

16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31

☐ は閉庁日です。

センター婦人がん検診

☎ 保健女性センター 64-8992

と き 7月31日(月) 13:30~14:15
 ところ 保健女性センター
 対 象 30歳以上の女性
 内 容 子宮頸がん・乳がん検診
 受診料 1,100円
 (70歳以上などは無料)
 申し込み 電話で保健女性センターへ
 予約してください
 *不正出血・子宮筋腫などがある人は
 医療機関での検診をお勧めします

個別健康相談

～赤ちゃんからお年寄りまで～

☎ 保健女性センター 64-8993

健康、育児、食生活に関することなら何でもご相談ください。保健婦と栄養士があなたの話をお聞きします。
 と き 7月13日(木)・27日(木)
 9:00~17:00
 ところ 保健女性センター
 申し込み 電話で保健女性センターへ
 予約してください

エイズの無料相談及び検査

☎ 保健女性センター 64-8990

と き 7月18日(火) 9:00~11:45
 ところ 富士保健所
 申し込み 電話で富士保健所保健予防課へ予約してください
 ☎65-2155
 *検査は原則的に2,600円かかります

ハチマルニイマル いい歯で生き生き8020

☎ 保健女性センター 64-8990

80歳以上で自分の歯が20本以上ある人を検査し、優秀な人を表彰します。
 と き 7月17日(月)~29日(土)
 ところ 市内の歯科診療所
 対 象 平成7年4月1日現在、満80歳以上で自分の歯が20本以上ある健康なお年寄り
 検査料 無料
 申し込み 電話で市内の歯科診療所へお申し込みください



7月の献血

☎ 社会福祉課 内線 2312

成分献血、400^{ml}献血へのご協力を。

日	場 所	時 間
10(月)	岩 松 公 民 館	9:30~11:30
	ヤオハン八幡町店	13:30~15:30
14(金)	元 吉 原 公 民 館	9:30~11:30
	富士市農協大淵支店	13:30~15:30
20(木)	市 役 所 西 口	9:30~15:30
29(土)	J R 富 士 駅 前	10:00~16:00

児童手当の届け出を

☎ 児童福祉課 内線 2327

児童手当を受給している人は、毎年6月に養育の状況や前年の所得などについて、届け出ることが義務づけられています。郵送されている届け出用紙は6月30日までに児童福祉課へ提出してください。

家庭看護法講習会

☎ 社会福祉課 内線 2312

と き 8月5日(土)・6日(日)・19日(土)・20日(日) 9:30~15:30 計4回
 ところ 静岡県総合社会福祉会館
 対 象 一般男女
 内 容 病人の看護方法、寝たきりにさせない世話の仕方など
 定 員 25人(先着順)
 受講料 300円(資料代)
 申し込み 7月5日から電話で日本赤十字社静岡県支部へ☎054-252-8131

母子家庭等の医療受給者証の更新手続を

☎ 児童福祉課 内線 2327

母子、父子家庭及び配偶者の身体に障害があり、18歳未満の児童を扶養している家庭などで、医療機関などにかかるときに必要な受給者証が7月1日から変わります。
 現在の受給者証は6月30日で期限が切れますので、まだ更新手続をお済みでない人は市役所3階児童福祉課で手続をしてください。初めて受給者証の交付を受けようとする人は、新規の申請手続が必要です。

休日当直医(耳鼻科)の変更 6月25日(日)

崎川病院 → 永倉クリニック
 沼津市☎0559-63-3011

健康コーナー

不 整 脈

心臓は、一日に約10万回拍動していますが、常に一定のリズムで拍動しているわけではありません。呼吸により若干速くなったり遅くなったりを繰り返しています。これが極端になると洞性不整脈といえます。

また、携帯型心電計を24時間つけてみると、健康な人でも期外収縮という不整脈が、数回、時には数百回みられます。これは発生する心臓の部位により心房性期外収縮と心室性期外収縮に分けられます。前者は脈が一つ早く打

つ感じが、後者は逆に脈が一つ抜ける感じがします。アルコール、コーヒー、喫煙、寝不足、ストレスといったことで増強する傾向があります。

これらのほとんどは無害ですが、連発すると発作性頻拍といって、急に脈が速くなったり、時には血圧が下がって失神するなど、早急に治療が必要となる場合があります。

一方、脈がゆっくりになる不整脈を徐脈性不整脈といえます。単に脈が遅い状態を洞性徐脈といい、スポーツ選手など若い人に見られる場合は、特に心配ありません。年をとってあらわれる場合は、洞結節という心臓のリズムをつくり出す機能が低下していること

が多く、治療が必要となることがあります。

また、脈が急にゆっくりになる病気に房室ブロックがあります。心筋梗塞などに伴ってあらわれたり、加齢現象の一つとしてあらわれたりします。進行するとアダムス・ストークスという失神発作を起こすことがあり、ペースメーカー治療が必要となります。

〈富士市医師会〉

レター通信

ことしの春から子供の感染症で水ぼうそうが流行しています。子供では大したことにはないですが、大人になってからは症状が重くなります。かかった覚えのない人は医師に相談してください。