

健康だより

健康課・医療対策課
☎53-2101
各地域の保健センター
萩原 ☎52-1230
小坂 ☎62-3443
下呂 ☎25-2680
金山 ☎32-4500

風しんにご注意ください!! 大人の風しん予防接種費用を助成します。

全国的に風疹が流行しています。風しんは、免疫のない女性が妊娠中（特に妊娠初期）に感染すると、胎児が先天性風しん症候群（難聴・心疾患・白内障・発達遅延など）となるおそれがあり注意すべき疾患です。赤ちゃんを風しんから守るため、予防接種を早めに接種しましょう。下呂市では下記のとおり風しんの予

防接種費用の助成を行います。助成の対象となる方は、妊娠中に風しんにかかるお腹の赤ちゃんに影響が出る場合があるため接種を勧める方です（表1参照）。助成の対象にならない場合も妊婦さんがいるご家庭では自費でも予防接種をすることをお勧めします。風しんの予防接種履歴については左記の表を参考に母子健康手帳で

表1 対象要件

性別	下呂市に住所があり下記のすべてに該当する方
女性	<ul style="list-style-type: none"> 平成2年4月1日以前の生まれ（23歳以上） 妊娠を希望または今後予定している方（妊娠中は接種できません） 風しんにかかったことがない 風しんの予防接種をしたことがない
男性	<ul style="list-style-type: none"> 妻の妊婦健診で風しんの抗体が不十分と判定された（風しんの抗体検査でHI価16以下） 風しんにかかったことがない 風しんの予防接種をしたことがない

表2 風しん定期予防接種の変遷

年齢 (H25.4.1現在)	男	女
0～22歳	2回個別接種	
23～24歳	幼児期1回個別接種	
25～33歳	中学生時に1回個別接種（一部幼児期に接種）	
34～50歳	接種なし	中学校で集団接種1回
51歳以上	接種なし	

表3 風しん予防接種費用の助成のできる医療機関

地区	医療機関名	電話番号
小坂	市立小坂診療所	62-2212
	中田医院	52-1022
萩原	二村医院	52-1001
	藤岡医院	52-3033
	萩原北醫院	52-3444
下呂	下呂温泉病院（内科）	25-2820
	小池医院	25-6688
	近藤医院	25-4428
	花田医院	26-2036
	黒木医院	24-1303
	市立中原診療所	28-2004
	市立上原診療所	27-1012
	おくむらクリニック	25-6700
金山	阿部医院	32-2025
	市立金山病院（内科）	32-2121

ご確認ください。

●助成期間

平成25年7月1日から平成26年3月31日まで

●助成額

接種費用のうち5000円を助成します。（ただし生活保護受給者は全額助成）

●接種方法

市内の指定医療機関（左記の表3）に予約します。接種日に市の予防接種券に記入の上、対象と確認できた方には接種費用の助成ができます。接種費用のうち5000円以上の差額は自己負担で医療機関に支払います。医療機関への持ち物

①運転免許証またはパスポートなど

その他官公庁が発行する身分証

②明証（住所・生年月日が確認できるもの）

③胎児の母子健康手帳（男性のみ）

下呂市立休日診療所

下呂市森801-10（下呂市民会館内）

☎24-1200

※事前に電話をしてからお越しください。（予約はできません）

診療科目 内科、小児科

（急病患者に限ります）

診療日 日曜、祝日、年末年始

診療時間 午前9時～午後3時

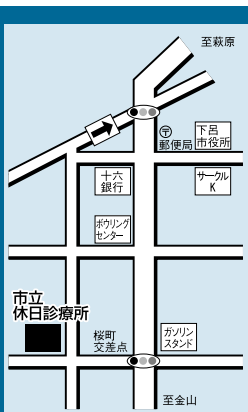
※受診の際は、必ず保険証やお薬手帳（ある場合）をお持ちください。

※急病患者専用のため、平常継続して受けている治療はご遠慮ください。

7・8月の担当医

8月			7月		
25日(日)	18日(日)	11日(日)	28日(日)	21日(日)	15日(金)
近藤靖士（近藤医院）	奥村昇司（おくむらクリニック）	村瀬寛紀（村瀬眼科クリニック）	二村 克（二村医院）	阿部親司（阿部医院）	黒木尚之（黒木医院）
					今井直人（花田医院）
					大林秀成（萩原北醫院）
					小林源博（こぼし整形外科）

