



修理再生品を提供
 クリンピーの家
 ☎56・3651
 日5月9日(土) 10時抽選
 料自転車2千円、家具3千円
 申5月8日(金)までに同施設

原子力立地給付金に関するお知らせ

(一財) 電源地域復興センター ☎03・6372・7304
 原子力立地給付金は、国の制度に基づき、原子力発電施設の周辺地域の方に年1回交付してまいりましたが、東京電力福島第二原子力発電所の廃止に伴い、昨年度をもって同給付金の交付を終了しました。
 ※詳しくは、同センターへお問い合わせください。



募集

育児の援助を行う協力会員

こども支援課こども支援係 ☎22・7454
 病児・病後児の預かりや急なお子さんの預かりなどの育児の援助を行う協力会員を募集します。会員登録が必要です。希望する方は次の研修を受講してください。育児の援助をしてほしい方(依頼会員)は随時登録可能です。
 日5月9日(土)・10日(日)・23日(土)・31日(日)、6月6日(土)・13日(土)・21日(日)、7月4日(土)・25日(土)(全12回程度。10回目以降は随時決定)
 時9時～12時30分
 所総合保健福祉センター
 定30人(応募多数の場合は抽選)
 ※申し込み方法など詳しくは、いわき緊急サポートセンター(☎080・9011・9930)へお問い合わせください。



要約筆記者養成講習会などの受講者

障がい福祉課支援係 ☎22・7485
 ☎22・3183
 shogaitukushi@city.iwaki.lg.jp
 ○要約筆記者養成講習会
 日6月6日～12月19日の土曜日(8月15日を除く)

国民健康保険税の納期を拡大など

国保年金課国保税係 ☎22-7429

国民健康保険税の納期を拡大

国民健康保険事業の安定的な運営を確保することを目的に、本年度から国民健康保険税の納期を従来の5期から8期に拡大します。

期別	納期限・口座振替日
第1期	7月31日(金)
第2期	8月31日(月)
第3期	9月30日(水)
第4期	11月2日(月)
第5期	11月30日(月)
第6期	12月25日(金)
第7期	来年2月1日(月)
第8期	来年3月1日(月)

国民健康保険税の納付を原則口座振替に変更

特別徴収の世帯を除き、本年度から原則口座振替による納付となります。現在、納付書で国民健康保険税を納付されている方は、口座振替に切り替えをお願いします。

申通帳、通帳印、納税通知書、申込印(納税義務者と通帳名義人が異なる場合)を持参の上、市内の金融機関かゆうちょ銀行窓口で
 ※口座振替は、申請した月の約2カ月後から開始となります。

市シルバーハビリ体操3級指導士養成講座

地域包括ケア推進課事業推進係 ☎27・8575
 ○市シルバーハビリ体操3級指導士養成講座
 日5月1日(金)・8日(金)・11日(月)・13日(水)・15日(金)・18日(月)・20日(水)・22日(金)・25日(月)・27日(水)(全10回)
 時13時30分～16時30分
 定16人(先着順)
 申4月15日(水)から同課へ

生活援助サービス従事者養成研修

日5月21日(木)・26日(火)・28日(木)(全3回)
 時9時30分～15時30分
 定20人(先着順)
 申4月15日(水)からニチイ学館いわき支店へ電話(☎21・7898)またはファクス(☎21・7931)で

山火事防止強化運動実施中
 「守りたい 森と未来を 炎から」

空気が乾燥し、強い季節風が吹く春先は、山火事が発生しやすくなります。入山する際には火の取り扱いに十分注意しましょう



案内(共通)
 所総合保健福祉センター
 対市内居住者で、全日程を受講できる方

コンピュータ・カレッジの聴講生など

☎56・0711
 ☎56・0751
 info@iwaki-cc.ac.jp

○聴講生
 日4月21日(火)～7月28日(火)の月々金曜日 8時40分～16時5分
 内ITパスポート(国家資格)取得
 料17万5千円
 期4月17日(金)
 ○前期科目履修生
 日4月21日(火)～9月30日(水)4月17日(金)
 ※科目により受講日と時間、受講料が異なります。

学校見学会の参加者

日5月16日(土) 9時～14時30分
 所市文化センター
 対令和元年東日本台風などにより住宅や生活に被害を受けた市民の方
 申4月15日(水)までに同課へ ☎☎で



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
 ☎22・7468
 seikatsu-sodankai@city.iwaki.lg.jp
 日4月18日(土) 10時～16時30分

生活・就労支援センターの相談窓口を変更
 保健福祉課地域福祉推進係 ☎22-7450
 4月1日(水)から、失業・介護・病気などの理由で生活に困窮している方の早期自立を支援する同センターの相談窓口を変更しました。
 ○変更内容

