



がん検診受付中

胃がん検診(35歳以上) 大腸がん検診(40歳以上) 乳がん検診(30歳以上) 子宮がん検診(20歳以上)
 詳しくは、はなしょうぶコールへお問い合わせください。

健康・介護予防

保田しおさい学校
 1日体験学習参加者を募集します

ぜんそく・肥満・虚弱などを治したいお子さんのための全寮制の学校です。

【日程】
 10月26日(土)

【対象】
 区内在学のぜんそく・肥満・虚弱などでお悩みの小学2～5年生のお子さんと保護者20組

【費用】
 1人500円

【申し込み】
 在籍校、保田しおさい学校(千葉県安房郡鋸南町大六180-2)、学務課(区役所4階428番)のいずれかに10月16日(水)まで

【担当課】
 学務課

☎(5654)8464

いつでも自分の足で歩くために

【日程】10月5日(土)午後2～4時(開場午後1時30分)。直接会場へ(先着順)。会小岩ア1バンプラザ(江戸川区北小岩1-17-1)定386人

【対象】区内高齢者(75歳以上)の歩行能力向上を目的とした講座です。

【費用】無料

【申し込み】10月4日(金)午後1時～3時、区役所市民生活課(区役所4階428番)へ

☎(5654)8464

妊婦のお口の健康教室
 0歳からのむし歯予防



妊婦と赤ちゃんのお口についての歯科医師の話と、自分の口の観察・歯みがき実習などを行います。

【日程】10月22日(火)午後1時30分～3時。直接会場へ。

【対象】区内在学の妊婦さん

【費用】無料

【申し込み】10月19日(土)午後2時～3時30分、会亀有地区センター(亀有3-26-1イトーヨーカドー駅前店7階)対区内在住65歳以上の方か、高齢者を介護している方50人

【担当課】健康増進課(青戸4-15-14健康プラザかつしか内)

☎(5654)8464

介護者教室
 これって認知症?

認知症の診断の流れ、家族の対応の仕方について学びます。

【日程】10月19日(土)午後2時～3時30分、会亀有地区センター(亀有3-26-1イトーヨーカドー駅前店7階)対区内在住65歳以上の方か、高齢者を介護している方50人

【対象】区内在住65歳以上の方か、高齢者を介護している方50人

【費用】無料

【申し込み】10月17日(木)午前9時から電話で(先着順)。申問高齢者総合相談センター(青戸4-15-14健康プラザかつしか内)へ

☎(5654)8464

認知症家族会に参加しませんか

認知症の方を介護する家族同士で、悩みや情報を共有しながら交流を図ります。

【日程】10月10日(金)午後1時～3時、会あかね薬局(高砂3-27-5)対区内在住の認知症の方を介護している家族10人

【対象】区内在住の認知症の方を介護している家族10人

【費用】無料

【申し込み】10月7日(月)午前9時～10時、会あかね薬局(高砂3-27-5)へ

☎(5654)8464

時から電話で(先着順)。申問高齢者総合相談センター(高砂4-588-9)8600

健康づくりの役立つ気功や太極拳を学びます。

【日程】11月1日(土)22日(金)午後2～4時、対区内在住で1時間程度立っていられる方

【対象】区内在住で1時間程度立っていられる方

【費用】無料

【申し込み】10月16日(水)まで(多人数抽選)。会19金町保健センター

☎(5654)8464

休日応急診療

◆医療機関などの案内

東京都医療機関案内サービスひまわり ☎5272-0303
 東京消防庁救急相談センター(24時間対応) ☎#7119または☎3212-2323
 本田消防署 ☎3694-0119/金町消防署 ☎3607-0119

◆平日夜間診療所(小児科)

平日夜間こどもクリニック(立石5-15-12立石休日応急診療所) ☎3694-9550
 (受付時間)月～金曜日 午後7時30分～9時45分

◆休日診療所(内科・小児科)

立石休日応急診療所(立石5-15-12葛飾区医師会館内) ☎3694-9550
 金町休日応急診療所(東金町1-22-1金町地区センター内) ☎3627-0022
 (受付時間)日曜日・祝日 午前10時～11時30分、午後1時～3時30分・5時～9時30分
 土曜日 午後5時～9時30分

◆休日当番医(診療時間)午前9時～午後5時

月日	医療機関名	診療科目	所在地	電話番号
10/6	佐藤整形外科医院	整、リウ、内	東金町1-26-5	3627-8686
	宮川産婦人科	産婦	東四つ木4-49-10	3694-1020
	あんざいクリニック	内、消、循、皮	新小岩4-8-7	5662-1399
	ワカナ眼科医院	眼	金町6-9-10	3607-2598
	四ツ木診療所	内	東四つ木4-45-16	3694-1661
	吉崎医院	内、小	金町2-9-14	3607-3870
10/13	協立整形外科	整、内	白鳥3-13-13	3602-5261
	亀有みんなのクリニック	内、小	亀有2-4-8	5650-2821
	伊東医院	内、小	立石2-27-4	3691-2693
	阿久津医院	外、内、肛	高砂2-30-21	3659-1123
	加藤医院	内、皮	金町3-20-5	3607-1238
	梶原医院	内、小	宝町2-23-3	3691-1025
10/14	黒木整形外科クリニック	整、リハ	細田4-37-16-1F	3672-9611
	土屋クリニック	産婦	高砂8-25-1	3607-2203
	茅野外科内科	内、外	西亀有2-37-3	3602-0357
	栗原医院	内、小、皮	新小岩2-21-21	5607-1088
	栗東立病院	内	立石6-38-13	3693-1515
	水元耳鼻咽喉科・外科クリニック	耳鼻咽	南水元1-25-1	3608-1202

