

市民意見募集

平成29年度食品衛生監視指導計画(案)

保健所生活衛生課食品衛生係
 ☎27-8593 FAX27-8600

✉hokenjo-seikatsueisei@city.iwaki.fukushima.jp

市では、食品等事業者への指導や食品の検査などを効率的かつ効果的に実施するため、同計画を策定します。今回、同計画案への意見を市民の皆さんから募集します。資料は、市ホームページや同課、本庁舎1階市民ロビー、各支所の情報公開コーナーで1月16日(月)から公開します。

公開場所に備え付けの意見提出票に必要事項を記入し、〒973-8408 内郷高坂町四方木田191生活衛生課へ(直接持参・FAX可)

期1月16日(月)~31日(火)消印有効

※提出された方の個人名などは公表しません。匿名は不可。



保健

「はたちの献血」
 いわき市街頭献血
 キャンペーンを開催

保健所総務課医事薬事係

☎27-8590

新成人の皆さん、大人の
 第一歩として「献血」に参
 加してみませんか。
 日1月22日(日) 9時30分~
 16時30分



相談

住まいと暮らしの
 再建相談会

ふるさと再生課被災者支
 援グループ
 ☎22-7437
 FAX22-7468

☎seikatsu-sodankai@
 city.iwaki.fukushima.jp

日1月21日(土)、2月5日(日)
 時10時~16時30分
 所市文化センター1

臨時休館 マリントワー

(一財)公園緑地観光公社 ☎43-0033

1月16日(月)から2月24日(金)まで、エレベーターおよびゴンドラ設備の改修工事に伴い、臨時休館します。不便をお掛けしますが、理解と協力をお願いします。

市文化センターの一部施設の使用を制限

☎22-5431

平成29年度から、耐震化工事に伴い、一部施設の使用を制限することがあります。また、工事期間中は、施設内で騒音や振動が発生するとともに、駐車場の半分近くが使用できません。不便をお掛けしますが、理解と協力をお願いします。

住まいの復興給付金
 申請相談会

住まいの復興給付金事務
 局コールセンター ☎20-250-460
 ①市役所本庁舎1階11

対震災により家屋被害などを受けた市民の方
 申事前にお電話で
 ※詳しくは、同課へお問い合わせください。

休日納税相談

税務課徴収企画係

☎22-7424
 平日に時間的余裕のない方の利便を図るため、休日納税相談窓口を開設します。
 日1月29日(日) 9時~16時
 所同課、小名浜・勿来・常磐・内郷・四倉の各税務事務所
 内税の納付や納付方法の相談、納付書の再発行など

月20日(金) ②市文化センター11月21日(土)
 時①11時30分~17時15分
 ②10時~16時30分
 ※事前の申し込みは不要。

無料税務相談会

東北税理士会いわき支部
 ☎080-8202-6706

日1月21日(土) 10時~16時
 所産業創造館
 内原産事故に伴う賠償に係る税の取り扱いや、平成28年中に住宅を新築・購入または増改築した場合の住

4月採用予定の市職員医療職採用候補者試験(有資格者)を実施

総合磐城共立病院事務局総務課職員係
 ☎26-3177

○募集職種
 ①看護師 ②助産師 ③薬剤師 ④理学療法士 ⑤作業療法士 ⑥臨床工学技士
 定若干名

試/所2月1日(水)/総合磐城共立病院
 申総務部職員課、または総合磐城共立病院事務局総務課に備え付けの申込書(市ホームページからも入手可)に必要事項を記入し、同病院事務局総務課へ提出(郵送も可)

期1月4日(水)~20日(金)



宅取得控除などに関する相談
 ○確定申告と無料税務相談会
 日2月23日(木) 10時~16時
 所鹿島ショッピングセンターエブリア
 内確定申告書の作成に関する相談

総合磐城共立病院内の面会を制限

総合磐城共立病院院内感染対策室 ☎26-3151

市内でインフルエンザの感染者が増加しているため、面会できる方を原則「ピンクの家族カード」を持つ20歳以上の方にのみ制限しています。不便をお掛けしますが、理解と協力をお願いします。



料理教室の参加者を募集

保健所地域保健課健康増進係
 ☎27-8594 FAX27-8607

✉hokenjo-chiikihoken@city.iwaki.fukushima.jp

○いわきっ子・いきいき健やか食育教室(学童期)