※都合により担当医が変わる場合があります。



※休日診療所の担当医は、地上デジタル放送ぎふチャン（8ch）のデータ放送でもご覧いただけます。

献血で 救える命 そこにある 「愛の血液助け合い運動」月間



7月は厚生労働省・都道府県・日本赤十字社が主催する「愛の血液助け合い運動」月間です。

毎年夏季は、長期休暇などにより、学校や企業、団体などから献血への協力が得にくい時期です。

しかしながら、血液製剤には有効期限があるため、輸血用血液は年間を通じて安定的に確保することが大切です。

◎脳梗塞の種類
脳梗塞は夏にも多い病気です。今まで脳梗塞や脳出血は血圧の変化が多い冬場に発生しやすいといわれていました。ところが最近では意外に夏にも多く発生していることがわかってきました。そのキーワードは高齢化、脱水、エアコンの三つ。

脳出血や脳梗塞を合わせて脳卒中と呼んでいます。脳出血は頭の中の血管が破れて出血することによっておこり、脳梗塞は血管が詰まっておこる病気です。現在では脳出血よりも脳梗塞が多くなっています。これは生活習慣の変化によるものと言われています。脳出血が多かったころは血圧の管理が不十分で、栄養状態も悪く血管が破れやすかったのですが、現在では脂質異常症や糖尿病などによる動脈硬化に

また、少子高齢化が進んだことにより、若年者数の献血数が減少傾向にあります。今後輸血を必要とする方々を支えていくために、若年層はもとより各年代層で支えあっていくことが今後ますます大切になっていきます。

左記の日程で献血バスが巡回しますので、献血へのご協力をお願いいたします。

(参考・日本赤十字社ホームページ)

今後の献血の日程

◎7月16日(火)献血キャンペーン実施

バロー萩原店 10時～12時

13時～16時

よって血管が詰まる病気が増えたために脳梗塞が増えているようで、高齢化が一層促進しています。

◎脳梗塞のタイプ

脳梗塞には大きく分けて脳血栓症と脳血栓症の二つのタイプがあります。脳血栓は心房細動を代表とする不整脈などで心臓の中などにできた血栓が血管をとおって脳の血管を詰まらせるものです。脳血栓は脳の血管が細くなって詰まるもので、その原因のほとんどは動脈硬化です。誰でも高齢とともに動脈硬化は起こってきますが、高血圧、肥満、糖尿病、脂質異常などの生活習慣病や喫煙、アルコールの過剰摂取などはこれを進行させます。

◎脱水と脳梗塞

生活習慣病を持った人では血管が詰まりやすくなっており、これに脱水が加わ

夏の脳梗塞を防ぎましょう

ると血液が固まりやすくなり血栓ができやすくなります。夏に脳血栓が多い理由は脱水に陥ることが多いからです。減量や過労は脱水症に陥りやすく若い人でも水分補給を怠ると脳血栓の危険性が増します。

◎高齢化と脳梗塞

高齢とともに動脈硬化によって血管は細くなり詰まりやすくなります。高齢人口の増加によって脳梗塞も増加するのは当然です。高齢になると体内の水分量が減少し、体温調節機能が低下し、暑さを感じにくく、汗をかきにくい、のどの渇きに気付かなくなるといった熱中症を引き起こしやすい体質になります。水分のこまめな補給が脳梗塞の予防につながります。

◎エアコンと脳梗塞

エアコンで快適な涼しさの中では、乾

果が早くわかる「迅速検査」を実施しますので陰性の結果は検査当日にお伝えする事が可能です。

検査は毎月2回、原則第1～3木曜日の午前9時～11時に行うほか、夜間検査(17時30分～18時10分)の実施もあります。ご利用の際は実施日の前日17時までにご予約が必要です。お問い合わせや予約は、飛騨保健所健康増進課 ☎0577・33・1111(内線309)または310へご連絡ください。

【7月、8月の実施日】

7月4日・18日、8月1日・15日

燥した空気によって、汗をかかなくても体の水分が奪われています。夏はこのような室内でも水分の補給を心がけ脱水の予防が大切です。エアコンの嫌いな老人は、のどの渇きも感じにくい中で熱中症になりやすく、熱中症になると体の中の水分が失われ血液が固まりやすくなって脳梗塞を引き起こします。脳梗塞は早期に治療すれば治る可能性が高まりますが、当地域では医療機関が対応できないことも多く、こまめな水分補給によって夏の脳梗塞を自己防衛しましょう。

下呂市立金山病院 院長 古田智彦

【お知らせ】

※7月から金山病院耳鼻咽喉科の診療日が、金曜日から木曜日に変更されます。