◆休日歯科当番医(診療時間)午前9時～午後4時

月日	医療機関名	所在地	電話番号
10/6	ウメダ歯科医院	東金町1-12-1	3600-3917
10/13	高橋橋歯科医院	東金町1-26-2	3609-2791
10/14	ふじい歯科医院	東金町1-27-1-2F	3609-8473
10/14	かとうデンタル	青戸3-37-6-2F	5680-2738

◆休日当番接骨院(開院時間)午前9時～午後5時

月日	接骨院名	所在地	電話番号
10/6	岡島接骨院	南水元4-17-4	5660-0461
10/13	萩原整骨院	立石1-16-3	3691-6171
10/14	おぐら整骨院	新小岩1-40-11	3674-8533
10/14	口イヤル整骨院	お花茶屋2-1-4	3604-3354
10/14	三浦接骨院	細田5-10-9	3673-6598

◆休日対応薬局(開局時間)午前9時～午後5時30分

月日	薬局名	所在地	電話番号
10/6	おおうら薬局第一支店	立石7-6-1	3694-0435
	水戸薬局新宿店	新宿2-23-5	5648-3070
	ハート薬局金町6丁目店	金町6-11-1	3627-7780
	はいわ橋薬局	東四つ木4-45-10	5698-0502
	おおうら薬局第一支店	立石7-6-1	3694-0435
	水戸薬局新宿店	新宿2-23-5	5648-3070
10/13	おおうら薬局第一支店	立石7-6-1	3694-0435
	水戸薬局新宿店	新宿2-23-5	5648-3070
	ポプラー薬局	金町3-20-6	3600-2338
	ポプラー薬局	宝町1-1-7	5698-1021
	おおうら薬局第一支店	立石7-6-1	3694-0435
	秋山薬局第三支店	小菅2-20-13	3603-0301
10/14	水戸薬局本路店	高砂5-38-8	3607-2562
	水戸薬局み薬	西亀有2-24-11	5680-9180

吐き気 おう吐 下痢 腹痛 発熱
ノロウイルスに注意しましょう

ノロウイルスは、感染性胃腸炎の原因となるウイルスで、特に冬季に多発します。高齢者施設や保育園などで集団発生することもあります。平成24年度は12月に警報状態となり、過去5年間で最も流行しました。冬の流行を迎える前に、ノロウイルスについて理解を深め、予防しましょう。

【担当課】保健所保健予防課 ☎3602-1274

どうやって感染するの?

- ▷ 感染した人の便やおう吐物に触れた手指を介して、ノロウイルスが口に入ったとき
- ▷ 感染した人の便やおう吐物が乾燥して、塵と一緒に舞い上がったウイルスを体内に取り込んだとき
- ▷ 感染した人が十分に手を洗わず調理した食品を食べたとき
- ▷ ノロウイルスが蓄積した二枚貝を十分に加熱しないで食べたとき

どんな症状が出るの?

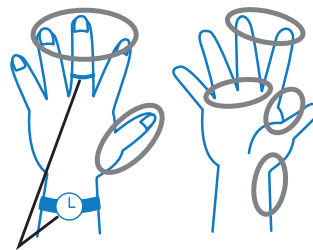
1～2日間の潜伏期間を経て、吐き気、おう吐、下痢、腹痛、37度台の発熱が見られます。小さいお子さんではおう吐が、大人では下痢が多く見られます。症状が続く期間は、平均1～2日といわれています。高齢の方や小さいお子さんがかかると、急速に脱水に陥ることがあるので、水分補給を心掛けることが大切です。

感染予防の基本は「手洗い」.....

トイレの後や排せつ物の処理の後、調理や食事の前には必ず手を洗いましょう。

効果的な手洗い方法

汚れが残りやすい場所



時計や指輪は外してください。

- ▷ せっけんを泡立て、手のひらをよくこする
 - ▷ 手の甲を伸ばすようにこする
 - ▷ 指先、爪の間を念入りにこする
 - ▷ 指の間を洗う
- 汚れが残りやすいところは注意して、流水で30秒以上洗いましょう。手を拭くタオルで感染が広がるため、ペーパータオルや、自分用のタオルを使用しましょう。

効果的な消毒方法

- ▷ 他の微生物に比べると熱に強いので、食品は85度で1分以上の加熱が必要です
- ▷ 市販されている次亜塩素酸ナトリウムの消毒液は効果があります。アルコールの消毒では不十分です。

凡例

【日時】対対象 会会場 対対象 会会場 対対象 会会場
 【費用】対対象 会会場 対対象 会会場 対対象 会会場
 【申し込み】対対象 会会場 対対象 会会場 対対象 会会場
 【お問い合わせ】対対象 会会場 対対象 会会場 対対象 会会場

このマークのあるものは、パソコン・携帯電話から電子申請で申し込みができます(一部、携帯電話からは申請できないものがあります)。

【全〇】とある講座は、全ての日程に参加してください。費用の記載がない事業は無料です。多数抽選の記載がある事業は、定員を超えた場合抽選します。ハガキ、ファクスによる申し込みは原則1人1枚です。詳しくは区ホームページをご覧ください。