



●乳幼児健康診査・健康相談

【受付時間】 ☆印…午前9時30分～10時20分、★印…午後1時～1時50分

※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23年4月生まれ（本庄地域）	8月24日(水)	本庄市保健センター
	平成23年4月～5月生まれ（児玉地域）	9月15日(水)	児玉保健センター
☆9～10か月児健康相談	平成22年10月生まれ（市内全域）	8月24日(水)	本庄市保健センター
★1歳6か月児健康診査	平成22年1月生まれ（本庄地域）	8月22日(月)	本庄市保健センター
	平成22年1月～2月生まれ（児玉地域）	9月14日(水)	児玉保健センター
☆2歳児健康相談	平成21年7月生まれ（市内全域）	8月23日(火)	本庄市保健センター
★3歳児健康診査	平成20年7月生まれ（本庄地域）	8月23日(火)	本庄市保健センター
	平成20年7月～8月生まれ（児玉地域）	9月13日(火)	児玉保健センター

●育児相談・学級

【会場】本庄市保健センター

※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(☎2003)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	8月26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	8月26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。	
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	8月10日(水) 午前10時～正午	先着20人。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	8月20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。
	栄養	これからママになる人	9月29日(水) 午前9時30分～正午	先着12人。事前に電話予約してください。

休 日 急 患 の 診 療

●本庄市児玉郡医師会立本庄市休日急患診療所（日曜・祝日開設）

（本庄市保健センター内 ☎ 3322）

診療時間 午前9時～正午、午後1時～4時、午後7時～10時

診療科目 内科系疾患

※健康保険証を持参してください。

ご利用ください！小児救急電話相談「#8000」

休日や夜間のお子さんの急病時にご利用ください。県内であれば、プッシュ回線の電話や携帯電話から「#8000」を押すとつながります。

（相談料無料・通話料利用者負担）

受付時間

・月曜日～土曜日 午後7時～11時

・日曜日、祝日、年末年始 午前9時～午後11時

●在宅当番医療機関

診療は午前中のみです。当番医は変更になる場合もありますので、確認してからお出かけください。

8月7日(日)	千 田 医 院	美里町根本	☎ 760041
8月14日(日)	関根内科外科医院	神川町新里	☎ 77667
8月21日(日)	昭和産婦人科	駅南1丁目	☎ 22025
8月28日(日)	高山整形外科	見福2丁目	☎ 23245
9月4日(日)	田 所 医 院	けや木1丁目	☎ 23445

★119番は、緊急時（火災やけが人など）の受付専用電話番号です。夜間など、時間外に診療可能な病院については、児玉郡市広域消防本部指令課(☎1119)でご案内していますので、ご利用ください。ただし、診療科目によっては、県外や児玉郡市以外の病院をご案内する場合があります。

歯周疾患検診のお知らせ

歯を失う原因の約9割を占める虫歯と歯周病。今症状が出ていなくても、早期に発見し治療や予防をするために、歯周疾患検診を受けましょう。受診を希望する人は、事前に指定歯科医院に予約し、健康保険証を持参して受診してください。

実施期間 平成24年3月31日(出)まで

対象 今年度中に40歳・45歳・50歳・55歳・60歳・65歳・70歳になる市内在住者

費用 無料

用意 健康保険証

※指定医療機関については、本庄市保健センターへお問い合わせください。



予防接種はお済みですか？

まだ接種していないお子さんは、夏休みを利用して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

予診票は小学校6年生に学校を通じて配布しています。

※13歳未満の人が対象です。

接種期間

平成24年3月31日(出)まで

②麻しん（はしか）・風しん（MR）予防接種

麻しんは、1回のみでの予防接種では、免疫力が低下するため、2回接種になりました。

《今年度の接種対象者》

- ・1期 生後12～24月未満
- ・2期 平成17年4月2日～平成18年4月1日生まれ
- ・3期 平成10年4月2日～平成11年4月1日生まれ
- ・4期 平成5年4月2日～平成6年4月1日生まれ

《2・3・4期の接種期間》

平成24年3月31日(出)まで

※不明な点は本庄市保健センターへお問い合わせください。

プランクのあるナースの復職を埼玉県が応援

埼玉県では、もう一度働いてみたい看護師の職場復帰を応援しています。一人ひとりに合った研修プログラムに基づく6か月の勤務研修により、給与を受けながら復職に必要な看護技術を学び直すことができます。埼玉県看護協会ナースセンターの相談員がサポートしますので、安心して復職できます。

また、勤務研修を実施して下さる医療・介護施設も併せて募集しています。復職者1人当たり最高150万円まで県が助成します。

なお、勤務研修は、年度内の完了が条件となりますので、10月1日(出)までに研修を開始してください。

※申し込みは左記へ

★埼玉県看護協会ナースセンター ☎048-824-7266

※お問い合わせは左記へ

★埼玉県医療整備課 ☎048-830-3543



医療メモ

本庄市児玉郡医師会広報部

肥満・肥満症とメタボリックシンドロームの違い？

平成20年度から特定健康診査・特定保健指導が導入され、メタボリックシンドロームという言葉をよく耳にするようになりまし。メタボリックシンドロームと肥満・肥満症はどう違うのでしょうか。

日本人の肥満の頻度は、男性や高齢の女性において増加の一途をたどっています。その判定基準は、体重(kg)を身長(m)の2乗で割って求めるボディマスインデックス(BMI)が25以上を肥満と呼びます。欧米では、BMI30以上が肥満ですが、日本人は肥満度が低くても肥満に起因する健康障害の有病率が高いためです。

肥満症は肥満に加え、肥満に起因ないし関連する健康障害が1つ以上あって、減量治療が必要な場合をいいます。肥満に起因ないし関連する健康障害は11あり、メタボリックシンドロームにも含まれる脂質異常、高血圧、糖尿病のほかに、高尿酸血症・痛風、脂肪肝、蛋白尿(肥満腎症)、冠動脈疾患、脳血栓症・一過性脳虚血発作や睡眠時無呼吸

症候群・Pickwick症候群、変形性関節症・腰痛症、月経異常があります。脂肪細胞の質的異常と量的異常の肥満症に大別でき、内臓脂肪から分泌されるアディポサイトカインといわれる物質の異常でおきてくる肥満症は、メタボリックシンドロームと大部分重なり合う質的異常のタイプです。もう一方、皮下脂肪が増えてくるような量的異常のタイプは体重増加による物理的な障害に関与します。

一方、メタボリックシンドロームは、内臓脂肪の過剰蓄積に着目しており、ウエスト周囲径が男性85cm以上、女性90cm以上に、脂質異常、高血圧、糖尿病の3つのうち2つ以上ある状態です。そのため、肥満は必須項目ではありませんが、BMI25以上の男性は、ほとんどの場合腹囲が85cm以上あります。

肥満から肥満症へ、肥満症からメタボリックシンドロームへと、より危険な状態に進んでいきます。身長や体重だけでは、肥満しかわかりません。自分の体の状態を正しく知るためには、定期的に健診を受けることが大切です。