

みんなのけんこうガイド



← おとな

(おおむね 30歳～64歳)

↻ こども

(乳幼児)

駐車場は、児玉総合支所または第二庁舎をご利用ください。

児玉保健センター 総合支所 第二庁舎

児玉保健センター ☎ 5540

本庄市保健センター (本庄市休日急患診療所)

本庄市保健センター ☎ 2003

乳幼児健康診査・健康相談 【受付時間】 印・・・午後1時～1時30分、 印・・・午前9時30分～10時
 *対象者には通知します。

内容	対象となる人(お住まいの地域)	日程	会場
3～4か月児健康診査	平成18年12月生まれ(本庄地域)	4月19日	本庄市保健センター
	*児玉地域にお住まいのお子さんについては5月中旬に実施。(詳しくは次号で)		児玉保健センター
9～10か月児健康相談	平成18年6月生まれ(市内全域)	4月19日	本庄市保健センター
1歳6か月児健康診査	平成17年9月生まれ(本庄地域)	4月18日	本庄市保健センター
	*児玉地域にお住まいのお子さんについては5月中旬に実施。(詳しくは次号で)		児玉保健センター
2歳児健康相談	平成17年2月生まれ(児玉地域)および平成17年3月生まれ(市内全域)	4月17日	本庄市保健センター
3歳児健康診査	平成16年3月生まれ(本庄地域)	4月17日	本庄市保健センター
	*児玉地域にお住まいのお子さんについては5月中旬に実施。(詳しくは次号で)		児玉保健センター

予防接種 【受付時間】午後1時～1時30分
 *対象者には通知します。対象月齢を過ぎても接種していない場合はお問い合わせください。

内容	対象となる人(お住まいの地域)	日程	会場
BCG予防接種 (接種可能な月齢: 6か月未満)	平成18年12月～19年1月生まれ(本庄地域)	4月3日	本庄市保健センター
	平成19年2月生まれ(本庄地域)	5月2日	
ポリオ予防接種	平成18年12月～19年1月生まれ(児玉地域)	4月20日	児玉保健センター
	平成17年12月～18年11月生まれ(本庄地域)	4月4日～6日 9日～11日	本庄市保健センター
	平成17年12月～18年11月生まれ(児玉地域)	4月24日～26日	児玉保健センター

相談・学級 【会場】児玉保健センター(4月から児玉保健センターでの開催となります。)
 *電話による育児相談は、各保健センターで随時受け付けています。お気軽にご相談ください。

内容	対象となる人	日時	その他
すくすく相談 (育児・栄養相談、計測)	相談・計測希望の人	4月12日 午前9時30分～11時	前日までに電話予約してください。
コアクラス (育児学級)	2～3か月児とその保護者	4月5日・5月10日 午前10時～11時30分	対象者に通知します。
カンガルー広場 (情報交換・友達づくりの場)	0～2歳児とその保護者	4月2日・5月1日 午前9時30分～正午	おやつを持ち込みはできません。
おや親タマゴ(全4回)	これからママ・パパになる人	4月6日・13日・18日・21日 午前9時30分～正午	先着20組。事前に電話予約してください。21日はできるだけご夫婦で参加してください。
わんぱくツインズくらぶ (情報交換・友達づくりの場)	多胎児とその保護者	4月27日 午前10時30分～正午	多胎児を妊娠中の人も歓迎。



健康診査

平成19年度に実施する検診等の受診券や健診票を郵送します。4月中に郵送されない場合は、各保健センターへお申し込みください。

検診の種類(実施月)	対象
1 胃がん検診(5月)	40歳以上
2 子宮頸部がん・乳がん検診(6月) 子宮頸部がん個別検診(5月~平成20年3月)	・子宮頸部がん...20歳以上の女性 ・乳がん...30歳以上の女性
3 肺がん・結核検診(7月)	40歳以上
4 基本健康診査(10~11月)	40歳以上
5 大腸がん検診(上記1~4の検診時に受付)	40歳以上
6 歯周疾患検診(5月~12月28日)	今年度40歳・50歳・60歳・70歳になる人
7 骨粗しょう症検診(平成20年1月)	30歳から70歳までの女性

歯周疾患検診は、指定歯科医院で個別受診できるようになりました。指定歯科医院については各保健センターへお問い合わせください。

教室・講座【会場】本庄市保健センター

内容	日時ほか
上手にヘルスアップ~楽しく正しくウォーキング!~ 体に優しい歩き方を保健師が実技指導	日時 4月25日 午後1時30分~3時30分 定員 20人(先着順) 申込 4月20日 までに本庄市保健センターへ
ステップ・ステップ ~ファーストステップ、セカンドステップ~ ステップ台を使った運動と筋力トレーニングで健康な体づくりを。(とでは運動量が異なります。申し込みの際にご相談ください。)	日程 5月9日から7月11日までの毎週水曜日(全10回) 5月11日から6月22日までの毎週金曜日・6月26日・7月6日・13日(全10回) 時間 とも午前9時30分~11時30分(初回・最終回は午前9時~) 定員 とも20人(定員を超えた場合、初めて参加する人を優先。) 申込 4月10日 から18日 までに本庄市保健センターへ
ストップ!メタボリックシンドローム ~運動習慣を手に入れよう~ メタボリックシンドロームの予防に欠かせない「運動」を身近なものに!	日時 5月7日から28日までの毎週月曜日(全4回) 午後1時30分~3時 定員 20人(先着順) 申込 4月27日 までに本庄市保健センターへ



