

市役所は一部の部署で毎週土曜日開庁しています。(午前8時30分～午後5時15分※正午～午後1時は除く) 毎週水曜日は一部の部署で午後8時まで開庁時間を延長しています。

保健ガイド

保健センター
☎ 552・0061

◆健康相談(申込み不要)

①日時 9月6日(木)・20日(木)
午前9時30分～11時
場所 市役所1階ロビー
相談員 保健師・栄養士

②日時 9月10日(月)午後1時
30分～3時30分
場所 福生地域体育館
相談員 保健師・栄養士

◆ヘルスチェック(予約制)
生活習慣病のリスクが、
どれ位なのかを簡易測定し
てみませんか!測定結果に
基づいた助言相談を保健師
・栄養士が行ないます。

◆めざせ!体内革命プロ
ジェクト(予約制)
運動習慣がない方、何を
やってもなかなか続かない
という方に参加していただ
きたいプロジェクトです。

◆育児相談(申込み不要)
お知らせします。
申込み 8月20日(月)から電話
で保健センターへ。

◆乳幼児歯科健康診査
日時 9月5日(水)・19日(水)午
後1時～2時(受付)
場所 保健センター

◆離乳食教室(予約制)
日時 9月12日(水)午前10時～
11時30分
場所 保健センター

◆健康相談(申込み不要)
度、咬合力(咀嚼力)、体組成
(体内年齢、筋肉量、体脂
肪)、足指力(下肢筋力低下
による転倒リスク)

◆育児相談(申込み不要)
対象 20歳以上の方
内容 血管年齢、脳年齢、骨密

◆ヘルスチェック(予約制)
生活習慣病のリスクが、
どれ位なのかを簡易測定し
てみませんか!測定結果に
基づいた助言相談を保健師
・栄養士が行ないます。

◆めざせ!体内革命プロ
ジェクト(予約制)
運動習慣がない方、何を
やってもなかなか続かない
という方に参加していただ
きたいプロジェクトです。

◆育児相談(申込み不要)
お知らせします。
申込み 8月20日(月)から電話
で保健センターへ。

◆乳幼児歯科健康診査
日時 9月5日(水)・19日(水)午
後1時～2時(受付)
場所 保健センター

9月の休日診療

診療時間	内科・小児科(昼間)	内科・小児科(準夜)	歯科休日診療
	午前9時～11時45分 午後1時～4時45分	午後5時～9時45分	午前9時～正午 午後1時～5時
2日(日)	福生市休日診療所 福生2125-3 ☎552・0099	羽村市平日夜間急患センター 羽村市緑ヶ丘5-1-2 ☎555・9999	東青梅休日歯科診療所 青梅市東青梅1-174-1 (青梅市健康センター内) ☎0428・23・2191
9日(日)	福生市休日診療所	福生市休日診療所	東青梅休日歯科診療所
16日(日)	福生市休日診療所	福生市休日診療所	東青梅休日歯科診療所
17日(祝)	福生市休日診療所	栗原医院 瑞穂町箱根ヶ崎61 ☎557・0100	東青梅休日歯科診療所
22日(祝)	福生市休日診療所	石畑診療所 瑞穂町石畑207 ☎557・0072	東青梅休日歯科診療所
23日(日)	福生市休日診療所	福生市休日診療所	東青梅休日歯科診療所
30日(日)	福生市休日診療所	羽村市平日夜間急患センター	東青梅休日歯科診療所

※医療機関が変更になる場合もあります。受診の際は保険証をご持参ください。

9月の乳幼児健康診査

健診名	健診日	対象児	受付場所・時間
3か月児	18日(火)	平成24年5月生まれ	保健センター・午後1時～1時45分
6か月児	満月齢後の 6,7か月期	平成24年3月生まれ	個別健診です。通知はしません。3か月児健診の際、受診票を交付します。都内の指定医療機関で受診してください。
9か月児	満月齢後の 9,10か月期	平成23年12月生まれ	
1歳6か月児	25日(火)	平成23年2月生まれ	保健センター 午後1時～1時45分
3歳児	4日(火)	平成21年8月生まれ	
備考	◆各健診とも母子健康手帳をお忘れなく。 ◆6,9か月児健診は受診票も必要です。		

9月の予防接種(BCG)

期日	種別	対象	備考
11日(火)	BCG	平成24年5月11日～6月12日生まれ	3か月～6か月未満

受付時間 午後0時50分または午後1時15分(ご案内の通知で指定します。)
場所 保健センター※接種の際は保護者同伴で、必要事項を記入した予診票と母子健康手帳を持参してください。

- 妊娠届出書の提出及び「母子健康手帳」の交付は保健センターへ!
- 赤ちゃんが生まれたら出生届と一緒に出生通知票を市役所総合窓口課へ!