日1月29日(日) 13時30分~15時30分

内鍋で炊飯、だしの秘密に触れて五味五感を体験

対/定小学生と保護者/20組(応募多数の場合は抽選)

期1月20日(金)

○塩分コントロール作戦! 適塩料理講座

日2月5日(日) 9時~正午

内/対減塩の仕方や調理方法、家庭のみそ汁の塩分濃度測定(希望者は持参)/市内に居住している方

定/期40人(応募多数の場合は抽選)/1月25日(水)

○案内(共通)

所総合保健福祉センター

申参加者の氏名・年齢・電話番号を同課へ☎FAXで

会に検査を受けましょう。相談もお受けしています。
 日毎週月曜日 9時~16時
 所総合保健福祉センター
 申事前に☎か窓口で
 ※医療保険に加入し、検査機会のある方は除きます。
 ○子宮頸がん等ワクチン接種による副作用被害を救済
 平成25年3月31日までに、市の助成により子宮頸がんワクチン、ヒブワクチン、

小児用肺炎球菌ワクチンのいずれかを接種した方のうち、接種後に何らかの症状が生じ、医療機関を受診した方は、接種との関連性が認定されると、医療費・治療手当が支給される場合があります。
 ※詳しくは、(独)医薬品医療機器総合機構救済制度相談窓口(☎0120-149-931)へお問い合わせください。

アリオス主催・共催 公演チケット発売開始のお知らせ アリオスチケットセンター ☎22-5800

公演名	とき	料金	予約開始
アリオス大衆芸能審議会~話芸の愉しみ~第2回落語編(顧問:ケーシー高峰)	3/29(水) 18時30分~	3,000円 ※未就学児入場不可。	1/21(土) 10時~
森山直太郎 15thアニバーサリーツアー「絶対、大丈夫」	7/2(日) 17時~	6,900円 ※未就学児入場不可。	1/28(土) 10時~

▶購入方法 ①電話予約 ②インターネット予約 ③窓口販売(発売2日目より取り扱い)

おわびと訂正 広報いわき12月号12ページ「年末年始のお知らせ」の体育施設・屋内遊び場などの勿来弓道場の通常の休みを第3日曜日と記載しましたが、正しくは第3月曜日でした。おわびして訂正します。

おわびと訂正 広報いわき12月号12ページ「年末年始のお知らせ」の体育施設・屋内遊び場などの新舞子体育館等の電話番号を☎39-3801と記載しましたが、正しくは☎39-4801でした。おわびして訂正します。

休日当番医など (1月1日~2月15日)

休日 当番医

※症状によっては、専門外となる場合もありますので、不明な場合は、当番医療機関にお問い合わせください。

1月1日(日)	かしま病院	鹿島町下蔵持	58-8010
	榑田病院	植田町	63-3202
	クリニック田畑	中岡町	63-1476
	ときわ会常磐病院	常磐上湯長谷町	43-4175
2日(月)	石井脳神経外科眼科病院	小名浜林城	58-3121
	こうじま慈愛病院	錦町	63-5141
	おおはらこどもクリニック	東田町	63-0001
	渡辺産科婦人科	常磐関船町	42-4567
3日(火)	小名浜生協病院	小名浜岡小名	53-4374
	なこそ病院	勿来町	65-7755
	いわぶちクリニック	錦町	63-1501
	常磐腎泌尿器クリニック	常磐下船尾町	43-1200
8日(日)	たかはしクリニック	平上荒川	46-1231
	賀澤内科胃腸科医院	小名浜岡小名	54-6200
	呉羽総合病院	錦町	63-2181
	いわき湯本病院	常磐湯本町	42-3188
9日(月)	須田医院	小島町	27-6060
	新田目病院	平上荒川	28-1222
	中山医院	中之作	55-8141
	小松医院	遠野町上遠野	89-2041
15日(日)	春山医院	常磐下湯長谷町	44-4011
	白井外科胃腸科医院	平下平窪	25-3788
	山口医院	平作町	24-1811
	クリニック阿部	泉町滝尻	85-5801
22日(日)	榑田病院	植田町	63-3202
	かもめクリニック	草木台	28-1010
	たかはしクリニック	平上荒川	46-1231
	中村病院	小名浜大原	53-3141
29日(日)	こうじま慈愛病院	錦町	63-5141
	箱崎医院	常磐関船町	42-3131
	遠藤クリニック	平長橋町	35-3533
	なおハートクリニック	小名浜定西	54-1262
2月5日(日)	なこそ病院	勿来町	65-7755
	織内医院	常磐関船町	44-1133
	島田眼科医院	平菱川町	22-1677
	山口医院	平作町	24-1811
11日(土)	おちあい内科・消化器科クリニック	小名浜岡小名	73-1171
	呉羽総合病院	錦町	63-2181
	ときわ会常磐病院	常磐上湯長谷町	43-4175
	須田医院	小島町	27-6060
12日(日)	磐城中央クリニック	小名浜南富岡	53-3511
	緑川内科クリニック	錦町	68-6415
	いわき草木台総合クリニック	草木台	28-1145
	須田医院	小島町	27-6060
12日(日)	白井外科胃腸科医院	平下平窪	25-3788
	かしま病院	鹿島町下蔵持	58-8010
	榑田病院	植田町	63-3202
	いわき湯本病院	常磐湯本町	42-3188