生活・就労支援センターの相談窓口を変更

保健福祉課地域福祉推進係 ☎22-7450
 4月1日(水)から、失業・介護・病気などの理由で生活に困窮している方の早期自立を支援する同センターの相談窓口を変更しました。
 ○変更内容

	変更前	変更後
ところ	総合保健福祉センター(内郷高坂町四方木田191)	社会福祉センター(平字菱川町1-3)
電話	☎27-8565	☎38-6500
メールアドレス	seikatsu-shien@city.iwaki.lg.jp	master@iwaki-shakyo.com

休日納税相談

税務課徴収企画係 ☎22・7424
 日4月26日(日) 9時～16時
 所同課、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

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 ☎120・250・460
 日4月18日(土) 10時～16時
 所市文化センター

心の健康相談

保健所地域保健課精神保健係 ☎27-8557
 日4月7日(火)・14日(火)・28日(火)、5月12日(火)
 時13時15分～16時30分
 所総合保健福祉センター
 申同課へ ☎か窓口で



健康教室



提供・問い合わせ
（社）いわき市医師会
☎38-4201

心臓ペースメーカー

人間の心臓は昼夜を問わず拍動を続け、寝ているときでも休むことはありません。心拍数は一日十萬回に達し、人生を八十年とする、合計で三十億回にもなります。この心拍が時に異常に遅くなってしまうことを徐脈と言います。徐脈になると、全身への血液循環の不足による易疲労感や息切れなどのほか、脳への血液循環の不足により、めまいやふらつき、失神などの症状が現れます。

ペースメーカーの植え込み手術は局所麻酔で行われます。鎖骨の下の皮膚を切開し、静脈を経由してリードを心臓に固定します。その後、ペースメーカー本体を皮下に留置し、皮膚を縫合します。合併症には出血や感染、気胸などがありますが、重篤なものはまれです。

徐脈の治療には、心臓ペースメーカーの植え込みが行われます。ペースメーカーは、直径四から五センチメートル、厚さ五から六ミリメートルの本体と、リードと呼ばれる細い電線で構成されます。心臓が正常に動いているときは、ペースメーカーは待機状態ですが、徐脈になると、リードを通して電気刺激が心臓に送られ、心拍が正常化し、血液の循環が保たれます。

植え込み後は、基本的に通常と変わらない生活を送ることができ、レントゲン・超音波検査やCTスキャンは差し支えありませんが、電磁波にさらされる状態を避ける必要があるため、MRI検査は制限されます。ペースメーカーの電池の寿命は、機種や患者の病状によって異なり、五から十五年と幅があります。電池の残量が少なくなった場合には、本体を新しいものと交換する必要がありますが、リードはそのまま使用できます。

ペースメーカーの植え込みが行われます。ペースメーカーは、直径四から五センチメートル、厚さ五から六ミリメートルの本体と、リードと呼ばれる細い電線で構成されます。心臓が正常に動いているときは、ペースメーカーは待機状態ですが、徐脈になると、リードを通して電気刺激が心臓に送られ、心拍が正常化し、血液の循環が保たれます。

植え込み後は、基本的に通常と変わらない生活を送ることができ、レントゲン・超音波検査やCTスキャンは差し支えありませんが、電磁波にさらされる状態を避ける必要があるため、MRI検査は制限されます。ペースメーカーの電池の寿命は、機種や患者の病状によって異なり、五から十五年と幅があります。電池の残量が少なくなった場合には、本体を新しいものと交換する必要がありますが、リードはそのまま使用できます。

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）<https://iwaki-dr.com/>

糖尿病医療録①

「国民病」としての糖尿病
糖尿病は現代社会で広く知られている病気です。平成二十八年度の厚生労働省の国民健康・栄養調査によると、糖尿病が強く疑われる方は約一千万人、糖尿病の可能性を否定できない方も約一千万人と推計され、現代社会ではもはや、誰もが糖尿病になり得る時代であると言えます。糖尿病の患者が増えているにもかかわらず、正しい治療を受けている患者は半分にも及びません。その最大の理由は、糖尿病を発症しているにもかかわらず、自覚症状がない場合が多いからで

す。そのため、健康診断などで異常を指摘されても放置するケースが多くなります。また、一度は医療機関を受診してみたものの、治療を始めたらずに血糖値が下がってしまったので、受診をやめてしまう人もいます。しかしながら、糖尿病を放置し続けてしまうと、血糖値が高い状態が長く続くと、さまざまな臓器の血管がダメージを受け、知らず知らずのうち、全身がむしばまれていきます。糖尿病の本当の怖さは、この「合併症」にあるのです。

