

平日夜間・休日診療

【平日夜間診療】

小児科・内科

「平日夜間及び休日急患診療所」(緑丘2-2-27上尾医療センター内、☎774-2661・☎772-1353)で行っています。

- ▶診療日 月～金曜日(祝日を除く)
- ▶診療時間 午後8～10時(受け付けは午後8時～9時30分)

【休日診療】

小児科・内科・外科

「平日夜間及び休日急患診療所」(上記参照)で行っています。

- ▶診療日 日曜日・祝日・年末年始
- ▶診療時間 午前9時～正午、午後1～4時(受け付けは午前11時30分まで、午後は3時30分まで)

歯科

「北足立歯科医師会休日診療所」(鴻巣市赤見台1-15-23、☎048-596-0275)で行っています。

- ▶診療日 日曜日・祝日
- ▶診療時間 午前9時30分～午後0時30分

【休日】

産婦人科

3月	当番医
3日	ひらしま産婦人科 ☎722-1103・☎722-1146
10日	ナラヤマレディースクリニック ☎771-0002・☎771-3922
17日	木下産婦人科クリニック ☎787-5533・☎787-3801
20日	上尾中央総合病院 ☎773-1111・☎773-7122
24日	ひらしま産婦人科 ☎722-1103・☎722-1146
31日	ナラヤマレディースクリニック ☎771-0002・☎771-3922
▶診療時間 午前9時～正午、午後1～4時	

◆広報掲載の後、当番医の変更が生じる場合もあります。各新聞の埼玉版休日医欄も参考の上、お出掛けください。

●こんな時には、埼玉県救急医療情報センターの県民案内サービスのご利用を！

- ①救急車を呼ぶほどではないが、緊急に受診が必要なとき
 - ②休日・祝日、夜間などのとき
 - ③どこで診てもらえばよいか分からないとき
- 診療が可能な医療機関をご案内します。
- ▶電話番号 824-4199(24時間対応)
- 医療機関・薬局の情報は、県ホームページの埼玉県医療機能情報提供システム(☎http://www.iryu-kensaku.jp/saitama/)も併せてご利用ください。

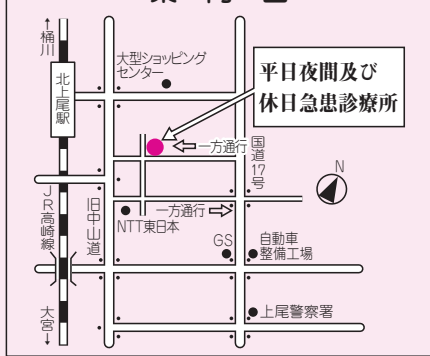
●子どもの急な病気に困ったら小児救急電話相談に相談を！

子どもの急病時(発熱、下痢、嘔吐^{おうと}など)の家庭での対処法や受診の必要性について、看護師が電話で相談に応じます。

- ▶相談日時 月～土曜日/午後7時～翌朝7時
日曜日・祝日・年末年始/午前9時～翌朝7時

- ▶電話番号 #8000(NTTプッシュ回線)
833-7911(ダイヤル回線、IP電話、ひかり電話)

案内図



風に乗って遠くへ運ばれる花粉は、鼻にも入ります。花粉症の人には、花粉を鼻から外に出そうとしてくしゃみ、鼻水、鼻づまりなどの症状が次々に起こります。日本では原因になる花粉は50種類ほど報告されていて、症状は花粉が飛ぶ時期に出ます。スギ、ヒノキなどの樹木は春に、カモガヤなどのイネ科は初夏に、ブタクサ、ヨモギなどのキク科の植物は秋に症状がみられます。

原因になっている花粉は血液検査や皮膚、鼻の粘膜での検査で知ることができます。その時期にはできるだけ外出を控え、外出の時には眼鏡やマスクを着け、帰宅後には手洗いやうがいをして、体に付いた花粉の量を減らすことが大切です。また睡眠不足やストレスがあると症状が強くなりますので、疲れやストレスをためないようにしましょう。