県子ども救急電話相談 ☎024-521-3790または#8000 (プッシュ回線・携帯電話) 毎日 19時~翌朝8時

※変更となる場合がありますので、事前に当番医療機関、または消防署 (☎23-0119) へお問い合わせください。市ホームページでも公開していますので、ご覧ください。

日曜 小児専門当番医 9時~12時

1月		
8日	やまぎわこどもクリニック	郷ヶ丘 28-8686
15日	むらまつ小児科	常磐関船町 72-0707
22日	こどもクリニックすずき	泉町 56-6336
29日	福田小児科医院	平下荒川 22-4272
2月		
5日	相原小児科医院	内郷御殿町 26-5551
12日	おおはらこどもクリニック	東田町 63-0001

休日 診療協力医 ※休日当番医の場合は、左表に記載しています。

【内科・外科】	
ニュータウン腎・内科クリニック (中央台高久)	9時~12時 ☎46-0606
1月3日	
須田医院 (小島町)	8時30分~12時 ☎27-6060
1月8日、15日、22日、29日	
白井外科胃腸科医院 (平下平窪)	8時30分~12時 ☎25-3788
1月8日、22日、29日	2月5日
たかはしクリニック (平上荒川)	9時~17時 ☎46-1231
1月15日、29日	2月5日
坂本整形外科医院 (平豊間)	9時~17時 ☎38-2830
1月29日	
志賀整形外科・外科 (平鍛冶町)	9時~12時 ☎23-5050
2月5日	

【泌尿器科】	
ときわ会常磐病院 (常磐上湯長谷町)	9時~15時 ☎43-4175
1月2日・3日、8日・9日、15日、22日、29日	2月11日・12日

【精神科】	
新田目病院 (平上荒川)	10時~16時 ☎28-1222
1月8日、15日、22日、29日	2月5日、12日

【眼科】	
中央台たなか眼科 (中央台高久)	9時~14時 ☎29-1722
1月8日、15日、22日	2月5日、12日

休日救急歯科診療所	
(総合保健福祉センター内) ☎27-8620	日曜日、祝日、1月3日: 9時~12時、13時~16時 (受付終了時間15時30分)
休日夜間急病診療所	
(総合磐城共立病院内) ☎27-1208	平日: 20時~24時 土曜日: 20時~翌朝7時 日曜日: 13時~24時 祝日、1月3日: 9時~24時 (1月1日は0時~7時、9時~24時)

※このほかにも休日診療している医療機関がありますので、あらかじめかかりつけの医療機関などで確かめてください。

市民の

健康教室



提供・問い合わせ (一社)いわき市医師会 ☎38-4201

漢方医学

漢方医学は、もともと中国で生まれ、五、六世紀ごろに日本に伝えられました。その後、日本の風土や日本人の体質に合うように独自に改良され、わが国の伝統医学となりました。そのため、現在の中国医学(中医学)とは多少異なっています。

