

休日急患当番医

- 救急患者に限ります。■当番時間:午前9時～午後5時
- 往診は原則としてしません。●電話相談は受け付けません。
- 都合により医療機関が変更になる場合があります。
詳しくは、【所沢市医師会】ホームページをご覧ください。
<http://www.tokorozawa.saitama.med.or.jp/>

診療日	医療機関名	診療科目	所在地	電話番号
11月3日(祝)	所沢診療所	内	宮本町2-23-34	2924-0121
11月6日(日)	賀古整形外科	整・外・リハ・形	北秋津124-1	2924-9771
	瀬戸病院	内・小・産・婦	金山町8-6	2922-0221
11月13日(日)	豊原医院	内・神内・呼・放	東所沢1-10-11	2944-6433
	町田整形外科医院	整・外	松葉町4-22	2992-5873
	所沢緑ヶ丘病院	内	狭山ヶ丘1-3009	2948-8181
11月20日(日)	山川医院	内・消・小・皮	小手指町1-11-6	2924-5252
	松田母子クリニック	産・婦・小	本郷1080-5	2968-6800
11月27日(日)	額賀胃腸科内科クリニック	胃・循・内	久米2196-5	2925-1585
	狭山湖診療所	内・呼・アレ・小	上山口1502-10	2925-3777
	所沢耳鼻咽喉科	耳鼻・咽喉	久米550-7	2995-5716
11月23日(祝)	けやき台どんぐりクリニック	内・小・アレ・神内	けやき台1-16-5	2923-8171
	所沢第一病院	内・外・整・皮・婦	下安松1559-1	2944-5800
	東町眼科	眼	東町12-12 田中ビル1F	2926-7135
11月20日(日)	米島医院	内・小	山口1181-6	2922-3675
	こぶしクリニック	内・糖内・小	こぶし町1-17-101	2993-5866
	端山胃腸科皮膚科	皮	緑町3-14-3	2928-5881
12月4日(日)	くわのみ本郷クリニック	内・小・整	本郷268-1	2946-8890
	うえむらクリニック	内・小・リハ・皮	御幸町5-15	2923-2921
11月20日(日)	矢部クリニック	眼	小手指町1-29-17	2924-8486
	小手指医院	外・内・整・リハ	北野新町1-9-7	2949-3118

小児急患診療

市民医療センター
上安松1224-1 ☎2992-1151

事業名	日 時 等
日曜日・休日急患診療	▶とき：11月3日(祝)・6日(日)・13日(日)・20日(日)・23日(祝)・27日(日)・12月4日(日) ▶受付時間：午前10:00～11:30、午後2:00～4:30
夜間急患診療	▶受付時間：月～金曜日…午後7:30～10:15、土・日曜日、祝休日、年末年始…午後6:00～8:45
深夜帯急患診療	▶実施日：毎週月・火・水・金・土曜日 ▶受付時間：小児夜間急患診療終了後～翌日午前7:00

◎小児急患診療は、乳幼児から中学生までの小児を対象に、内科的急性疾患の一次救急(初期救急)を実施しているため、緊急の場合のみご利用ください。また、薬は1日程度の処方、検査は原則として実施していません。なお、都合により休診する場合があります。

◎年末年始やゴールデンウィーク期間の小児急患診療の実施予定等は、メールマガジン『ところざわほっとメール』にご登録いただくと、携帯電話やパソコンへのメール配信でもお知らせします。登録方法は、市庁舎(「メールマガジン」をクリック)をご覧ください。

休日緊急歯科診療

歯科診療所あおぞら
(保健センター内)
上安松1224-1 ☎2995-1171

事業名	日 時 等
休日緊急歯科診療	▶とき：11月3日(祝)・6日(日)・13日(日)・20日(日)・23日(祝)・27日(日)・12月4日(日) ▶受付時間：午前9:00～11:30 ◎診療日は変更になる場合があります。

埼玉県小児救急電話相談

子どもの急病時に家庭での対処方法などの相談に応じます。
電話 #8000または、☎048-833-7911
相談時間 月～土曜日…午後7:00～11:00
日曜日、祝休日、年末年始…午前9:00～午後11:00

市消防本部休日夜間病院案内

☎2922-9292 (24時間)

埼玉県救急医療情報案内(歯科・精神科を除く)

☎048-824-4199 (24時間)