リウマチ膠原病内科①

けんこうQ&A

膠原病

Q 膠原病とはどのような病気ですか？

A 膠原病は一つの病気を指すのではなく、免疫の異常で起こるさまざまな病気が含まれており、自己免疫疾患とも呼ばれています。代表的な病気には、関節リウマチや全身性エリテマトーデス、血管炎などがあります。

免疫とは、病原菌などの異物が体の中に侵入してきた際に排除するシステムのことです。しかしながら、膠原病の場合、原因は不明ですが、自己抗体と呼ばれる、自分の体を間違えて攻撃してしまう物質や、異

常なリンパ球が出現し、全身の組織やさまざまな臓器に炎症が起きます。発症する病気によって症状は異なりますが、比較的よくみられる症状には、発熱や関節痛、皮膚の発疹などがあります。

診断には、血液検査や尿検査、X線検査などを受ける必要があります。一度は専門医の受診をお勧めします。心配なときには、まず、かかりつけ医に相談しましょう。

治療には、副腎皮質ステロイド剤や免疫抑制剤が用いられます。慢性の病気のため、長期間の治療が必要となります。

●かかりつけ医を持ちましよう

●「けんこうQ&A」をぜひ読んでください

●救急車は適正に利用しましょう

地域医療課 ☎27-8572

休日当番医など（4月1日～5月15日）

※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、当番医療機関へお問い合わせください。

休日 当番医

4月5日(日)	クリニック阿部 榎田病院 常磐病院	9時～17時	泉町滝尻 植田町 常磐上湯長谷町	85-5801 63-3202 81-5522
12日(日)	なおハートクリニック こうじま慈愛病院 いわき湯本病院	9時～17時	小名浜定西 錦町 常磐湯本町	54-1262 63-5141 42-3188
19日(日)	おちあい内科消化器科クリニック 呉羽総合病院 さかもと内科胃腸科クリニック	9時～17時	小名浜岡小名 錦町 常磐関船町	73-1171 63-2181 72-2022
26日(日)	かしま病院 なこそ病院 吉成内科	9時～17時	鹿島町下蔵持 勿来町 常磐上湯長谷町	58-8010 65-7755 42-2220
29日(水)	佐々木内科胃腸科 花田内科クリニック 加沢胃腸整形外科	9時～17時	小名浜南ヶ塚町 錦町 常磐水野谷町	73-0345 62-5000 42-2198
5月3日(日)	中村病院 矢吹病院 かもめクリニック	9時～17時	小名浜大原 佐糠町 草木台	53-3141 63-1818 28-1010
4日(月)	磐城中央病院 ゆうクリニック 常磐病院	9時～17時	小名浜南富岡 植田町 常磐上湯長谷町	53-3511 63-1611 81-5522
5日(火)	小名浜生協病院 緑川内科クリニック いわき草木台総合クリニック	9時～17時	小名浜岡小名 錦町 草木台	53-4374 68-6415 28-1145
6日(水)	石井脳神経外科・眼科病院 森のこどもクリニック はたの眼科	9時～17時	小名浜林城 植田町 常磐関船町	58-3121 38-7227 42-2040
10日(日)	かしむら婦人科クリニック なこそ病院 いわき湯本病院	9時～17時	泉玉露 勿来町 常磐湯本町	56-2289 65-7755 42-3188

日曜 小児専門当番医 9時～12時

4月	5日	相原小児科医院	内郷御厩町	26-5551
	12日	やまぎわこどもクリニック	郷ヶ丘	28-8686
	19日	若松医院	平大町	22-3838
	26日	むらまつ小児科	常磐関船町	72-0707
5月	10日	おおはらこどもクリニック	東田町	63-0001

※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。

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。

【泌尿器科】
常磐病院（常磐上湯長谷町）
9時～15時 ☎81-5522

4月	12日、19日、26日、29日
5月	3日、5日、6日、10日

※この他にも休日に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。

※診療の受け付けは、診療終了時間の30分前までとなります。

休日夜間急病診療所【内科・小児科】

総合保健福祉センター隣 ☎27-1208
平日：20時～23時 土曜日：20時～翌朝7時
日曜日：14時～18時、19時～23時
祝日、5月6日：9時～13時、14時～18時、19時～23時

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、5月6日：9時～12時、13時～16時（受付終了時間15時30分）

☎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
県子ども救急電話相談

○休日夜間救急電話相談・急病診療（往診）【内科・小児科等】

いわきF Cクリニック（常磐上湯長谷町）
電話受付 13時～翌日3時 ☎88-7706

4月・5月	土・日曜日、祝日、5月6日
-------	---------------

※事前に電話連絡が必要です。