

ふれあいの

秋のたより

里

だより

スポーツの秋、行楽の秋、読書の秋、実りの秋…。何をやるにもよい季節となってきました。温暖化の影響か、10月まで暑い日がありますが、空気はさすがにさわやかです。

アゲハチョウの仲間も今月でほとんど見られなくなり、チョウの数は減りますが、紅葉に先駆け、秋の装いに変わるチョウが目立つところとなります。前翅の黒い斑紋がわずかとなったキチョウは秋型



ノコンギク



キチョウ

です。カタテハは翅の形に加え色も赤みが増します。赤く成熟したアカトンボ、アキアカネも飛び交います。山から降りてくるカケスの数も増え、10月中旬ごろからは、狭山湖でも北の国から渡ってきたマガモなどの水鳥たちが見られるようになってきます。

草花ではカントウヨメナやノコンギクなどキク科の花が目立ち、キツタも木の幹をはい上り、花を咲かせます。実りの秋にふさわしく、ヒヨドリジョウゴ、クサギ、オトコヨウゾメと草や木の実が秋の陽に輝く中、のんびりと散歩してみたいはいかがでしょうか。

10月28日(土)には里山体験講座『自然の素材を使って工作をしよう』を開催します。詳しくは本号情報館14ページをご覧ください。

申し込み・問い合わせ 狭山丘陵い

きものふれあいの里センター(荒幡782/☎・FAX2939-9412/休館日:毎週月曜日)

◎10月9日(祝)は開館し、10日(火)は休館します。

『初めての自然観察会』
(秋の森を歩こう!)

とき 10月15日(日)/午前10時~午後2時30分
集合 西武球場前駅前
定員 申し込み先着30人(10月1日(日)から受付)
参加費 100円(保険代)
持ち物 昼食、飲み物、筆記用具。お持ちの方は双眼鏡など

こんにちは保健師です
健康づくり
あなた 貴女を守る「子宮頸部がん検診」

■20歳代の若年層に急激に増加!

過去には中高年層に多く見られた子宮頸部がんでしたが、ここ20年間で20歳代の発症率が2~4倍に急増しています。

子宮頸部がんは『ヒトパピローマウイルスの感染』が関与していることが明らかになっています。ほとんどは一過性で自然治癒するものですが、中には細胞に悪さをする種類のヒトパピローマウイルスがあります。また、「性交渉の相手が複数」「喫煙している」などの要因が身体を守る力を低下させ、ウイルスを活発にさせます。

■早期発見に有効性あり

初期の段階では、自覚症状はまったくありません。前がん状態や早期のがんを発見するためには子宮頸部がん検診を受けることが何より大切になります。平成17年度の受診率は5.6%でした。

特に20歳代では0.4%未満で、欧米の60%前後の受診率に比較するとかなり低い状況です。

◎現在気になる症状(不正出血・おりもの・痛みなど)がある方は、がん検診ではなく産婦人科を受診して、検査をしてもらってください。

■産婦人科の受診に不安を感じている貴女へ

子宮頸部がん検診は20歳から受診することができます。自分の健康を守るために、『二十歳を過ぎたらせひ1年に1回子宮頸部がん検診』を受けてください。子宮頸部がん検診は子宮頸部の細胞を採取し、顕微鏡で調べる細胞診検査で、痛みはほとんどありません。また、妊娠中でも受けられますし、早期の子宮頸部がんであれば妊娠継続が可能です。職場での検診や市のがん検診をご利用ください。

★★★★所沢市子宮頸部がん検診について★★★★

本年度からすべて個別検診(市内協力医療機関にて実施)になりました。職場などで受診機会のない20歳以上の女性が対象で、申し込みが必要です。協力医療機関などの詳細は、お問い合わせください。

申し込み期間 平成19年2月15日(木)まで

問い合わせ 保健センター(☎2991-1811・FAX2995-1178)



小児科医療相談室
教えて! やまちゃん! Q&A 58 助けて! つかちゃん!

Q: 7か月になる男の子です。今朝、ストロベリーヨーグルト(大人用)を耳かき1さじほど与えたところ、10分くらいして顔中真っ赤になり体に発疹もでてきました。数時間後には赤みも治まりふだんおりになりましたが、何かのアレルギー反応だったのでしょうか?

ふだんは母乳のみで1日1回の離乳食をはじめています。先日粉ミルクを少量だけ飲ませたところ少し顔が赤くなったようにも思えます。3か月までは粉ミルクと母乳の混合育児で、何も問題はありませんでした。今後離乳食を進める際に何か気をつけたほうがよいのでしょうか? また病院で検査を受けたほうがよいのでしょうか?

A: お子さんの症状が、ヨーグルトに含まれている成分が原因で出現したのであれば、即時型(2時間以内に症状が現れる場合)の食物アレルギーが強く疑われます。アレルギー反応による症状には、皮膚症状として発赤・腫脹、じん麻疹、呼吸器症状として咳、喘鳴、呼吸困難、消化器症状としておう吐、下痢、腹痛などがあります。お子さんの症状は皮膚症状が該当すると思います。



乳児期に出現する食物アレルギーの原因食品で多いのは鶏卵、乳製品(牛乳、ヨーグルト、チーズ)、小麦が代表で、その多くは学童期までに自然治癒する傾向があります。ただし、即時型のアレルギーは症状が激しく現れることもあるので、なるべく原因食品を避ける必要があります。

今回のご相談の内容から、乳製品による食物アレルギーが考えられます。ただし、乳製品には成長に必要な良質のたんぱく質とカルシウムが豊富

に含まれているので、安易に除去に走らないほうがよいでしょう。まずは、お近くの小児科の先生に相談してみてください。このような症状が起こった詳しい経緯と、疑われる食品のアレルギー検査が必要でしょう。受診の際には、ヨーグルトの容器(食品内容が記載されているもの)を持参してください。また、そのほか可能性のある食品があるなら、それらをリストアップして相談してみるとよいでしょう。アレルギー検査は、一般には血液検査になります。検査結果が出るまでのしばらくの間は、乳製品は控えるようにしましょう。(山本)

お子さんに関する相談にお答えします。相談は郵便や下記のアドレスで随時受け付けています。

あて先 〒359-0025・所沢市上安松1224-1

所沢市市民医療センター・小児科相談係

Eメールアドレス yamachan@tokorozawa-iryuu-center.jp

所沢市民憲章(昭和62年3月制定)

所沢市は武蔵野台地の自然に恵まれ
鎌倉街道の拠点として発達し
日本人が初めて大空にはばたいた
記念すべき街である
この歴史と環境の上に立ち
未来に向かってうろの文化都市をめざす
人は市の誇りである
ところのふれあいを求め友情の輪をひろげよう
恵まれた自然はいのちの泉である
みどりを守りやすらぎの街を創ろう
こどもは市の宝である
胸深く刻まれるふるさとを伝えよう
所沢市は市民のためにある
一人ひとりが自らまちづくりを進めよう

編集後記・野老

▶栃木県塩谷町で行われた所沢サマースクール(本号6ページに写真掲載)に参加してきました。子どもたちは疲れもみせず元気一杯です▶5日目の夜のことで、大学生のリーダーと道を歩いていると夜空に大きな流れ星が流れました。わずかな数秒の出来事でした▶所沢でも空気の澄んだ秋の夜空を見上げてみようかな