保健ガイド

保健センター☎552・0061

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

◆健康相談（②のみ予約制）

①日時5月17日㈭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5月12日、26日㈯午前9時30分～11時
場所保健センター
相談員保健師・栄養士
対象40歳から64歳までの方
申込み5月12日分は9日まで、5月26日分は23日までに保健センターへ。

③日時5月24日㈭午後1時30分～3時
場所中央図書館
相談員保健師・栄養士

◆健康教室

日時5月7日㈪、14日㈪、21日㈪、28日㈪午後1時30分～3時30分
※3か月後、1年後にフォローコースがあります！
場所保健センター
テーマ「骨粗しょう症予防」～骨、元気ですこやかライフ～※初回、1年後に骨密度が測定できます。
講師医師、理学療法士、栄養士、保健師
定員先着30人
対象骨密度健康診査で要指導、または要精密検査の指示のあった方
持ち物筆記用具
申込み4月17日から保健センターへ。

◆育児相談（申込み不要）

①日時5月16日㈬午前9時30分～10時30分
場所保健センター
対象7か月児からの乳幼児
内容身体測定、育児相談
相談員保健師・助産師・栄養士

◆子育て教室（予約制）

日時5月25日㈮午後1時30分～3時30分
場所福祉センター
対象6か月児までの乳児
内容子育てやお母さんの健康のことなどのお話と相談
講師助産師・保健師
申込み保健センター

◆離乳食教室（予約制）

日時5月9日㈬午前10時～11時30分
場所保健センター
内容離乳食の作り方、進め方（試食あり）
講師栄養士・保健師
定員14組
申込み4月17日から保健センターへ。
※定員になり次第締め切り

◆マタニティークラス（予約制）

日時5月10日、17日、24日、31日の木曜日、午後1時30分～3時30分の全4回
場所保健センター
内容妊娠中の健康管理や出産、新生児の保育など

申込み保健センター
※定員になり次第締め切り

◆歯科健康診査

日時5月2日、16日の水曜日、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。
※2歳児歯科健診も同時に実施（申込み不要）
対象者平成17年5月生まれ

～各種検診のお知らせ～

①基本健康診査

対象市内にお住まいの40歳～64歳（平成19年4月1日現在）までの方。
受診方法基本健康診査実施のお知らせ兼受診券（4月下旬までに対象者に個別に通知します）を持って市内医療機関で受診してください。

②肝炎ウイルス検査

対象市内にお住まいの40歳及び41歳～64歳（平成19年4月1日現在）までで、平成14年度から18年度の間に受診機会を逃した方。
※保健センターへ電話でお申し込みください。
※基本健康診査と同時に受診してください。

③大腸がん検診

35歳～39歳の方も受診できます。
対象市内にお住まいの35～64歳（平成19年4月1日現在）までの方。
受診方法
●35～39歳の方は、直接医療機関にお申し込みください。
●40～64歳の方は基本健康診査と一緒に受診してください。
実施期間①②③ともに5月1日㈫～7月31日㈫。受診の結果、治療が必要な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が行く場合があります。
▼65歳以上の方は、9月1日～10月31日の間に行います。
※平成20年度から基本健康診査が大幅に変更になります。詳しくは随時「広報ふっさ」に掲載していきます。
問合せ保健センター

胃・肺がん検診

原則としてセットでお申込みください。
日時6月29日（金）午前9時～正午
場所保健センター
対象市内在住の35歳以上の方。（平成19年4月1日現在）
◆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
◆次のような方はお申し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。
□その他病気を治療中の方
定員先着80人
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4月18日より電話で保健センターへ。

5月の休日診療

	内科・小児科（昼間）	内科・小児科（準夜）	歯科休日診療
診療時間	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
3日㈷	福生市休日診療所 福生市福生2125-3 ☎552・0099	福生市休日診療所	青梅市休日歯科診療所 青梅市東青梅1-174-1 ☎0428・23・2191
4日㈮	福生市休日診療所	羽村市休日夜間急患センター（羽村市役所裏）羽村市緑ケ丘5-1-2☎555・9999	田辺歯科医院 福生市本町90 ☎551・2712
5日㈷	福生市休日診療所	石畑診療所 瑞穂町石畑207 ☎557・0072	せきぐち歯科 福生市熊川449 ☎551・5456
6日㈰	福生市休日診療所	羽村市休日夜間急患センター	島田歯科クリニック 福生市東町10-10 ☎552・3084
13日㈰	福生市休日診療所	福生市休日診療所	片岡歯科医院 福生市本町44 ☎551・0353
20日㈰	福生市休日診療所	福生市休日診療所	河野歯科医院 福生市南田園3-2-38 ☎553・2829
27日㈰	福生市休日診療所	福生市休日診療所	佐久間歯科 福生市東町3-10栄和ビル4F☎553・2525

