

発行・福生市／編集・企画財政部秘書広報課／〒197-8501 福生市本町5-4042 551-1511 (市役所代表)／毎月1日・15日発行

事業名	日時	場所	対象・定員
①健康相談 専門職による相談、健康機器による測定	2月6日(木)・20日(木) 午前9時30分～11時	市役所1階ロビー	20歳以上の方
②ヘルスチェック 血管年齢、骨密度、咬む力、体組成、足指力の測定、食事・運動等についての助言	2月13日(木) ①午前9時30分〔受付〕 ②午前10時30分〔受付〕 ※要申込み	保健センター	20歳以上の方・定員35人※前回受けた方は6か月経ってからお申し込みください
③育児相談 身体計測、育児相談、母乳・栄養相談	①2月7日(金)午後1時30分～2時30分 ②2月19日(木)午前9時30分～10時30分	子ども応援館	乳幼児と保護者
④離乳食教室 離乳食の作り方、進め方(試食あり)	〈前期・中期食〉2月12日(木)午前10時～11時30分※要申込み	保健センター	離乳食開始時期の乳児とお母さんなど・定員20組
	〈中期・後期食〉2月27日(木)午前10時～11時30分※要申込み		7か月～1歳未満の乳児とお母さんなど・定員15組(託児有)
⑤すくすく歯科健診 (乳幼児歯科健康診査)	2月5日(水)・19日(水) 午後1時～2時〔受付〕 ※母子健康手帳・歯ブラシ・コップ・タオル持参	保健センター	3歳11か月(フッ素塗布は3歳3か月)になる月までの乳幼児
⑥パパママクラス(2・3月コース) お産の話、栄養の話、お風呂の入れ方、マタニティエクササイズ等	2月15日(土)・27日(木)、3月7日(土)・12日(木)・19日(木)午後1時30分～3時30分	保健センター	これからパパ・ママになる方、祖父母等・先着20組

【申込み】①・③は不要。②・④・⑥は1月20日(月)から、⑤は初診・日程変更の方のみ前日までに保健センターへ。

**2月の予防接種(BCG)**

期日	備考
10日(月)	標準的接種期間対象者:5か月～8か月未満(接種は1歳未満まで可能。)

【受付時間】午後0時50分または1時15分(対象の方に通知でご案内します。)  
【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。

～医師会だより～

### 機能性消化管障害について

消化器症状が継続的あるいは断続的に現れるのに「がん」でもなく、「潰瘍」でもなく、検査で原因が特定できないという場合はしばしばあり、その多くは機能性消化管障害と呼ばれる病態で、日常外来で最も頻りにみられる病態です。

バスなどで遠出をすることになると途中でお腹が痛くなるとか、中央線の快速電車には乗れるのに、特別快速だと次の駅までが長くてお腹が痛くなるなどの症状が出るような人がいます。過敏性腸症候群という診断をされることがあります。緊張すると下痢をするような人もその中に入ります。

便秘と下痢を繰り返すなどの症状や、胃もたれ、腹部膨満なども機能性消化管障害なのかもしれません。その原因は複雑で、消化管運動の異常、内臓の知覚過敏、心理的ストレスなど、複数の原因が関係しているものと思われれます。

体と心は表裏一体であり、精神的な不調が消化器症状の原因となることもしばしばです。

機能性消化管障害に対する診療としては、がんや潰瘍などの器質的な疾患がないことを確認するために必要な検査を行い、その結果重症化するような病態ではないことを理解し安心する。または、症状改善を目的に薬剤を試すということになります。

薬物療法としては、消化管の運動機能を改善することを目的にした薬剤を使用することが多いのですが、精神的な安定を目指した薬剤を使用することもあります。しかし、合う薬剤がなかなか見つからない場合も多く見られます。診療が一番大事ということではなく生活習慣・食生活の改善・ストレスの軽減を図ることがより重要です。