手話通訳つき

聴覚障害者のための健康診査の説明会

健康診査(成人向け)の内容や受け方について、手話通訳をまじえて説明します。申し込みは不要です。当日、直接会場へお越しください。
《市民プラザ多目的ホール》
4月19日 午後1時30分~3時
《児玉隣保館》
4月23日 午後3時~4時30分
*お問い合わせは、本庄市保健センター(☎ 2005)まで



「先生、足にみずむし」ができました」と言って、病院の外に受診される患者さんが足の皮膚病の中で7~8割くらいいらつしゃいます。一般の方にとって、足にできた皮膚病「みずむし」という方程式ができています。

足の皮膚病には、みずむしのほかにいろいろ種類があります。足底には毛がなく、汗の分泌線(エクリン汗腺)がたくさん存在するという特徴があり、さらに靴下や靴を長時間履くという特別な環境にあります。これらのことにより、蒸れによる皮膚病が多くなるわけです。

足白癬(みずむし)

それではなぜ足白癬(みずむし)ができるのでしょうか?

前述のように、足は体の中で最も蒸れやすい場所のため、蒸れている時間が長いことにより真菌(カビ)が発育しやすく、足白癬が発症しやすくなります。近年、温泉ブームで日帰り温泉に気軽に行かれる方も多く、足拭きマットなどから感染する機会も増えています。

冬の気温が低い環境でも、冷え性の方は保温性が高く生地の厚い吸湿性が悪い靴下を履き、さらに布団の中でも靴下を履いたまま寝ることもあり、冬になると足白癬を繰り返す方もいらつしゃいます。

足白癬の症状には、いくつもの種類があります。薄く皮がはがれたようなカサカサしたタイプや小さな水疱が多発する

タイプ、足の裏の皮が厚くなるタイプ、趾間がかさかさするタイプや白く浸軟するタイプなどがあります。

しかし、このような皮膚症状は足白癬に特有の変化ではなく他の皮膚病でも同じような皮膚所見を呈することもあり、確定診断を下すには病変部から白癬菌を証明する必要があります。この検査は外来でも簡単にできるもので病変部の角質を採取し、苛性カリを滴下して角質を溶かし、顕微鏡で白癬菌の存在を確認するだけで確定診断ができます。

足白癬(みずむし)以外の皮膚病

では、足白癬以外の足の皮膚病にはどのようなものがあるのでしょうか?頻度の高いものでは、やはり蒸れからくる病態と関連する「あせも」ではないかと思えます。医学的には異汗性湿疹または汗疱(かんぼう)と呼ばれるもので汗腺の出口に汗がたまることで皮膚の炎症を生じます。1ミリくらいの小さな水疱が所々に多発し、かゆみを伴います。その後、落屑(らくせつ)とよんで薄皮がはがれ落ちてきます。なかには小水疱を伴わずに、落屑だけみられるものもあります。蚕食性角質融解症もスポーツなどによる多汗により生じる足の湿潤した状況下で皮膚表面の細菌が繁殖し、角質溶解酵素を分泌することにより、足底の角質が虫食い状に浅く陥没した大小の点状ないし地図状病変を呈する皮膚病で足白癬とよく間違われる皮膚病です。

このほかにも、手足に小水疱や小膿疱の出没を繰り返す掌蹠膿疱症(しょうせきのうほうしょう)や、赤くかさかさする扁平苔癬(へんぺいたいせん)など、足白癬と間違いやすい皮膚病もありますので注意が必要です。足の皮膚病がなかなか治らないでお困りの方は、きちんと診断してもらってその病気に合った治療を受けられることをお勧めします。

「先生、足にみずむし」ができました」と言って、病院の外に受診される患者さんが足の皮膚病の中で7~8割くらいいらつしゃいます。一般の方にとって、足にできた皮膚病「みずむし」という方程式ができています。

足の皮膚病には、みずむしのほかにいろいろ種類があります。足底には毛がなく、汗の分泌線(エクリン汗腺)がたくさん存在するという特徴があり、さらに靴下や靴を長時間履くという特別な環境にあります。これらのことにより、蒸れによる皮膚病が多くなるわけです。

足白癬(みずむし)

それではなぜ足白癬(みずむし)ができるのでしょうか?

前述のように、足は体の中で最も蒸れやすい場所のため、蒸れている時間が長いことにより真菌(カビ)が発育しやすく、足白癬が発症しやすくなります。近年、温泉ブームで日帰り温泉に気軽に行かれる方も多く、足拭きマットなどから感染する機会も増えています。

冬の気温が低い環境でも、冷え性の方は保温性が高く生地の厚い吸湿性が悪い靴下を履き、さらに布団の中でも靴下を履いたまま寝ることもあり、冬になると足白癬を繰り返す方もいらつしゃいます。

足白癬の症状には、いくつもの種類があります。薄く皮がはがれたようなカサカサしたタイプや小さな水疱が多発する

足の皮膚病「みずむし」?