西洋医学では病気の原因を臓器ごとに究明していきますが、漢方医学では病気を体全体の不調と考へ、全体のバランスを整えることで病気が治ると考えます。人が本来持っている自然治癒力を高めることを重視しています。

漢方医学では、体の状態を「虚」(体力が低下している状態)と「実」(体力があつて充実している状態)の二つに分けて考えます。一見「実」の方が良さそうですが、度を越すと体の働きが暴走することもあります。個々の患者の体質が「虚」なのか「実」なのかを見極めて治療法を選択します。

漢方医学で使用する薬が、漢方薬です。原料は、草木の皮や根、実、動物の体の一部や貝殻など、天然の素材で「生薬」と呼ばれます。この生薬を煮出して(煎じて)抽出した液が「煎じ薬」です。古くからの煎じ薬は液体のため保管や携帯が不便でしたが、現在では精製して粉末にした「エキス剤」が作られ、より手軽に漢方治療ができるようになりました。

主立った漢方薬は健康保険が適用され、多くの医師が日常診療に漢方治療を取り入れています。漢方薬の効果を科学的に解析する研究もなされています。西洋医学だけでは治療の難しい病気に漢方治療を応用する場合があります。西洋医学に漢方医学の考え方も取り入れて、個々の患者に適した治療がなされるようになりました。

呼吸器科医療録④

COPD(慢性閉塞性肺疾患)

わが国で年間死亡者数が一万六千人を超える疾患で、東京オリンピックが開催される二〇二〇年には、世界の疾患別死亡者数の第三位になると予想されています。

気腫型と非気腫型(気道分泌型)に分かれ、前者は、肺の末梢端の肺泡と呼ばれる部屋が破壊されて大きく膨らみ、吸い込んだ空気が全て吐き出せなくなり、後者は、気管支内部分泌物が多く付着して、空気の吐き出しが困難となります。

原因はたばこの煙で、直接喫煙でもはもろん、周囲からの副流煙でも起る疾患です。

症状は、労作時の息切れ、咳や痰

が多くあります。空気の吐き出しが困難になるために起る症状で、呼吸が円滑に行えなくなるため、肺胞でのガス交換(酸素を取り込み、二酸化炭素を吐き出す)に支障を来す結果、酸欠になってしまいます。重症化すると、酸素の補給なしでは生活が困難となつてしまい、在宅酸素療法、外出時には酸素ボンベの携帯が必要となります。COPDの患者が気道感染症(風邪や気管支炎など)にかかると、低酸素状態となり、死亡する恐れもあります。

気管支拡張薬の吸入と呼吸筋の鍛錬により、症状の改善が見込まれますが、喫煙しないことが大切で、治療には禁煙が必須です。

けんこうQ&A

皮膚科⑩

帯状疱疹

帯状疱疹とは?

水痘帯状疱疹ウイルスが原因で起ります。水痘(水ぼうそう)罹後、潜伏していたウイルスが、過労やストレス、老化、病後などに免疫力低下などが契機となり、再び活性化し、帯状疱疹として発症します。水痘にかかったことのない人は、ウイルスが伝染する可能性があまりなく、水痘として発症します。

症状は?

神経支配領域に一致した皮膚に沿って、水疱が帯状に多数出現します。一般的に、体の左右どちらか片側のみに症状が出て、ピリピリした鋭い痛みを伴います。体のどの部分にも発症しますが、顔面に生じた場合

は、視力障害や顔面神経麻痺などを合併することがあるので、注意が必要です。また、帯状疱疹が治った後も、長期間痛みが残ることがあります。帯状疱疹後神経痛を来すことがあります。

治療や予防策は?

抗ウイルス薬の内服や点滴が行われます。発症からなるべく早い時期(おおむね三日以内)の投与が効果的とされています。また、痛みなどの症状に応じて、鎮痛剤やビタミン剤、外用薬などを使用します。

帯状疱疹の予防策として、水痘ワクチンの予防接種があります。予防接種により、帯状疱疹の発症率を約五十パーセント、帯状疱疹後神経痛の発症率を約六十パーセント抑制できたという報告がありますが、現在のところ健康保険の適用外です。

かかりつけ医の紹介・相談やこれまでの掲載内容は、医師会事務局へ(ホームページ) http://www.iwaki.or.jp/

休日当番医など