

# 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

## ◆健康相談(②のみ予約制)

① 7月7日、14日、21日、28日の木曜日午前9時30分〜11時・市役所1階ロビー

## ◆子育て教室(予約制)

7月22日(金)午後1時30分〜3時30分  
保健センター



② 7月14日(木)午後1時30分〜2時30分・福生団地集会所  
相談員 医師(内科)・保健師・栄養士

③ 7月28日(木)午後1時30分〜3時・中央図書館  
相談員 保健師・栄養士

◆子育て教室(予約制)  
対象 6か月児までの乳児の健康のことなどと相談  
講師 助産師・保健師

## ◆離乳食教室(予約制)

① 7月1日(金)午後1時30分〜2時30分・福祉センター

7月13日(水)午前10時〜11時30分・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



② 7月20日(水)午前9時30分〜10時30分・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

◆母親学級(全4回)  
申込み 6月20日から電話で保健センターへ。

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	福生市保健センター 福生市福生2125-3 ☎552・0099	羽村市休日夜間急患センター(羽村市役所裏) 羽村市緑ヶ丘5-1-2 ☎555・9999	荒木歯科医院 福生市牛浜130 ☎551・3243
3日(日)	福生市保健センター	福生市保健センター	今里歯科医院 福生市本町78 ☎551・0440
10日(日)	福生市保健センター	福生市保健センター	北田園歯科 福生市北田園1-6-3 ☎552・1700
17日(日)	福生市保健センター	福生市保健センター	梅田歯科医院 福生市福生1046岸ビル102 ☎553・5161
18日(月)	福生市保健センター	羽村市休日夜間急患センター	エビナ歯科医院 福生市福生1059 ☎551・8241
24日(日)	福生市保健センター	福生市保健センター	大浦歯科医院 福生市福生867 ☎553・0667
31日(日)	福生市保健センター	羽村市休日夜間急患センター	

※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。

## 7月の乳幼児健康診

健診内容	対象	健診日	受付場所・時間	備考
3か月児	平成17年3月生まれ	19日(火)	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17年1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16年10月生まれ	満月齢後の9・10か月期		
1歳6か月児	平成15年12月生まれ	26日(火)	保健センター 午後1時〜1時45分	
3歳児	平成14年6月生まれ	5日(火)		

## 予防接種

BCG予防接種 日時 7月12日(火)受付時間 午後1時〜2時45分  
場所 保健センター(対象 平成17年3月15日生まれ〜4月12日生まれ)  
※BCGの公費接種は生後3か月〜6か月未満まで。

接種方法	予防接種名	対象	回数
集団接種 (保健センターで指定期日の実施)	BCG	3か月〜6か月未満	1回
	ポリオ	3か月〜7歳6か月未満	2回
個別接種 (指定医療機関で通年の実施)	三種混合	3か月〜7歳6か月未満	4回
	麻しん	1歳〜7歳6か月未満	1回
	風しん	1歳〜7歳6か月未満	1回

※接種の際は、必要事項を記入した予診票と母子健康手帳持参

## 医師会だより

中高年に多い変形性膝関節症でもしばしば関節液がたまりやすくなります。膝関節液は、多いときには100cc以上にもなります。普通は混濁して、透明か、軽く糸をひきます。どちらかといえは健康な関節液に近い液です。

変形性関節症がときどき悪くなると、急性関節炎の症状を呈するときにあります。このようなときは偽通風が合併していることもあり、捻挫や骨折の治りぎわに関節液がたまる場合があります。外傷性関節炎といいますが、関節炎は非炎症性です。「変形性膝関節症とは」変形性膝関節症は太った中高年の女性に多くみられる病気で、ときどき水

## 日本脳炎予防接種の留意点について

市では、定期予防接種として日本脳炎の予防接種を第Ⅰ期(3歳〜7歳6か月未満)、第Ⅱ期(小学4年生)、第Ⅲ期(中学3年生)として個別医療機関で実施しております。しかし、厚生労働省より現行ワクチンの副作用と考えられる重症な疾病(ADEM)が発生したため、日本脳炎接種について広報等での積極的な勧奨を差し控えるよう勧告されました。このため市では、予防接種医に効果、副作用、接種を差し控える勧告の趣旨を十分に説明することを依頼しました。外国に旅行するなど感染リスクがあるため特に接種を希望する方は、医師による説明を受け、保護者による同意書を提出していただき、公費接種を受けることが可能です。

中高年に多い変形性膝関節症でもしばしば関節液がたまりやすくなります。膝関節液は、多いときには100cc以上にもなります。普通は混濁して、透明か、軽く糸をひきます。どちらかといえは健康な関節液に近い液です。

変形性関節症がときどき悪くなると、急性関節炎の症状を呈するときにあります。このようなときは偽通風が合併していることもあり、捻挫や骨折の治りぎわに関節液がたまる場合があります。外傷性関節炎といいますが、関節炎は非炎症性です。「変形性膝関節症とは」変形性膝関節症は太った中高年の女性に多くみられる病気で、ときどき水

中高年に多い変形性膝関節症  
病気で、レントゲン像で、関節のふちがトゲトゲしくなったり、軟骨の下支えをしている骨が硬くなるのは、軟骨の変性の結果起こる現象です。

変形性膝関節症の症状は、次のようにまとめることができます。①中高年の太った女性に多い。②歩行等、階段の昇降、歩き始めなどに際し痛みがある。③膝

膝を冷やさないと。サポーターで膝を保護と保温を。杖で膝をかばって歩行を。トイレは洋式で。正座をしないこと。長時間立たない。長距離歩行は避ける。膝に負担をかけないこと。A 膝のストレッチ体操と大腿四頭筋強化訓練B 足底板装具を使用する方法(膝にかかる力を軽減のため)A Bは整形外科専門医に相談してください。

【文責 森医師】  
問合せ 保健センター

125番地3福生市保健センターへ。  
電話及び直接の申込みは不可。往復はがき1枚につき1つの検診のみ。  
※往復はがきの記載事項