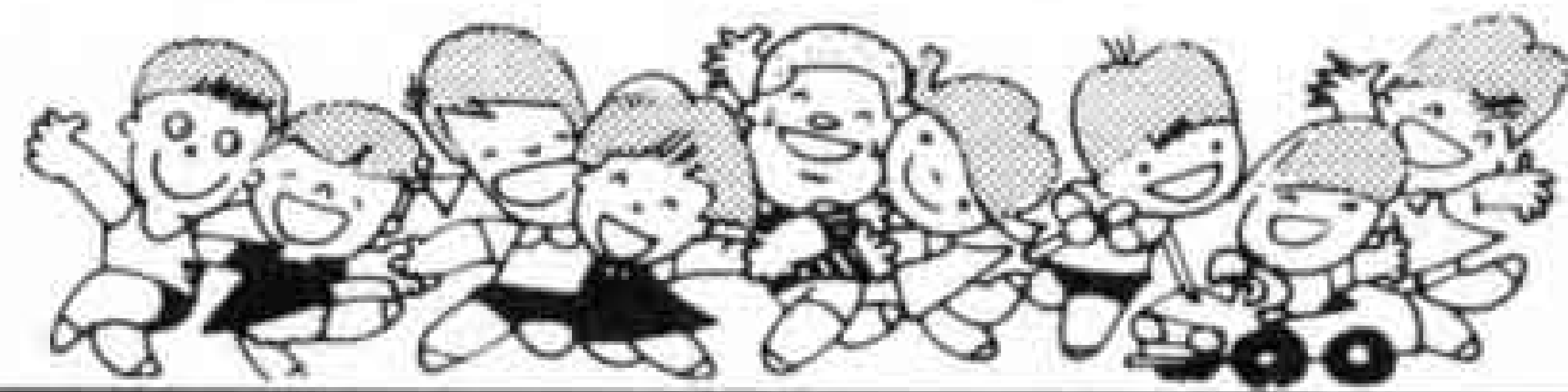


# 暮らしのたより



## 3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5月と11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8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2月生まれ

日時、会場は健康カレンダーをごらんください。

## 1日人間ドックに助成金

定員 350人予定(先着順)  
検査費用 3万4,100円(自己負担1万円)  
検査会場 富士市医師会医療センター  
対象者 (1)申請日からさかのぼり引き続き1年以上国保被保険者である人。(2)国民健康保険税を完納している世帯。(3)平成2年4月1日現在、満30歳以上70歳未満で、老人保健法の適

用を受けない人  
検査項目 循環器検査ほか  
検査日時 4月1日～11月末日までの水・木・金曜日の指定日 8:30～15:00  
申し込み、問い合わせ

3月8日(木)～16日(金)の間に印鑑と国民健康保険証を持って、国民健康保険課へ 内線2340～2342

## 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。

- ◇3月16日(金) 田子浦公民館9:00、富士公民館9:30
- ◇3月9日(金)、23日(金) 吉永公民館9:00、市役所西口9:30、広見公民館10:00、大淵公民館10:30、鷹岡公民館12:00

## 市の臨時職員(看護婦)を募集

市は、保健婦人センターに勤務し、在宅療養者の訪問看護に従事する臨時職員を募集します。

定員 2人  
資格 保健婦、看護婦または准看護婦の資格のある50歳以下の人。  
期間 4月1日～平成3年3月31日の間で、1ヵ月に10日間程度勤務。

申し込み、問い合わせ 3月10日まで  
に必要書類を市内本市場432-1 富士市保健婦人センターへ ☎64-8992

## 働く人の安全衛生講座

とき 3月5日～7日 18:00～20:00  
ところ 富士文化センター第1会議室  
定員 100人  
受講料 無料  
日程と内容

月日	テーマ	講師
3月5日(月)	過労死110番活動の報告	名古屋弁護士会 山田万里子
3月6日(火)	ストレスと心身の健康問題	名古屋大学医学部 宮尾 克
3月7日(水)	腰痛の予防と対策	伊豆通信病院 田迎 方夫

申し込み、問い合わせ 商業労政課へ 内線2592

## MMR(麻しん・おたふくかぜ・風しん)

### 予防接種を再開します

市は、MMRの接種を一時見合わせていましたが、保護者からの申し出があった場合には、接種を行うことになりました。詳しくは医療機関が保健婦人センター(☎64-8990)へ御相談ください。

## 民話テレホンサービス ☎53-1111

2/26～3/11  
富士本西の一本杉 大淵中

## 健康コーナー

### 貧血症



皆さんがけがをすると赤い血が出ますが、この赤い色は赤血球の中に含まれる血色素というものの色です。血色素は肺で酸素と結合し、赤血球によって体の隅々まで運ばれていきます。これらの血色素や赤血球が不足した状態を貧血といいます。

貧血の原因には、(1)血色素をつくるたんぱく質や鉄、ビタミンが不足しておこるもの(異常血色素症、鉄欠乏性貧血、悪性貧血)、(2)赤血球

が骨髄でつくられないために起こるもの(再生不良性貧血)、(3)赤血球が壊れやすくなって起こるもの(溶血性貧血)、(4)出血が原因で起こるもの(5)白血球、がん、感染症、肝臓病、腎臓病等が原因で起こるものなどがあります。このように貧血はいろいろな原因で起こりますが、一番多いのは鉄欠乏貧血です。偏食や胃腸病で鉄の吸収が悪かったり、胃潰瘍やがん、生理等で出血し鉄分がたくさん失われたときに起こります。

貧血の症状は共通したものが多く、一般的に顔色は青白く、動悸、息切れがみられますが、ひどくなるとむくみも出てきます。特殊なものとして爪の変形(鉄欠乏性貧血)、神経障害(悪

性貧血)の出てくるものもあります。貧血そのものは、ビタミンB12や鉄剤の注射や内服、輸血等によってよくなりますが、先にも述べたように、“がん”等の恐ろしい病気が隠されている事もありますので、よく原因を調べてもらう事が大切です。

[富士市医師会]

## レター通信

ことしも受験期にインフルエンザが流行しています。受験の日に高熱が出て本来の力を発揮できない人もかなりいるようです。来年度の受験生諸君!!11月ごろ予防接種を受けておくことを忘れないでください。