こんにちは保健師です 96

いきいき健康づくり

●これからの季節の「感染症の予防」について

◆インフルエンザのおはなし

これからの季節は、気温が下がり、空気が乾燥するためウイルスの活動が活発になり、インフルエンザに感染しやすくなります。

感染経路としては、せきの飛まつ(しぶき)に含まれるウイルスを鼻や口から吸いこむことによって感染する飛まつ感染と、電車のつり革やドアノブなどウイルスが付着したものを触った手で目や鼻、口の粘膜に触れることにより感染する接触感染があげられます。

症状は、突然の高熱(38℃以上)、せき、鼻水、吐き気、筋肉痛、関節痛など、ふつうのかぜに比べて症状が重いのが特徴です。

日ごろから、下記の5つの予防対策を行いましょ。

5つの予防対策

- うがい・手洗いをしましょう!
- 予防接種を受けましょう!
- 栄養・睡眠をしっかりとりましょう!
- 「せきエチケット」を守りましょう!
- 流行時は人ごみを避けましょう!



せきエチケットとは

- せき・くしゃみが出たら、他の人にうつさないためにマスクを着用する。マスクをもっていない場合は、ティッシュなどで口と鼻を押さえ、他の人から顔をそむけて1m以上離れる。
- 鼻水・たんなどを含んだティッシュはすぐごみ箱に捨てる。
- せきをしている人にマスクの着用をお願いする。

予防接種の効果は、接種後2週間から5か月間程度といわれていますが、ワクチンを接種したことにより完全に発症を防げるものではありません。しかし、重症化を防ぐなどの一定の効果が期待できますので、流行時期に合わせて10月下旬から12月中旬ごろまでに接種するのが適当とされています。

◆肺炎球菌のおはなし

肺炎は本市の65歳以上の死亡原因の上位3番目であり、注意が必要な感染症です。肺炎球菌の細菌は、健康な人の鼻やのどにも見つかりますが、症状に出ない人も多く、体力や抵抗力が低下したとき、いろいろな病気を引き起こします。

子どもでは、感染症の二大原因となる細菌のひとつで、細菌性髄膜炎、菌血症、肺炎、中耳炎などを起こします。高齢者では肺炎を引き起こす病原菌の中で原因となる頻度がもっとも高いものです。

肺炎球菌ワクチンを接種すると、子どもでは、90種類以上ある型のうち病気を引き起こす頻度の高い7種類に対して免疫効果を高めることができます。また、高齢者では、80種類以上ある型のうち、23種類に対して免疫効果を高めることができ、肺炎球菌による肺炎の8割程度に有効といわれています。

●肺炎球菌ワクチン接種費用の助成

▶小児用肺炎球菌ワクチン接種費用の助成

接種日に市内に住居登録・外国人登録をしている生後2か月以上5歳未満の方を対象に公費助成をしています。

助成額：接種費用の全額を助成

◎詳細は本号6頁をご覧ください。

▶高齢者肺炎球菌ワクチン接種費用の助成

接種日に市内に住居登録・外国人登録をしている70歳以上の方を対象に公費助成をしています。接種を希望する方は事前に保健センターへお申し込みください。

すでに予防接種を受けたことのある方は、副反応が強く出る可能性があるため、前回の接種から5年以上の間隔が必要です。

助成額：3,000円

◎肺炎に進むのは免疫力が低下したときで、かぜ、インフルエンザから二次的に肺炎になる方もいます。肺炎球菌ワクチンの接種も重要ですが、日ごろから、インフルエンザの「5つの予防対策」を実践することが大切です。

問い合わせ 保健センター☎2991-1811 ☎2995-1178

編集後記

▶中身がたっぷりのケチャップや有名歌手のCDなど、目を疑うようなものがプラスチックごみに紛れてコンベアの上を流れてくるのに衝撃を受けたのが6年前の新人研修でのこと。表紙の撮影で再びプラスチックごみの選別作業を目にして、改めてごみの分別の意識が高まりました。(♪)

▶わが家では毎年インフルエンザの予防接種を受けています。しかし、子どもたちは注射が大嫌い。子どもは2回接種になるので、病院に連れて行くのが一苦勞です。今年も、手洗い・うがいなどの予防対策をしっかり行って、健康で楽しい冬を過ごしましょう!(🍷)



警察・銀行から電話で「カード・通帳を預かります」は、詐欺です。ご注意ください!

所沢警察署

☎2996-0110