※医療機関が変更になる場合もあります。確認のうえ受診してください。なお、受診の際は保険証をご持参ください。

5月の乳幼児健康診査

健診内容	対象	健診日	受付場所・時間	備考
3か月児	平成19年1月生まれ	15日㈫	保健センター 午後1時～1時45分	◆母子健康手帳を必ず持参。6、9か月児健診は受診票も必要です。
6か月児	平成18年11月生まれ	満月齢後の6・7か月期	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）。都内の指定医療機関で受診。	
9か月児	平成18年8月生まれ	満月齢後の9・10か月期		
1歳6か月児	平成17年10月生まれ	22日㈫	保健センター 午後1時～1時45分	
3歳児	平成16年4月生まれ	1日㈫		

5月の予防接種　BCG・ポリオ

種別	期日	通知対象	
BCG	11日㈮	平成19年1月8日～2月12日生まれ	受付時間 午後1時～2時5分 場所保健センター
ポリオ	8日㈫	1回目 平成18年7月生まれ 2回目 平成18年1月生まれ	
	18日㈮	1回目 平成18年8月生まれ 2回目 平成18年2月生まれ	
	30日㈬	1回目 平成18年9月生まれ 2回目 平成18年3月生まれ	

対象BCG生後3か月～6か月未満ポリオ生後3か月～7歳6か月未満
※接種の際は体調を整え、保護者が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。問合せ保健センター

医師会だより
～在宅療養の基盤の充実を～

医学の進歩により長寿社会となった一方、加齢による病気、身体の衰え、認知症など、回復が難しい病気や障害を抱えて介護が必要となり、長い療養生活をおくる高齢者の方々が増加しました。

国はこうした高齢者の入院先である療養病床を減らし、医療の必要度の低い方は、病床でなく「暮らしの場」である自宅や介護施設に療養の場を移し、介護や生活支援を受けながら、必要に応じて外部からの訪問診療や、看護による医療を利用する「在宅療養」を重視する医療と介護の制度改正を行いました。

これまで医療は病院等を拠点に、病気や障害を治して健康や正常機能を取り戻すことを主目的とした提供モデルをとってきましたが、暮らしの場で回復が難しい病気や障害を緩和して、健康感や幸福感のある生活が成り立つように支える医療が大切になってきました。

また現在は病院で亡くなる方が多いのですが、今後は住み慣れた自宅や介護施設で看取られる死の迎え方が多くなるでしょう。療養者やご家族が暮らしの場での死を決断することは容易なことではありません。

核家族化で介護力が低下していますし、療養環境もさまざまです。いつでも必要な医療が提供され、家族やなじみのかかりつけ医や看護師に見守られ、病院にいると同じような24時間365日の安心感が暮らしの場にもたらされることが求められます。

それにはかかりつけ医のチームや、24時間対応の看護ステーションの整備、緊急入院病床の確保、療養の調整・相談機関や人材育成の充実等、きめ細かい基盤整備が必要であり、ひとりの医師の取り組みだけでは困難であり、自治体や医療・福祉・介護関係者やボランティアが一致協力して、地域社会全体で取り組むべき課題といえます。皆様のご理解をいただきたく思います。

確かに、必要なとき必要なだけ医療が暮らしの場に提供され、苦痛のない療養ができる安心が感じられなければ、患者、家族は、在宅での死や看取りを覚悟することはできません。

人間としての医師にもおのずから限界があり、このような医療を展開するためには、療養者ごとにチーム医療を立ち上げ、多科に渡る地域の医師どうしの助け合いが必須となります。

かかりつけ医を組織化し、地域の当直医を定めたり、後方病床の確保が必要となり、その主体は医師会であれ、地域包括支援センターであれ、自治体であれ、地域で自律的なシステムを構築できるかどうかが重要です。

文責　玉木医師
問合せ保健センター