また、ある程度までの症状は、人それぞれの個性と同じように受け入れることが症状を楽にさせます。

【文責】宮崎医師

**2月の休日診療** ※保険証をご持参ください。

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)		羽村市平日夜間急患センター 羽村市緑ヶ丘5-1-2 ☎555・9999	みいだDental Clinic 本町69-5 ☎551・0479
9日(日)		ひかりクリニック 本町95-3 ☎530・0221	加藤薬局東福生店 武蔵野台1-1-7 ☎553・7563
11日(祝)	福生市休日診療所 福生2125-3 ☎552・0099	丸野医院 瑞穂町長岡1-14-9 ☎556・5280	山口歯科クリニック 南田園2-5-39 田園ビル ☎553・8182
16日(日)		熊川病院 熊川154 ☎553・3001	中村調剤薬局 熊川156-4 ☎530・2468
23日(祝)		ひかりクリニック 本町店 本町95-15 ☎530・7953	吉成歯科医院 熊川1396 塩野ビル2F ☎553・5538
24日(月)		新井クリニック 瑞穂町長岡1-51-2 ☎557・0018	吉野歯科医院 福生887-6 星野マンション ☎551・3050

※平成31年4月から準夜診療の実施場所が指定医療機関となりました。処方せんは指定薬局にお持ちください。年齢・症状によっては、他医療機関を紹介する場合があります。事前にお問い合わせください。

**2月の乳幼児健康診査** ※母子健康手帳をお忘れなく。

健診名	健診日	対象児	受付場所・時間
3か月児	18日(火)	令和元年10月生まれ	保健センター 午後0時40分～1時40分
6か月児	満月齢後の6・7か月期	令和元年8月生まれ ※受診日時点で生後6か月0日以降の乳児	個別健診。通知はしません。3か月児健診の際に交付した受診票を持参し、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	令和元年5月生まれ ※受診日時点で生後9か月0日以降の乳児	
1歳6か月児	25日(火)	平成30年7月生まれ	保健センター 午後0時40分～1時40分
3歳児	4日(火)	平成29年1月生まれ	

○妊娠届出書の提出および「母子健康手帳」の交付は保健センターです。  
○赤ちゃんが生まれたら、出生届と一緒に出生通知票を総合窓口へ出しましょう。

～女性医師による乳がん・子宮頸がん検診を実施します～

女性スタッフによる検診で乳がん・子宮頸がんの検診を一度に受けられます。これまで受けたことがない方もお気軽にご利用ください。

【日時】3月8日(日)午前9時～午後1時  
※受付時間は抽選です。受診者へ個別にご案内します。

【場所】保健センター

【対象】①乳がん検診…40歳以上の女性  
②子宮頸がん検診…20歳以上の女性  
※市内在住で年齢は平成31年4月1日現在。平成30年度・令和元年度中に検診を受診した方は、申し込みできません。

【定員】①乳がん検診…70人②子宮頸がん検診…70人(定員を超えた場合は抽選となります。)

【検診方法】検診車による集団検診。  
①乳がん検診…視触診およびマンモグラフィ②子宮頸がん検診…細胞採取、細胞検査

【費用】①乳がん検診…1,600円②子宮頸がん検診…無料  
※乳がん検診無料クーポン券をお持ちの方は、当日クーポン券を受付に提出すると全額無料で受診できます。また、生活保護受給中の方は、生活保護法適用証明書当日受付に提出すると全額無料で受診できます。

◆次の方はご注意ください  
・子宮の手術を受けたことがある方は事前に主治医にご相談ください。全摘出の手術を受けられた方・授乳中の方・妊娠している方、またはその可能性がある方は受診できません。

・検診車への乗降等に支援が必要な方は、事前に保健センターにご相談ください。

◆次の方は受診できない可能性がありますので、事前に主治医にご相談のうえ保健センターへご連絡ください  
・ペースメーカーやICDポート等の医療器具を装着している方  
・豊胸手術を受けた方  
・肋骨骨折や肋骨にヒビが入っている方  
・受診日当日に月経中の方  
※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。

【申込方法】市ホームページから電子申請(1月31日(金)午後10時まで)、または往復はがきでお申し込みください(1月31日(金)消印有効)。

【往復はがきの書き方】  
〈返信・表〉〒197-0011 福生市福生2125-3 福生市保健センター  
〈返信・裏〉①住所②氏名③生年月日④年齢⑤電話番号⑥女性医師による〇〇検診希望

〈返信・表〉ご自分の住所・氏名  
〈返信・裏〉無記入

【注意事項】40歳以上の方は、1枚のはがきで両方の検診の申込みができます。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。また、受診の結果、精密検査や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。

【問合せ】保健センター ☎552・0061

市役所は祝日の土曜日を除き、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。

※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。また費用の記載のないものは無料です。