

ぼくもわたしもキラリっ子



このコーナーでは、3歳児健診で、むし歯のなかったお子さんと保護者を紹介しています。9月29日の健診でむし歯のなかったお子さんを、11月号と12月号に分けて掲載しています。



川俣 佑輝ちゃん (いぶき町2) 玲子さん
羽下 幸佑ちゃん (上町3) 美幸さん
中村 竜馬ちゃん (横越中) 朝子さん



伊藤 ひかるちゃん (いぶき町2) 久美さん
鈴木 優奈ちゃん (二本木1) 則子さん
村山 方都ちゃん (うぐいす2) 史さん

健康シリーズ88

うつ病に「こころの風邪」と言われるくらい、誰でもかかる可能性のある病気で、最近増えています。

うつ病は「こころの風邪」と言われるくらい、誰でもかかる可能性のある病気で、最近増えています。

うつ病の症状

出やすい症状としては、気分が晴れず何事も楽しくない、集中力が低下して、考えがまとま

らない、何かしようという意欲がなくなる、早朝に目が覚めてしまう。
また、食欲不振、便秘、だるさなど身体の不調も出てきます。うつ病が、胃腸の不調といった身体の症状のみに現れることもあります。

治療方法

治療は、精神科、心療内科などで受けられます。主に薬による治療が行われています。認知療法と言って、出来事の見方や考え方のバランスを良くすることを身につけることで、うつ状態を改善していこうという治療方法もありますが、薬による治療が一般的です。

薬は、不安や気分の調節に重要な役割をはたしている脳内物質の働きを高めるので、薬を飲むことにより気分が楽になるなど症状の改善につながります。性格的には、がんばり屋さんで几帳面な性格の人がなりやすいと言われています。ちょっとよくなってくると、仕事に復帰することを急いだりしがちですが、ゆっくり休養をとることが病気をなおす最良の方法です。



神経芽細胞腫検査の休止のお知らせ

新潟県では、生後6か月児を対象に実施してきました神経芽細胞腫検査を休止し、次のように取り扱うことにしましたのでお知らせします。

- 1 今後は検査セットの配付は行いません。これまで横越町において、乳児(3か月)健診時に保護者の方に検査セットを配付し、検査をお願いしてきましたが、検査を休止するため、今後は検査セットの配付は行いません。
- 2 現在お手元にある検査セットについては、破棄して下さるようお願いいたします。

《休止理由》
神経芽細胞腫が発見された方に対し、経過観察をしていたところ、腫瘍は自然と小さくなり消えていくことがわかってきました。以前であれば、神経芽細胞腫と診断されると、手術などの治療を受けていました。しかし、検査することによって、本来必要のない治療を受ける人が出てくることになります。治療には合併症を来す場合もあるので、検査したために不利益を受ける人がかなり出てくるということで、有効性が証明できないと結論づけられました。～「神経芽細胞腫マスキリーニング検査のあり方に関する検討会」報告書より～
◆問い合わせ 健康推進課 健康指導係 ☎385-2111 (内線135)

保健センターからの お知らせ



11月

▶会場：保健センター ▶問い合わせ：役場 健康推進課 ☎385-2111

予防接種

午後1時～2時20分(受付)
午後1時30分～2時30分(接種時間)
■ツベルクリン反応検査
11月10日(月)
対象…生後3か月～48か月未満
■BCG 11月12日(木)
対象…ツベルクリン接種後、48時間後(翌々日)に判定を受け、陰性(-)の人はBCGを接種
※接種後28日間は他の予防接種はできません。

子育て広場

11月4日(火)・18日(火)・25日(火)
12月2日(火)
午前9時30分～11時
子育ての悩みを一人で抱えこまず、保健師等と話し合しましょう。

機能訓練教室

11月7日(金)
午後1時30分～3時30分
11月13日(木)
午前10時～午後3時
対象…機能訓練教室参加登録者

介護サービスや介護保険の相談窓口

苦情や相談がある場合、気軽にお問い合わせください。
・横越町役場 健康推進課 (中央1-1-1) ☎025-385-2111
・横越町在宅介護支援センター (中央1-1-3) ☎025-385-5045
・在宅介護支援センター横雲の里 (阿賀野1-2-1) ☎0250-61-5555

11月4日～10日は「全国糖尿病週間」

いま、日本では糖尿病患者や糖尿病が強く疑われる人が増加しています。糖尿病はふだんからの生活習慣が原因となる生活習慣病の一つ(生活習慣によらず、先天性の場合もあります)で、脳卒中や心臓病などの病気の引き金になることもあります。この機会に生活習慣を見つめてみませんか。
◆厚生労働省「糖尿病ホームページ」
<http://www.mhlw.go.jp/topics/bukyoku/kenkou/seikatu/tounyou/>

乳幼児健診

午後1時～1時30分(受付)
■乳児健診 11月26日(水)
対象…14年11月/15年4月・8月生
■3歳児健診 11月17日(月)
対象…12年10月・11月生
■幼児歯科健診 11月11日(火)
対象…11年5月・11月/12年5月
13年5月/13年11月生

午前9時30分～9時45分(受付)
■2歳児健診 11月6日(木)
対象…13年10月・11月生

離乳食講習会

11月17日(月)
午前9時30分～9時45分(受付)
対象…15年6月・7月生

健康相談

11月11日(火)
午前9時30分～11時
血圧・体脂肪測定等で健康の確認をしたり、健康づくりプランを相談したりします。また、病気等で心配のある人の相談に応じます

母子健康手帳交付

11月18日(火)
午後1時～1時30分(受付)
持参する物…妊娠届出書、印鑑、健康保険証、口座番号(医療費振込の為)
※歯科健診があります。
ご都合のつかない方は、健康推進課窓口にて交付しています(事前にご連絡ください)。その場合、歯科健診はありません。

母親学級

12月2日(火)
午後1時～1時30分(受付)
対象…16年1月～4月に出産予定の方

11月の休日当番医院

日	当番医院	電話番号
2	横田医院 (亀田町袋津3)	381-2729
3	松原医院 (亀田町本町2)	381-2243
9	高橋医院 (亀田町東本町4)	381-2062
16	祖父江眼科医院 (亀田町本町3)	382-5959
23	山岸医院 (亀田町袋津2)	382-4133
24	小林整形外科 (亀田町四ツ興野1)	382-7333
30	林皮膚科 (亀田町四ツ興野1)	381-3111
12/7	源昌医院 (亀田町向陽1)	382-7660

◎次の医院は、医師在院のときは、緊急を要する診療に応じます。
・亀田第一病院(亀田町西町2) ☎382-3111
・佐藤医院(亀田町下早通) ☎381-2878