あいくる **5**378~5888 町立病院 **5**378~2111 社会福祉協議会 ☎378~2088

Health News

「かかりつけ医」、ありますか?



町立南幌病院 山内医師

ご自身の体や心の問題で 困った時にすぐに相談できる 「かかりつけ医」をみなさんお 持ちでしょうか?

病院・クリニックにはたくさ んの専門科があります。整形 外科は「骨や筋肉の専門家」、脳

外科は「脳の専門家」、消化器内科は「お腹の専門家」 などなど。困っている問題がはっきりしていれば 迷わず専門科を受診すればいいのですが、「どこの 科を受診したら良いか悩んでいる」あるいは「〇× 科で検査を受けたけれど異常がないと言われたけ ど症状は続いている。一体どうすればいいの?」と いうとき、かかりつけ医の出番です。

「かかりつけ医」って?

「かかりつけ医」を一言で説明すると、気軽になん でも相談できみなさんのお身体のことをよく知っ たうえで一緒に健康のことを考えていける医師、と 言えるでしょう。(私も、内科医である前にみなさん の良いかかりつけ医でありたい、と思っています)

「良いかかりつけ医」はある日突然見つかるもの ではありません。人付き合いと同じで、少しずつ医 師との関係性を作っていく経過を通して出来上 がっていくものです。春に風邪を引いて受診し、夏 にお腹を壊して受診し、秋に健康診断を受けに受診 し、冬にインフルエンザワクチンを打ちに受診。そ うこうしているうちに医師と顔見知りになり、「そ ういえば、あの医師の専門外かもしれないけれど、 □△で困っているので相談に行ってみようかな …?」と思うようになれば、そこがあなたにとって のかかりつけ医です。その頃には医師はみなさん がこれまで罹った病気、飲んでいるお薬、お仕事、 時には家族構成やあなたの性格まで把握している ことでしょう。そのような医師なら初対面の医師 とは一味違った診察・治療・助言ができるはずです。

良いかかりつけ医を持つことは、 みなさんが健康で居続けるために とても大切なことです。

みなさんは、かかりつけ医をお 持ちでしょうか?



ひだまりサロン

3月5日(木)

10時~12時 ミニ脳トレ・カラオケ 💉 13時~15時 健康体操・カラオケ

3月17日(火)

10時~12時 ゲーム大会 13時~15時 カラオケ

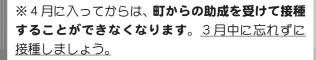
場 所 あいくる教養娯楽室 問合せ 社会福祉協議会

忘れず接種!高齢者肺炎球菌予防注射

■対象者■

3月31日現在で、

65歳・70歳・75歳・80歳・85歳・90歳・95 歳・100歳・100歳以上の方



3日健康カレンダー

3 万姓塚ガレノブ			
項目	日程	場所	備考
母親·両親学級	2日(月)・9日(月)・16日(月)	あいくる	個別通知あり
乳幼児健診	24日(火)	あいくる	個別通知あり
各種予防接種	9日(月) ※6日(金) までに予約 23日(月) ※20日(金) までに予約 【接種時間】13:30~16:30	町立病院	定期予防接種、 おたふく:無料 その他予防接種:有料
エキノコックス健診	毎週金曜日	町立病院	料金:1,000円
快足シャキッと倶楽部	3日(火)・6日(金)・10日(火) 13日(金)・17日(火)・20日(金) 10:30~11:30	あいくる	
	5日(木)・12日(木)・19日(木) 10:30~11:30	夕張太ふれあい館	
こころの健康相談	11日(水) 10:00~12:00	夕張市保健福祉セ ンター	要予約 ☎ 0126~20~0121
	16日(月) 10:00~12:00	あいくる	要予約
	19日(木) 13:00~15:00	岩見沢保健所	要予約 否 0126~20~0121