

保健ガイド

保健センター
☎552・0061

市役所は毎週土曜日を閉庁しています。(午前8時30分～午後5時15分※正午～午後1時は除く) 毎週水曜日は午後8時まで閉庁時間を延長しています。

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
6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(羽村市役所裏) ☎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
13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
20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
21日(祝)	福生市休日診療所	みずほクリニック 瑞穂町長岡長谷部31-1 ☎568・0300	東青梅休日歯科診療所
22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
23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
27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

※医療機関が変更になる場合があります。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	15日(火)	平成21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21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ので、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20年12月生まれ	
1歳6か月児	29日(火)	平成20年2月生まれ	保健センター 午後1時～1時45分
3歳児	1日(火)	平成18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・ポリオ生ワクチン)

期日	種別	対象	備考
30日(水)	BCG	平成21年5月23日～7月1日生まれ	3か月～6か月未満
8日(火)	ポリオ	平成20年12月生まれ	41日以上間隔を空けて2回接種。 対象は3か月～7歳6か月未満
18日(金)		平成21年1月生まれ	

受付時間【BCG】午後0時30分または午後1時(ご案内の通知で指定します)。
【ポリオ】午後1時～2時5分場所保健センター※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。

◆健康相談(②のみ予約制)
①日時 9月3日(木)・17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12日(土)・26日(土)
午前9時30分～11時
場所 保健センター
相談員 保健師
◆育児相談(申込み不要)
①日時 9月4日(金)午前9時
30分～11時30分
場所 市民会館1階ロビー
②日時 9月7日(月)午前9時
30分～11時30分
場所 福生地域体育館
③日時 9月8日(火)午前9時
30分～11時30分
場所 福祉センター
◆子育て教室(予約制)
日時 9月25日(金)午後1時30分～3時30分
場所 福祉センター
◆乳幼児歯科健康診査
日時 9月2日(水)・16日(水)午後1時～2時(受付)
場所 保健センター
対象 4歳未満
持ち物 母子健康手帳・歯ブラシ・コップ・タオル
申込み前日までに保健センターへ。

◆育児相談(申込み不要)
①日時 9月4日(金)午後1時30分～2時30分
場所 福祉センター
②日時 9月16日(水)午前9時30分～10時30分
場所 保健センター
対象 4か月児からの乳幼児
内容 身体計測、育児相談
相談員 保健師・助産師・栄養士
◆育児相談(申込み不要)
①日時 9月4日(金)午後1時30分～2時30分
場所 福祉センター
②日時 9月16日(水)午前9時30分～10時30分
場所 保健センター
対象 4か月児からの乳幼児
内容 身体計測、育児相談
相談員 保健師・助産師・栄養士
◆育児相談(申込み不要)
日時 9月9日(水)午前10時～11時30分
場所 保健センター
対象 離乳食開始後の乳児とお母さんなど
内容 離乳食の作り方、進め方(試食あり)
講師 保健師・栄養士
定員 先着14組
申込み 8月17日(月)から保健センターへ。
◆乳幼児歯科健康診査
日時 9月2日(水)・16日(水)午後1時～2時(受付)
場所 保健センター
対象 4歳未満
持ち物 母子健康手帳・歯ブラシ・コップ・タオル
申込み前日までに保健センターへ。



薬剤師会だより

薬の相互作用について

「うなぎと梅干」・「天ぷらとスイカ」などは、皆様もよくご存知のように、昔から体に良くない食べ合わせとして知られていますが、薬の飲み合わせについても同じ事が言えます。

まず最初に、「薬と薬」の飲み合わせについてお話しします。2種類以上の薬を同時に飲んだ場合、薬の組み合わせによっては、効き過ぎたり、逆に効果が弱くなったり、場合によっては副作用が出易くなったりすることがあります。この事を『薬の相互作用』と呼びます。薬の相互作用は全ての薬の飲み合わせで起こる訳ではありません。また相互作用には、個人差があり、体に重大な影響を及ぼすこともありますので、複数の薬を服用する場合は注意が必要です。

薬の相互作用を未然に防ぐ事は、薬を安全かつ効果的に使用する上で大切ですが、まれに、治療上の必要性から相互作用のある薬の組み合わせでも処方される場合があります。相互作用を心配するあまり、自己判断で薬を飲んだり飲まなかったりしない事が大切です。

次に「食べ物と薬」の相互作用についてお話しします。食べ物と薬の相互作用は、一般的に、予測する事が難しいと言われています。食べ物には多くの成分が含まれているため、薬との組み合わせも複雑で、また一日に

摂取する食べ物の量や種類が日々異なるため、相互作用が起きるかどうかを推測するのは非常に困難になっています。

ここで皆様が、お見聞きした事があると思われる組み合わせを2～3列挙いたします。

①ワーファリン(血液凝固防止薬)と納豆
納豆菌が生成するビタミンKにより効果が弱められる。

②カルシウム拮抗薬(血圧降下剤)とグレープフルーツジュース
代謝酵素の働きを阻害してカルシウム拮抗薬の血中濃度を高め、作用が強くなり出過ぎることがある。すべてのカルシウム拮抗薬が影響を受ける訳ではありませんので、心配な方は薬剤師に相談をしてみましょう。

③薬とアルコール
アルコールは薬の働きに様々な影響を与える事が知られています。薬を服用している間は基本的には禁酒すべきですが、服用している薬や病気の状態にもよりますので、医師に相談する事が大切です。

このように薬の相互作用には、2種類あります。相互作用の発現には個人差がある場合もありますが、未然に防ぐ事が大切です。複数の医療機関にかかれたときは、服用している薬を医師に伝えて、飲み合わせをチェックしてもらう事が大切です。そうする事により、安全かつ安心して病気の治療に取り組む事が出来ると思います。

文責 瀬戸山薬剤師
問合せ 保健センター ☎552・0061

胃・肺がん検診(10月)のお知らせ

※原則としてセットでお申し込みください。
日時 10月8日(水)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(平成21年4月1日現在)の方
【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1年を経過しない方◎妊娠中の方
【次のような方は申込みの際にお申し出ください】
◎高血圧の治療中の方◎糖尿病の治療中の方◎一年以内に手術(胃・肺に限らず)をした方◎その他病気を治療中の方
定員約90人(定員を超えた場合は、福生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を優先としたうえ、抽選となります。)
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
申込み 8月26日(水)(消印有効)までに往復はがきで保健センターへ。
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・氏名を記入してください。
(返信・裏)何も記入しないでください。
※往復はがき1枚につき1名の申込みとなります。また、往復はがきの記載内容に不備があると受診できませんのでご了承ください。
【注意事項】
・当日の問診結果によっては検診が受診できない場合があります。
・検査の結果、精密検査や治療が必要となった場合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をする場合があります。
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。