



みんなの けんこう ガイド

※各保健センターへのお問い合わせは午前8時30分からです。

●乳幼児健康診査・健康相談

【受付時間】 ☆印…午前9時30分～10時、★印…午後1時～1時30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21年5月生まれ（本庄地域）	9月30日(水)	本庄市保健センター
	平成21年4月～5月生まれ（児玉地域）	9月17日(水)	児玉保健センター
☆9～10か月児健康相談	平成20年11月生まれ（市内全域）	9月30日(水)	本庄市保健センター
★1歳6か月児健康診査	平成20年2月生まれ（本庄地域）	9月28日(月)	本庄市保健センター
	平成20年1月～2月生まれ（児玉地域）	9月16日(水)	児玉保健センター
☆2歳児健康相談	平成19年8月生まれ（市内全域）	9月29日(火)	本庄市保健センター
★3歳児健康診査	平成18年8月生まれ（本庄地域）	9月29日(火)	本庄市保健センター
	平成18年7月～8月生まれ（児玉地域）	9月15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（☎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	9月4日(金)・17日(水) 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	9月4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	9月14日(月)・10月5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	9月9日(水)・10月7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	9月12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。

ください。(お持ちでない人は保健センターまで)



「上手にヘルスアップ」 運動初心者大集合!! ～まずは何でもLet's try!～

運動しようと思っっているけれども何をしたらよいかわからない人へ、運動するときのポイントと継続するためのコツをお話しします。

実際にストレッチ、筋力トレーニング、有酸素運動を体験し、ひとりでも続けられる運動を見つけましょう。

日時 9月25日(金) 午前9時30分～11時30分

会場 本庄市保健センター

対象者 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、タオル、飲み物

申込 9月17日(木)までに本庄市保健センターへ

『ポリオ(小児マヒ)予防接種』を 実施します



対象児には「予診票」を郵送します。
混雑を避けるため、指定した会場へ行くようにしてください。

対象年齢を過ぎても2回投与していない人(生後90月未満)は、保健センターまでご連絡ください。

対象児 平成20年6月～平成21年5月生まれ

○本庄市保健センター会場

日程 10月1日(木)、2日(金)、5日(月)～8日(木)

○児玉保健センター会場

日程 10月13日(火)～15日(木)

《両会場共通》

受付時間 午後1時～1時30分

※受付時間を厳守してください。

※他の予防接種との接種間隔にご注意ください。

医療メモ

本庄市児玉郡医師会広報部

飛蚊症(ひぶんしょう)

中高年者の失明原因は、①緑内障、②糖尿病性網膜症、③網膜色素変性症、④加齢黄斑変性などです。眼科の病気の多くは定期的に検診を受けることで進行を遅らせたり、予防が可能です。

今回は眼の症状で多い『飛蚊症』について取りあげます。光線は瞳孔を通り、眼底の網膜に達して物体の像を結びます。角膜から網膜までの間に光線をさえぎるものがあると、影となって網膜上に映ります。ちょうど蚊が目の前に飛んでいるかのように見えるため、昔から飛蚊症と呼んでいます。視野の中にさまざまな形をして自覚され、ある日突然見えたりすることもあります。視力が低下することはまれで、目を動かすと移動し、空や、白いシートを見ると強く自覚されます。夕方や夜間は光が走るように見えることもあります。

に生じることがほとんどですが、時に処置が必要な病気もあります。

飛蚊症を訴える患者に行う

検査には、①視力検査、②眼圧検査、③視野検査、④眼底検査(点眼し瞳孔を広げる)などがあります。検査の結果、

すぐに処置が必要な病気は、①網膜剥離、②網膜裂孔、③糖尿病性網膜症、④網膜中心静脈(分枝)閉塞症などがあります。

処置方法

①生理的飛蚊症(硝子体剥離) 硝子体の年齢的な変化によりますので症状が強くなったら受診するようにお話します。

②網膜剥離

網膜内ではがれるため失明のおそれがありますので、手術が可能な病院へ紹介します。

③網膜裂孔

薄くなった網膜などに小さな穴や隙間ができ、網膜剥離になるおそれがある場合、裂孔の周囲にレーザー光凝固を行います。

④糖尿病性網膜症

出血の程度や場所などにより、光凝固や硝子体手術(眼球内から出血や汚れた硝子体をきれいにしたり、光凝固を行う)を選択します。

⑤網膜中心静脈(分枝)閉塞症

網膜内を通る細い静脈が詰まり、出血を起こす。光凝固、硝子体手術や硝子体内注入(抗血管内皮細胞増殖因子)などを行います。

⑥ぶどう膜炎

細菌やウイルス、免疫異常により硝子体中に炎症が起こり、飛蚊症があらわれる。原因の治療を行います。

繰り返ししますが、ほとんどの飛蚊症は心配ありませんが、失明につながる病気もありますので、まずは専門医にご相談ください。

●眼球の水平断面図

