



### 2月の保健だより

◎問い合わせ 保健婦人センター  
☎64-8992・8993

#### ☆乳児相談

該当児 平成元年4月と10月生まれ

#### ☆離乳食講習会

該当者 生後2～5ヵ月の赤ちゃんを持つ母親や祖母

#### ☆1歳6ヵ月児健康診査

該当児 63年7月生まれ

#### ☆むし歯予防教室

該当児 1歳6ヵ月～3歳の幼児

#### ☆3歳児健康診査

該当児 62年1月生まれ

日時、会場は健康カレンダーを  
ごらんください。

### 三種混合予防接種日 程を一部変更します

元吉原公民館での日程は、毘沙門天祭のため、次のとおり変更します。

	2回目	3回目
変更前	2月2日(金)	2月23日(金)
変更後	2月23日(金)	3月16日(金)

### 成人病を予防しましょう

2月1日～7日は成人病予防週間です。成人の死亡原因に占める三大成人病(がん、心臓病、脳卒中)の割合は61.6%にも達しています。

三大成人病は、40歳代を境に急速に増加してきます。自分の健康チェックと成人病の早期発見、予防のために年1回の健康診断を必ず受けましょう。

#### ★成人病予防週間講演会★

とき 2月1日(木) 13:30～15:30  
ところ 保健婦人センター・ホール  
講演 「心臓病を予防するために」  
講師 秋山文弥先生(静岡市立静岡病院院長)

★血圧健康相談 2月1日(木) 10:00～  
問い合わせ

保健婦人センター ☎64-8992

資格 市内在住在勤の人(1才～47人)  
参加費 無料(ただし保険料1人100円)  
申し込み、問い合わせ 2月17日(土)  
までに文化体育課へ 内線2723

### 2月の歩く会

とき 2月18日(日) 雨天25日(日)  
ところ 修善寺梅園  
集合 富士駅改札口前 9:00  
コース 富士駅 ■■■ 三島駅 — 修善寺  
持ち物 弁当、水筒、タオル、雨具  
問い合わせ 事務局(桑原方) ☎52-2764

### 犬・猫の引き取り日

飼えなくなった犬、猫の引き取りは各会場15分です。当日は愛犬手帳をお持ちください。なお、飼えなくなって出した犬、猫はお返してできませんので御注意ください。また、野良猫の捕獲、引き取りはいたしません。

- ◇2月9日(金)、23日(金)  
田子浦公民館9:00、富士公民館9:30
- ◇2月2日(金)、16日(金)  
吉永公民館9:00、市立体育館9:30、  
広見公民館10:00、大淵公民館10:30、  
鷹岡公民館12:00

### 2月の献血

日	場所	時間
11日(日)	ハローショッピングセンター	9:30～15:30
15日(木)	市役所西口	9:30～15:30
24日(土)	富士駅前	10:00～15:30

問い合わせ 社会課 内線2312

### 市民インディアカ大会

とき 2月25日(日)  
ところ 勤労者体育センター  
種目 [男子]・壮年の部(30歳以上)  
・青年の部 [女子] 女子の部

各種の催し物がいつでもわかる  
**ダイヤル市政案内**  
**☎52-1111**

### 健康コーナー

## 老人の肺炎



鼻や口から吸いこんだ空気は、のどを通り気管、気管支を経て肺に行きます。肺には約3億の肺胞と呼ばれる部屋があり、そこで空気中の酸素と体中を回ってきた血液中の炭酸ガスの入れかえが行われます。これが呼吸の仕組みです。

呼吸運動の主役である肺胞の炎症が肺炎で、抵抗力の弱い老人に起こると、こどもや成人の場合と違って寒け、高熱、胸の痛みなどを訴える

ことは比較的少なく、発病もはっきりしないという特徴があります。主な症状はせき、たん、微熱、脈が速い、呼吸数が多いなどですが、これらはとかく見逃されがちです。したがって、かぜなどの回復がおくれたりするときは、肺炎と疑う必要があります。また、症状が型どおりでないのも特徴の一つです。例えば体温は、微熱であったり普通であったり、ときには普通以下のこともあります(無熱肺炎)。診断には胸のレントゲン検査が重要です。

さらに、病変の広さに関係なく呼吸不全(血液の酸素がうすくなる)が起こりやすくなります。

この病気がよくなるかどうかは、内臓等の全身の状態によって左右され、

意識障害、水分欠乏、腎臓の働きの低下などが重なれば死亡の危険がふえます。

治療には殺菌力のある抗生物質が最良で、酸素吸入、輸液、たんの排除など必要に応じて適切な処置を速やかに行なうことも大切です。

〈富士市医師会〉

### レター通信

血圧の高い人に冬は要注意の季節です。暖かい時には血圧が正常であった人でも、寒くなってくると上がってきていることがよくあります。

症状がなくても、血圧の再チェックをしてみてください。