は、注意が必要です。

### Q. 感染症を予防するためにはどうするの?

- ・基本は手洗いです。
- ・食品はしっかり加熱しましょう。
- ・便や吐物を処理するときは使い捨てマスクと手袋を着用し、ペーパータオルなどで静かに拭き取りビニール袋に入れ密封して捨てましょう。
- ・汚れた場所やドアノブ、水道の蛇口などは、家庭にある塩素系漂白剤(0.1%)で拭きましょう。
- ・汚れた衣類は、塩素系漂白剤に30分以上浸すか、熱湯(85度以上)に1分以上浸してから洗濯しましょう。なお、塩素系漂白剤を使用する際には、説明書をよく読んで使用しましょう。



申し込み・問い合わせ

保健センター ☎01654 1486

### 休日当番医 急患に限ります

- 12月 6日 市立総合病院  
☎1654 3101
- 13日 名寄中央整形外科  
☎01654 2006
- 20日 岡崎内科医院  
☎1654 2361
- 23日 あかいし内科医院  
☎01654 7177
- 27日 市立総合病院  
☎01654 3101
- 31日 片平外科・脳神経外科  
☎1654 3381
- 1月 1日 市立総合病院  
☎01654 3101
- 2日 吉田病院  
☎1654 3381
- 3日 中村整形外科  
☎1654 2881
- 救急医療情報案内フリーダイヤル  
☎0120-208-699

## 子育て保健 ミニカレンダー 12月

- 1日(火)ちびっこひろば  
3日(木)3歳児健診  
8日(火)ちびっこひろば  
11日(金)親子ふれあいひろば  
15日(火)風連幼児健診・ポリオ  
16日(水)7カ月児健診  
17日(火)1歳6カ月児健診  
18日(水)のびのび親子教室  
21日(木)股関節脱臼検診  
22日(火)3～4カ月児健診  
BCG  
25日(金)親子ふれあいひろば  
28日(月)赤ちゃん計測日

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。

### 「心臓弁膜症 2」

市立総合病院 ☎01654 3101

今回は、心臓弁膜症とはどんな病気であるかを説明しましたが、今回は検査法と治療についてお話しします。

治療方針を決めるには、各種検査を行い、具体的に弁のどの部位がどのくらい悪化しているか、心機能の状態や他の臓器への影響、合併症（心房細動、肺うつ血、心不全など）が併発しているかを的確に把握する必要があります。X線検査の他に心エコー検査、心臓カテテル検査などが施行されます。自覚症状からわかる心機能の状態と、検査で診断された重症度から治療方針を決定することになります。

治療法には、内科的治療と外科的治療とがあります。内科的治療は、心筋の収縮力を増強させる強心剤、血液の量を減らして心負担を軽くする利尿剤、血液の流れをよくする血管拡張剤などを投与して、症状を緩和したり、進行を抑制させます。しかし、前回もお話したように弁膜症は自然治癒することはなく、悪くなった弁機能が投薬によって治るといふことはありません。

外科的治療は人工心臓を用いた開心術ですが、弁の悪い部分を修復する弁形成術

と、弁そのものを人工弁に取り替える弁置換術の二つがあります。どちらの治療法が適しているかは、罹患弁やその不具合の状態によって異なりますが、的確な外科的治療を行えば弁機能自体の不具合は解消され症状は改善します。人工弁には生体弁と機械弁の2種類があり、それぞれに長所、短所があります。生体弁はウシやブタの生体組織からできており、開閉音が気にならない、血栓ができにくいなどの長所をもつ反面、耐久性に限界があり、一定期間後に再弁置換術を必要とすることがあります。一方、機械弁は耐久性に優れ半永久的にもつ反面、開閉音が気になる、血栓がつきやすいようにするために血液が固まりにくくなる薬を生体服用しなければならぬなどの問題があります。どちらを選択するかは、患者さんの年齢や職業、併存疾患、不整脈の有無、薬のアレルギーの有無などを考慮して決定します。

【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」  
 12・1月の催し(☎01654 5683)  
 クリスマス飾り制作(ところ:ほっと21)  
 ・とき 12月15日(火)10:00~11:30  
 ・内容 飾りを作りながらクリスマスを楽しみに待つわらべ歌あそび(ところ:ほっと21)  
 ・とき 1月26日(火)10:00~11:30  
 ・内容 わらべ歌に親しみ親子で遊ぶ楽しさを知る

### 健康づくり体操教室のお知らせ

- ・とき 12月10日(木)・17日(木)・24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 高齢福祉課高齢福祉係  
☎1654 2111 内線3231

### すくすくアイドル



【左】佐藤優衣<sup>ゆい</sup>ちゃん(4歳)  
 【右】佐藤美菜<sup>みな</sup>ちゃん(1歳7カ月)