



9月の保健事業

※①～②の会場は保健センター

①健康相談

●乳幼児健康相談

11日 午前9時20分～10時

●7カ月児健康相談(個別通知)

3日 困・16日 午前9時20分～10時

●すくすく教室(10カ月児個別通知)

10日 困① 午前9時～9時30分 ② 午前10時～10時30分

②健康診査

●4カ月児健康診査(個別通知)

3日 困・16日 午後1時20分～1時50分

●1歳8カ月児健康診査(個別通知)

4日 困・9日 午後1時20分～1時50分

●3歳4カ月児健康診査(個別通知)

25日 午後1時20分～1時50分

休日当番医診療(急患のみ)

●急患の診療

日 回視 午前9時～午後5時

場 吉川中央総合病院 ☎982・8311

※電話確認の上、受診してください。

小児時間外診療(当番医輪番制)

●お子さんの夜間の救急診療

日 平日 午後7時～9時30分まで受付

※当番医の確認は、健康増進課で全戸配布している小児時間外診療当番医療機関案内図をご覧ください。市役所、消防署へ。

場 市役所 ☎982・5111、吉川消防署 ☎982・3931、FAX 982・3917 救急の場合 ☎119

献血情報

●越谷レイクタウン献血ルーム

日 午前10時～午後5時30分

場 ☎0120・137・379

県休日夜間児童虐待通報ダイヤル

日 日 回視 24時間、平日 午後6時15分

～翌日 午前8時30分

専用ダイヤル ☎048・779・1154

埼玉県小児救急電話相談

日 日 月～日 午後7時～翌日 午前7時、

回視 午前7時～翌日 午前7時

専用ダイヤル ☎#8000

埼玉県救急電話相談(大人)

日 午後6時30分～10時30分

専用ダイヤル ☎#7000

無料口腔衛生相談(要予約)

8月の当番医(吉川歯科医師会)

●スサデンタルオフィス ☎981・4981

●平井歯科医院 ☎983・6620

※電話予約の上、来院してください。

8月(お盆)急患歯科医院

日 8月13日 困～15日 日 午前9時30分～正午

●宮崎歯科医院 ☎983・0303



双極性障害(そううつ病)とは？

気分が沈む病気「うつ病」に関しては多くの書物や報道でよく知られるようになりましたが、今日はもう一つの代表的な気分の病気「双極性障害(そううつ病)」について説明しましょう。この病気はおよそ100人に1人がかかり、うつ状態とそう状態(エネルギーにあふれ、元気すぎる状態)を周期的に繰り返すのが特徴です。そう状態の程度によりⅠ型とⅡ型に分けられます。Ⅰ型はより重症のタイプで、何でもできる気になったり、大金を使ってしまった、偉くなったような気がして他者に攻撃的になったりして、時に入院治療が必要になります。Ⅱ型のそう状態はより軽症で、イライラや不機嫌が目立ち、単極性のうつ病と区別がつきにくいのが特徴です。

さて、そううつ病を安定させるには規則正しく睡眠をとることが何より重要です。実際の治療は薬物治療と心理社会的治療を組み合わせで行います。薬はうつ病の薬ではなく主に気分安定薬(炭酸リチウムなど)を用います。Ⅱ型のようにうつ病と区別がつきにくい状態の場合、抗うつ薬を服用するとかえって気分が不安定になってしまうので注意が必要です。心理社会的治療とは主に①本人と家族がともに病気についてよく知ること(心理教育)②「対人関係・社会リズム療法」つまり睡眠リズムが崩れないよう「眠りと気分の記録表」をつけて対人ストレスの量とともにコントロールしていくことです。

心当たりのある方は、最寄りの精神科を受診してみてください。

つしまメンタルクリニック 津島 豊美 先生

胃がん検診(バリウム)の予約が始まります

胃がん検診は事前に予約が必要です。予約開始日から電話または直接、健康増進課へ申し込みしてください。

検診実施日 10月5日 日・6日 午前8時～11時

予約開始日 9月4日 午前8時30分～

対象 40歳以上の方

※胃がん検診はバリウム検査または胃カメラ検査のどちらかの方法で年1回の受診となります。詳しくは、保健カレンダーを確認してください。



「毎日1万歩運動」健康教養講座

バランスの良い食事の話、タニタによる講座です。

日時 9月5日 日 午前10時～11時30分

場所 中央公民館ホール

※事前申し込みは必要ありません。毎日1万歩運動に参加していない方も受講できます。

献血にご協力をお願いします

日時 8月13日 困 午前10時～11時45分、午後1時～2時

場所 保健センター

※血液センターの都合により、日時が変更になることがあります。



デング熱にご注意

昨年は、蚊を介する感染症であるデング熱の国内感染が、約70年ぶりに確認されました。感染を防ぐには、蚊を増やさない、蚊に刺されないことが重要です。