薬剤師会だより

●薬のあれこれ●

広辞苑によると、「くすり」とは

- ①病気や傷を治療・予防するために服用または塗布・注射するもの
- ②広く化学的作用を持つもの
- ③心身の滋養・利益を与えるもの
- ④ちょっとした賄賂

等々さまざまな意味があるようです。私たちが普段使っている言葉の中にも、「薬が効きすぎたかな(逆効果)」「鼻薬をきかす(贈賄する)」などの表現が出てきます。薬の語源は「苦去る」から来ているとの説もあります。「くすり」にはいろいろ深い意味があるものだと感心させられます。

いずれにしても、「薬」はそのものだけではなく、投与の仕方、服用の仕方などで身体的な効果だけではなく、精神的な満足感が違ってきます。私たちはつつい薬そのものの「効き目」に注目しがちですが、この薬は効くのかな?と疑って服用しては効くものも効きません。逆にこの薬を飲めば絶対大丈夫と過信しても、物足りなさや後悔が残ります。薬を使用する人に効能効果を同じように説明しても、受け取り方は千差万別です。この問題を解決する「特効薬」はありません。個々に合った最善の服薬指導が必要になってきます。

一口に「最善の服薬指導」と言っても、かなり難しいものです。「最高の服薬指導」はあり得ないので、あくまでも「最善」を目指していくしかありません。私見ですが、今までの知識・経験・観察力・反省点・臨機応変さ・+αが必要かと…?ちょっと漠然としていて申し訳ありません。要するに薬を使用する人が納得して薬を使用し、その症状を快方に向かわせて quality of life の向上を目指すということです。ちなみに、「剤」とは各種の「くすり」を「調合」すること。日々反省の毎日ですが、知識・経験・観察力・反省点・臨機応変さ・+αを「調合」して「最善」を目指します。

文責 千葉薬局

問合せ 保健センター ☎552・0061

※各事業の申込みは特に記載のあるものを除き、電話で申し込みます。

胃・肺がん検診(10月)

原則としてセットでお申し込みください。

日時 10月11日(木)午前9時～正午

場所 保健センター

対象 市内に住所を有する35歳以上の方(年齢は平成24年4月1日現在)

申込み方法 往復はがきで8月29日(水)(当日消印有効)までに保健センターへ。

◆次のような方は受診できません

- ・一年以内に胃、肺を手術した方
- ・現在、胃、肺または十二指腸を治療中または経過観察中の方
- ・胃、肺の検査、受診後一年を経過しない方
- ・妊娠中の方
- ・その他病気を治療中の方

◆次のような方は申込みの前に保健センターへご連絡ください

- ・一年以内に手術(胃、肺に限らず)をした方※当日の間診結果によっては検診が受診できない場合があります。

定員 約80人(定員を超えた場合は抽選となります。)※市で実施している胃・肺がん検診を受診したことがない方が優先となります。

検診方法 検診車による集団検診。バリウム投与・胃間接撮影。胸部X線直接撮影。喀痰検査(必要な方のみ)

費用 無料※検査の結果、精密検査や治療が必要となった場合の費用は自己負担となります。受診結果によっては保健センターから連絡がいく場合があります。

往復はがきの書き方 【往信・表】〒197-0011福生市福生2125番地3福生市保健センター【往信・裏】①住所②氏名③生年月日④年齢⑤電話番号⑥胃・肺がん検診希望【返信・表】ご自分の住所・氏名【返信・裏】無記入※往復はがき1枚につき1名の申込みです。記載に不備があると受診できません。

問合せ 保健センター ☎552・0061