花粉が飛び始める2週間前から薬を使い始めると、症状が軽く済むことが知られています。症状が軽い場合には飲み薬ですが、鼻づまりが強い場合には鼻に付ける薬を使うこともあります。また原因になっている花粉エキスを少しずつ注射して体の免疫力を付ける皮下免疫療法を行っている施設もあります。この治療ではエキスの濃度を上げるために3カ月程かかり、その後エキスの濃度を維持するために3～5年の通院が必要です。現在では唯一の根治療法と考えられています。重大な副反応が起こる場合もあるため専門の施設で行っています。鼻中隔彎曲症^{びちゅうくわんきょくしょう}や鼻茸^{びなせう}などによって鼻がつまっている場合には手術療法が行われます。早めに医療機関を受診して、適切な治療を受けると良いでしょう。

上尾市医師会



381

花粉症

今月の健康

けんこうガイド | 2・3月

健康推進課(保健センター内) 〒362-0074 春日2-10-33 ☎774-1411 FAX 776-7355

内=内 容
対=対 象
定=定 員
持=持 ち
費=費 用
申=申し込み

母子保健	とき・ところ	内容・対象・持ち物	備 考
10か月児健康相談	2月20日(水) 保健センター 午前9～10時	対平成24年4月の出生児 持母子健康手帳、おむつ、バスタオル	申当日、直接会場へ ※発熱時や感染性疾患の疑いのある人はご遠慮ください。
乳幼児健康相談	2月18日(月) 乳幼児相談センター 午後1時30分～2時30分	対就学前までの乳幼児 持母子健康手帳、おむつ、バスタオル	
フッ素塗布	2月21日(水) 保健センター	対歯科健診(1歳6か月児健康診査など)を受診した就学前の児童 ※6カ月間隔で塗布できます。 持母子健康手帳、タオル、歯ブラシ	費1,365円 申当日、直接会場へ ※事前に必ず歯を磨いてきてください。
	2月28日(水) 大石公民館		
	3月7日(水) 上平公民館 午後1時15分～2時		
ヒブ・小児用肺炎球菌ワクチン接種	生後2カ月～5歳未満の乳幼児を対象に市内実施医療機関で無料接種を行っています。予診票は保健センター、市内実施医療機関に設置しています。接種を希望する場合は、必要性を理解した上で、本人の体調の良い時に受けてください。		
子宮頸がん予防ワクチン接種	無料接種対象は、平成8年4月2日～12年4月1日生まれの子供です。接種を希望する人は、詳しくは市ホームページをご覧ください。		

成人保健	とき・ところ	内容・対象・持ち物	備 考
健康ライフ応援相談	2月18日(月) 保健センター 午前9時～11時30分	内保健師・栄養士などによる個別相談 対健診結果、生活習慣病予防に関心のある人	定4人 申電話で健康推進課へ(予約制)
健診結果説明会	2月18日(月) 平方支所 午後1～3時	内保健師・栄養士による健康相談 対健診結果、生活習慣病予防に関心のある人	定人数が多い場合、個別相談は先着20人
	2月21日(木) 西上尾第一団地集会所 午前9～11時		
栄養教室	3月11日(月) 保健センター 午後1時30分～3時30分	内メタボ予防のための栄養指導 対自分の食生活が気になる人	定10人 申電話で健康推進課へ(予約制)
運動教室	2月20日(水) 保健センター 3月6日(水) 保健センター 午後1時30分～3時30分	内メタボ予防のための運動指導 対40～64歳の人 ※現在治療中の人は医師の許可が必要です。	定20人 申電話で健康推進課へ(予約制)
精神科医師によるこころの健康相談	3月8日(金) 保健センター 午後1～3時	内保健師・精神科医師による面接相談 対精神面で心配がある人と家族	定3組 申電話で健康推進課へ(予約制) ※申込時に相談内容を確認します。
臨床心理士によるこころの悩み相談	2月25日(月) 保健センター 3月12日(火) 保健センター 午前9時～午後4時	内臨床心理士・保健師による面接相談 対対人関係に悩んでいる、眠れないなどのこころの悩みを抱えている人	定4組 申電話で健康推進課へ(予約制) ※申込時に相談内容を確認します。
統合失調症の家族サロン	2月21日(水) 保健センター 午後1時30分～3時	内共通の悩みを持つ家族の話し合い 対統合失調症患者の家族	申当日、直接会場へ
集団検診各種健康診査個別検診	本年度の個別検(健)診は終了しました。		