

みんなのけんこうガイド



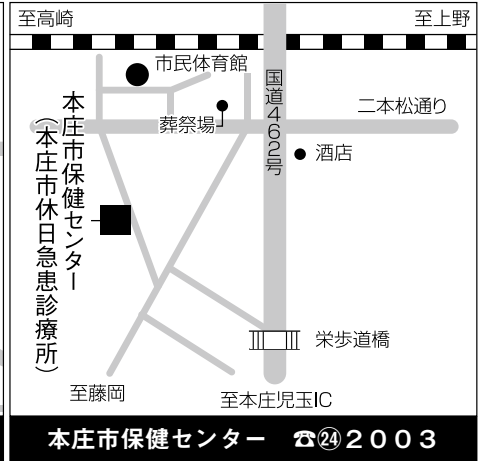
← おとな

※講座等の申し込みは
午前8時30分からです。

↻ こども



児玉保健センター ☎25540



本庄市保健センター ☎242003

●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20年12月生まれ（本庄地域）	4月22日(水)	本庄市保健センター
	平成20年12月～平成21年1月生まれ（児玉地域）	5月21日(水)	児玉保健センター
☆9～10か月児健康相談	平成20年6月生まれ（市内全域）	4月22日(水)	本庄市保健センター
★1歳6か月児健康診査	平成19年9月生まれ（本庄地域）	4月20日(月)	本庄市保健センター
	平成19年9月～10月生まれ（児玉地域）	5月20日(水)	児玉保健センター
☆2歳児健康相談	平成19年3月生まれ（市内全域）	4月21日(火)	本庄市保健センター
★3歳児健康診査	平成18年3月生まれ（本庄地域）	4月21日(火)	本庄市保健センター
	平成18年3月～4月生まれ（児玉地域）	5月19日(火)	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
ポリオ予防接種	平成19年12月～平成20年11月生まれ（本庄地域）	4月8日(水)～10日(金)、 13日(月)～15日(水)	本庄市保健センター
	平成19年12月～平成20年11月生まれ（児玉地域）	4月3日(金)、6日(月)、 7日(火)	児玉保健センター

●育児相談・学級 【会場】 児玉保健センター

※電話による育児相談は随時受け付けています。各相談・教室の予約は、本庄市保健センター(☎242003)へ。

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24日(金) 午前9時30分～11時	定員あり。事前に電話予約してください。	
母乳相談	母乳のことで相談がある人	4月24日(金) 午前9時30分～11時	定員あり。事前に電話予約してください。	
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13日(月) 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	マタニティ エクササイズ	これからママになる人 ※会場:本庄市保健センター	5月13日(水) 午前10時～正午	先着20組。事前に電話予約してください。
	母乳・沐浴	これからママ・パパになる人	5月16日(土) 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。

ださい。(お持ちでない人は保健センターまで)



春です。楽しみながら健康づくり…

ウォーキングやステップを始めてみませんか！？

「上手にヘルスアップ」

楽しく正しくウォーキングしながら本庄のまちを楽しみましょう。

日時 4月17日(金) 午後1時30分～3時30分

会場 本庄市保健センター

対象 おおむね30歳以上の市内在住者

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、外履き用運動靴、飲み物、タオル、筆記用具

申込 4月14日(火)までに本庄市保健センターへ

「ステップ・ステップ」

ストレッチ・筋力トレーニング・ステップ台を使った有酸素運動の教室です。音楽に合わせて楽しく体を動かし、体力づくりをしましょう。

①ファーストステップ

「運動を始めてみたいなあ…」と思っているあなたのための教室です。いっしょに始めてみませんか。運動初心者、大歓迎です。

日程 5月22日から7月10日までの毎週金曜日 全8回

時間 午前10時～11時30分

②セカンドステップ

「ひとりではなかなか運動が続けられない…」とお悩みのあなたのための教室です。定期的にいっしょに運動をしてみませんか。

日程 4月16日(休)から毎月2回実施 全24回

時間 午前10時～11時30分又は午後1時30分～3時(初回は午前9時30分から開始)

《①②共通》

会場 本庄市保健センター

対象 おおむね30歳以上の市内在住者

定員 20人(多数の場合抽選)

申込 ①は5月19日(火)までに、②は4月15日(水)までに本庄市保健センターへ

※②は定員に満たない場合、途中参加者も随時受付。①と②では内容が違います。申し込み時にご相談ください。

医療メモ

本庄市児玉郡医師会広報部



これから夏にかけて多くなる代表的な皮膚病に「とびひ」があります。3歳ごろまでを中心とする乳幼児期・小児期に多いために、子どものいる人は、「今年もジクジクしてきちゃった」と、頭を悩ませることも多いのではないのでしょうか。

虫刺されやアトピーなど、湿疹のかきこわしがジクジクし、飛び火(とびひ)という名のように、ポンポンと火が飛び移るように症状が広がっていくため、湿疹がジクジクして広がってしまったと思う人もいると思いますが、実は「とびひ」は、「ジクジクした湿疹」ではなくバイ菌(細菌)の感染によって起こる化膿創なのです。

「とびひ」の正式な名称は、「伝染性膿痂疹」と言います。黄色ぶどう球菌により水疱を

形成し、それが破けてびらん化する水疱性膿痂疹と、主にA群β溶血性連鎖球菌により痂皮(かさぶたのこと)を形成する痂皮性膿痂疹とに分類されます。

水疱性膿痂疹は、夏期に好発し、乳幼児期・小児期に多く、一方の痂皮性膿痂疹は、年齢や季節を問わず発症します。

また、それぞれの菌により病気の成り立ちも異なっています。水疱性膿痂疹は、皮膚の最も外側の層である角質層で増殖した黄色ぶどう球菌が、表皮剥脱毒素と言う物質を産み出すことを原因とし、それにより皮膚の層が剥がれることにより水疱ができ、破れてびらん化し、周囲にも薄皮が浮くようなビラビラした症状が、赤みとともに存在します。

一方の痂皮性膿痂疹は、A群β溶血性連鎖球菌が角質層下に感染することで起こり、水疱は少なく、赤みから始まり、ニキビのような膿状変化(膿疱)や黄褐色の厚い強固な痂皮を形成します。

たかが「とびひ」、とあなどらないで…

「とびひ」は感染症ですの

で、基本的には抗生剤の投薬で治療します。

たかが「とびひ」とあなどることなかれ…。

細菌が、黄色ぶどう球菌の場合、全身がヤケドを負ったようにビラビラと全身の皮膚が剥がれてしまう、ブドウ球菌性熱傷様皮膚症候群と言う病態に進展してしまうことや、溶血性連鎖球菌の場合は、腎障害を合併することがまれにあります。

スキンケアで予防しよう

「とびひ」として発症してしまう前に、その母地となる湿疹・アトピー・かさかさの乾燥などの皮膚のバリア機能の低下・欠落した状態をしっかりケアしておくことが大切だと言えます。

繰り返す「とびひ」に悩んでいる人は、この時期からのスキンケアを行いましょ。

