

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。

診療日	医療機関名	診療科目	所在地	電話番号
4月3日(日)	佐々木記念病院	内・外・消・肛	西所沢1-7-25	2923-1123
	高橋耳鼻咽喉科医院	耳	緑町3-29-15	2939-9108
	うえむらクリニック	内・小・リハ・皮	御幸町5-15	2923-2921
4月10日(日)	堀江医院	内・胃・外・皮・肛	小手指町3-11-16	2949-8811
	おおた皮膚科	皮	東所沢1-3-11 ウチヤマビル3F	2945-5255
	所沢メディカルクリニック	内・循・小	中富南2-21-7	2943-1581
4月17日(日)	むさしクリニック 泌尿器科内科	泌・内	北秋津855-1	2998-1850
	原眼科医院	眼	緑町4-6-3	2939-8321
	星の宮クリニック	内・小・胃・循	星の宮1-3-29	2921-3877
4月24日(日)	北所沢病院	内・皮・リハ	下富1270-9	2943-3611
	吉川外科胃腸科医院	胃・外・整	泉町914-17	2923-5670
	はちす診療所	小・内・アレ	くすのき台3-18-2 マルナカビル番館2F	2993-0338
4月29日(祝)	所沢中央病院	内	北秋津753-2	2994-1265
	小手指整形外科	整、リウ、外、リハ	小手指元町3-2-31	2947-3321
	魚住小児科	小、内	宮本町2-11-11 MOA5ビル2A	2926-6255
5月1日(日)	かえで内科医院	内	緑町4-47-20	2939-3555
	鈴木皮膚科	皮	喜多町17-12	2928-1221
	豊川医院	内、消、循、リウ、リハ	小手指町3-22-12	2948-1122

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：4月3日(日)、10日(日)、17日(日)、24日(日)、29日(祝)、5月1日(日)、3日(祝)、4日(祝)、5日(祝) ▶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…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まで

◎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診療（初期診療）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。

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：4月3日(日)、10日(日)、17日(日)、24日(日)、29日(祝)、5月1日(日)、3日(祝)、4日(祝)、5日(祝) ▶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…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

☎048-824-4199 (24時間)



いきいき

こんにちは保健師です 89

健康づくり

●がん検診 ～愛する家族への贈り物～

がんは、日本の死亡原因の第1位を占めています。所沢市のがん検診（胃・大腸・肺・乳房）は、40歳から、子宮頸がん検診は20歳から受けられます。さて、皆さんはがん検診を受けていますか？あなたはどのタイプ？

A.知らないから受けない

「私は病気になったことはないし、健康だから、がんにはかからない。」

B.知ってるけど、受けない

「がんは怖いけど、どんな検査するのか不安…。がんが見つかるのが怖い…」

C.いつか

受けようと思っている

「がんも怖いし、がん検診には行かなければいけない。どうやったら受けられるのかな？」

D.自分の健康管理のために定期的に受けている

「健康だからこそ、がん検診を受けている。早期発見すれば助かるようだし。」

Aタイプの人へ

何も症状がないうちに進むのが、がんです。今や生涯のうちに2人に1人がかかる病気といわれます。また若いからかからないというものでもありません。ぜひ、がん検診を受けてください。

B・Cタイプの人へ

がん検診の申し込み方法、検査内容、受診場所等の詳細は、3月25日から全戸配布されている平成23年度健康カレンダーとがん検診のご案内をご覧ください。4月中に申し込みが終了する検診があります。受けるなら今がチャンス！勇気を出して受けましょう。

Dタイプの人へ

まさにその通り！健康だからこそ受ける！それががん検診です！

◆がんにかかる傾向

男性は、40歳代から消化器系（胃・大腸）のがんが増え、年齢とともに肺がんが増加してきます。女性は、20歳～30歳代の子宮頸がんの増加と、40歳代から乳がんが増加します。そして年齢とともに消化器系（胃・大腸）のがんと肺がんが増加してきます。

がん死亡数は男女ともに肺がんがトップです。

◆がん検診のメリット・デメリット

【がん検診のメリット】

①早期発見、早期治療による救命の効果

がん検診は症状のない健康な人を対象にしていることから、早期がんが多く発見されます。早期がんは早期治療の効果が高く、そのほとんどが治ります。

自覚症状のある方は早めに専門医療機関を受診してください。

②前がん病変（がんになる前の体の変化）の発見

前がん病変を治療することで、がんを防ぐことができます。

【がん検診のデメリット】

①がん検診ですべてのがんが見つかるわけではない

がんは発生した時点から一定の大きさになるまで、検査で発見することはできません。その可能性は、がんの種類や検査の精度によって異なります。さらに、がんそのものが見つけにくい形であったり、見つけにくい場所に出たりする場合があります。

◆日ごろから気をつけること

【日本人のための（科学的根拠に基づく）がん予防法】

喫煙：たばこは吸わない。他人のたばこの煙はできるだけ避ける。

飲酒：飲むなら、節度のある飲酒をする。（日本酒なら1合、ビールなら大瓶1本程度）

食事：偏らずバランスよくとる。

①塩分濃度の高い食品、食塩の摂取は最低限にする。

②野菜や果物不足にならない。

③加工肉（ハム・ソーセージ等）、肉（牛・豚・羊等）はとり過ぎないようにする。

④飲食物を熱い状態でとらない。

身体活動：日常生活を活動的に過ごす。

体形：成人期での体重を適正な範囲に維持する。（太りすぎない、やせすぎない）

感染：肝炎ウイルス感染の有無を知り、感染している場合はその治療をする。（国立がん研究センターがん対策情報センター）

問い合わせ 保健センター☎2991-1811 ☎2995-1178

編集後記

テレビの画面には、すっかり変わり果てた街が写し出され、避難所では少女が取材に「いままで自分がどんなに幸せだったかよくわかりました」と応えていました。被災地の一刻も早い復興を願いつつ、被災者のためにも日々の業務に全力で取り組みます。（♡）



こんな電話に注意！

「携帯電話の番号が変わったよ」は、振り込め詐欺です。

所沢警察署

☎2996-0110