

健康ガイド

Health guide

詳細は、「桜川市健康カレンダー」をご覧ください。
《問合先》健康推進課
☎ 0296-75-3159 (直通)
☎ 58-5111・75-3111 (代表)

10月分



健康相談

■総合健康相談(要予約)
保健師や看護師、助産師、管理栄養士が、個別でご相談に応じます。
※1人30分程度
・日時/10月13日(金)、24日(火) 10時~11時30分
・会場
◇乳幼児相談の方/子育て世代包括支援センター「さくらっこ」(岩瀬庁舎内)
◇乳幼児相談以外の方/健康推進課

■9月10日~16日は自殺予防週間です
ストレス社会を生きる現代人は、誰もがこころのメンテナンスを必要としています。ひとりでは抱え込まず、早めに相談機関へ相談したり、医療機関を受診しましょう。
・茨城いのちの電話
つくば(☎029-855-1000)、水戸(☎029-350-1000) 毎日24時間対応

■こころの健康相談(要予約)
こころの悩みなどの個別相談を精神科医師がお受けします。
・日時/10月19日(木) 14時~15時30分(1人30分程度)
・会場/岩瀬福祉センター

■親子の健康づくり
子育て相談(要予約)
市では、子育てへの不安や悩み、困りごとがある方に、精神保健福祉士による個別相談を実施しています。
・日時/10月26日(木) ①10時~11時、②11時~12時
・会場/岩瀬福祉センター

乳幼児健診・育児相談

健診の種類	日程	対象	会場
5歳児健康相談	10月10日(火)	平成30年9月1日~10月10日生	岩瀬福祉センター
3歳児健診	10月12日(木)	令和2年4月20日~5月24日生	岩瀬福祉センター
1歳6か月児健診	10月25日(水)	令和4年3月4日~4月18日生	岩瀬福祉センター
2歳児健康相談	10月26日(木)	令和3年5月13日~6月16日生	岩瀬福祉センター

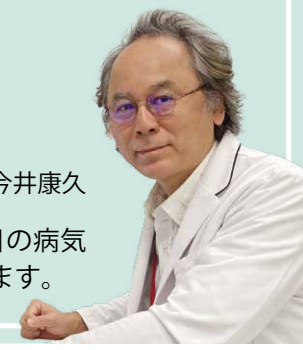
※密集を避けるため、受付時間を指定し、個別に通知します。

■休日応急診療医療機関
診療時間/9時~12時、13時~16時
受付時間/9時~11時30分、13時~15時30分

診療日	医療機関名	住所・連絡先
10月1日(日)	大和クリニック	大國玉2513-12 ☎0296-58-7788
10月8日(日)	吉原医院	明日香2-31 ☎0296-75-1177
10月9日(月)	仁保内科医院	真壁町真壁425 ☎0296-23-8088
10月15日(日)	上の原病院	上野原地新田159-2 ☎0296-75-3130
10月22日(日)	内科宮本医院	真壁町古城229-1 ☎0296-55-0101
10月29日(日)	平島医院	岩瀬198 ☎0296-75-2510



眼科受診のススメ



さくらがわ地域医療センター眼科統括医/今井康久

今月号では、さくらがわ地域医療センター眼科統括医である今井康久医師が目の病気について、その予防法や健康に過ごすための知識などのお役立ち情報をお届けします。

見えにくい年齢のせいではない

コロナ禍も5月から分類が変わり、約3年に及んだ多くの行動制限が解除され、行事も再開されて日常が戻りつつあります。この3年余り、厳しい状況のなか、眼科では病院診療や入院手術を、延べ1,000件以上行いました。

これまでさまざまな地域で眼科診療を行ってきましたが、この地域の患者さんには、見えにくくなっても歳のせい、もしくは生まれつき目が悪いから仕方ないと思われる方が多く、「視力が悪くなっているのは歳のせいでも生まれつきでもありません」とお話しすると、驚かれる患者さんが少なくありません。また、毎月、内科やかかりつけ医には受診しているのに、眼科の定期受診はしていないという患者さんが多いのもこの地域の特徴のようです。

現在、桜川市の人口は約3万7千人、そのうち65歳以上の高齢者は35%です。65歳以上の方の多くは目の病気があり、80歳以上についてはほ

早めの受診が生活の質を保つ

とんだの方に白内障があります。また、高齢者に限らず、40代、50代であっても、極端な近視や老眼のある方で緑内障のリスクを抱えているのに気が付かずにいる患者さんも多くいます。

目の病気の多くは、初めのうちは自覚症状に乏しいため気づきにくく、見えにくさに気づいたときにはすでに重症化していることもあります。長生きしても目が見えなければ運転もできなくなり、生活の質も低下してしまいます。
白内障手術によって交通事故や癌、心疾患による死亡率を下げるだけでなく、認知症の予防にもなることは大規模調査による論文でも証明されています。

この機会に、ご自身の目が本当に悪くなっていないのか、病気の年輪によるものなのか、治るのか治らない

安心して眼科を受診してください

当院では複数の医師によるチーム医療を導入しており、再診の予約は医師の専門に応じて取っていただくシステムになっていますが、どの医師に最初に診てもらったとしても、手術が必要な患者さんの相談は私が必ずお会いします。手術の必要性や問題点をご説明したうえで、手術をご希望される患者さんは日程を決める、という流れになります。

当院では、昨年度、最新の白内障手術機器を導入しており、よほどの重症でない限りは当院で手術することが可能です。白内障手術は、基本1泊2日の入院で対応しておりますが、現在、3か月ほど手術をお待ちの患者さんがいらっしゃると思います。手術相談を希望の際は、なるべくご家族同伴にて早めのご受診をお願いします。

この機会に、ご自身の目が本当に悪くなっていないのか、病気の年輪によるものなのか、治るのか治らない

Halloween Invitation

ハロウィンジャンボ

1等賞金100万円

5億円

5,000万円

パソコンやスマホでネット購入!

2023年新市町村振興宝くじ

9月20日(水)

同時発売

発売期間/9月20日(水)~10月20日(金) 各1枚300円
抽せん日/10月27日(金)

★この宝くじの収益金は市町村の明るいまちづくりや環境対策、高齢化対策など地域住民の福祉向上のために使われます。
★宝くじは、ぜひ茨城県内でご購入願います。

宝くじに関するお問合せ/0570-01-1192(宝くじコールセンター)
公益財団法人 茨城県市町村振興協会

SUMIHATSU

新卒・キャリア社員募集中

「ばね」と「鉄道」の技術で、未来へ進む
Pushing Forward toward the Future with Our Spring and Rail Technologies

【問い合わせ】
〒309-1297 茨城県桜川市高森1158
TEL: 0296-58-5161
FAX: 0296-58-5722

2024卒の方は、マイナビ2024から▼
キャリア採用ご希望の方は、お電話またはホームページより▼