

「上手にヘルスアップ」を開催

男性限定! ナイスミドル講座 「あなたの未来を変える運動」

「最近太ってきたなあ…。」「健康に気がつけた方がいいと思うけれど、何をしたらいい?」と思っているあなたへ。

運動の知識を確認した後、簡単なストレッチや筋力トレーニング、有酸素運動を行います。しばらく運動をしていない人、今まで運動をしていない人も大丈夫です。無理なく楽しく体を動かしましょう。

日時 2月26日(金) 午後1時30分～3時30分

会場 本庄市保健センター

内容 保健師からの講話と実技

対象 おおむね30歳以上の市内在住の男性

定員 20人(多数の場合抽選)

用意 運動のできる服装、室内用運動靴、飲み物、タオル

申込 2月23日(火)までに本庄市保健センターへ



予防接種を受けましょう

①二種混合(ジフテリア・破傷風) 予防接種

小学校6年生になってからまだ予防接種を受けていないおさんは、体調の良い時に早めに受けてください。(13歳未満の人が対象です。)

接種期間 3月31日(水)まで

②麻しん(はしか)・風しん(MR) 予防接種

麻しんは1回の予防接種では免疫力が低下するため2回接種になりました。

接種対象者

1期: 生後12～24月未満

2期: 平成15年4月2日～平成16年4月1日生まれ

3期: 平成8年4月2日～平成9年4月1日生まれ

4期: 平成3年4月2日～平成4年4月1日生まれ

接種期間 2・3・4期は3月31日(水)まで

*お問い合わせは本庄市保健センターへ



セカンドオピニオンについて

医療メモ

本庄市児玉郡医師会広報部

医療が進歩してさまざまな治療法が生まれています。その結果、医師によって病気の考え方が違うことがあります。また、医師や病院によって医療技術や診療の質に差があることも考えられます。そこで、最善と考えられる治療を患者と主治医で判断するため、主治医以外の医師の意見を聞くこと、それがセカンドオピニオンです。場合によっては、医師を変えることとなります。

セカンドオピニオンを求める場合、まずは主治医に話をして他医への診療情報提供書を作成してもらう必要があります。意見を求められた医師は、これまでの治療経過や病状の推移を把握しないことには適切な助言をすることが難しいからです。そのうえで、紹介先を受診し意見を求めることとなります。この時、新たな検査を必要とすることもあります。

セカンドオピニオン外来を受診する場合、セカンドオピニオンは「診療」ではなく「相談」になるため、健康保険給付の対象とならず、全額自己負担となります。なお、保険医療機関で保険証を提示し、一般外来

での保険診療を希望する場合は、保険診療の扱いとなります。

アメリカでは、がんを手術で切除するか放射線治療を行うかというような判断は、複数の医師の判断を聞いたうえで患者自身が判断することが多くなってきました。日本でも、医療過誤をめぐるトラブルや患者の意識の高まりを受けて、セカンドオピニオンが広まってきました。

同じ手術をするとしても、「どんなリスクがあるのか」「ほかにどんな選択肢があるのか」を知ったうえで行うことは、非常に重要なことです。セカンドオピニオンは患者の権利を守ると同時に、医師にとっても誤診を回避するなど多くのメリットを持った仕組みです。

では、どうやって探せばいいのでしょうか。ひとつは主治医に聞いて紹介してもらう方法があります。また、インターネットの検索サイトで病院を探す方法もあります。その場合、セカンドオピニオンの項目をダウンロードするか、電話で受け入れ体制、予約の有無、持参する資料、費用などを確認しましょう。

