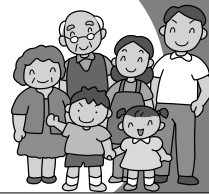


# 健康だより



問合せ先 ●健康増進課 (佐野市保健センター) ☎(24) 5770

特集

健康

施設

暮らし

## 「かかりつけ医」をもちましょう

■問合せ 健康増進課 ☎(24)5770

「かかりつけ医」は、日常的な診察のほか、家族一人ひとりの病気の予防や健康管理のアドバイスをしてくれます。病状によっては、適切な医療機関を紹介してくれたり、大変心強い存在です。

かかりつけ医を持つことは、あなた自身と家族の健康を守るうえで大変重要なことです。

### ◎かかりつけ医をもつメリット

▶**病気の早期発見・早期治療** かかりつけ医は、患者さんの家族の体調、生活習慣、病歴などを把握しています。そのため、ちょっとした異変でも早期に食い止めることができます。

▶**専門医への連携** 入院や精密検査、高度な治療が必要な場合には、適切な医療機関や専門医を紹介してくれます。

▶**気軽にかかれる** 比較的待ち時間が短く、受診の手続きも簡単です。病気以外でも何か健康に不安を感じたときには気軽に相談ののってくれます。

▶**生活習慣へのアドバイスにより、「疾病の予防、健康増進」につながる**

病気につながる生活習慣の改善に対するアドバイスが受けられ、より健康的な生活が送れます。

「かかりつけ医」  
って…?



### ◎かかりつけ医を選ぶポイント

- ・病気のことや治療内容をわかりやすく説明してくれる
- ・患者さんの話を親身になって聞いてくれる。質問に対して納得のいくまで丁寧に答えてくれる
- ・気兼ねなく率直に話せるような人柄で、相性が合う
- ・職員の印象や内部の清潔度など、診療所の雰囲気も決め手の一つです

### ◎かかりつけ医の見つけ方

近所の人やご友人、職場の同僚など、地域で評判のよいお医者さんがいるか聞いてみましょう。その他には、次のような見つけ方もあります。

▶**タウンページ(電話帳)の利用**

自宅に近い医療機関が見つかります。

▶**インターネットの活用**

○とちぎ医療情報ネット

(病院・診療所・歯科診療所・薬局などの検索やさまざまな医療情報を提供するシステム)

<http://www.qq.pref.tochigi.jp/>

<http://www.qq.pref.tochigi.jp/kt/> (モバイル版)

○佐野市医師会 <http://www.tochigi-med.or.jp/sano/>

○栃木県医師会 <http://www.tochigi-med.or.jp/>

○栃木県歯科医師会 <http://tochigi-da.or.jp/>

※休日・夜間緊急診療所は、夜間や休日に急に具合が悪くなった方に、初期の応急処置を行うための診療所です。異常に気づいたら、早めにかかりつけ医の通常の診察時間内に受診しましょう

「かかりつけ医」  
が見つかって、  
安心、安心!



## 3歳児・親と子のよい歯のコンクール参加者募集

▶**対象** ①3歳の部 平成23年4月1日から平成24年3月31日までの間に3歳児健康診査を受け、むし歯がなく健康なお子さん ②親と子のよい歯の部 平成23年4月1日から平成24年3月31日までの間に3歳児健康診査を受け、むし歯がなく健康なお子さんとその親

※①と②の両方に応募することはできません

▶**審査日時** 5月24日(木)に歯科診察を行う予定です

※詳しくは、後日申し込み者に通知します

▶**審査会場** 佐野市保健センター

▶**申込** 4月27日(金)までに、電話で健康増進課 ☎(24)5770へ。お申し込みの際は、母子健康手帳をお手元にご用意ください

## 平成24年度からバスによる献血が変わります

平成24年度から血液の需要の変化により、献血が次のようになります。

○**変更点** バスによる献血では成分献血は実施しません

▶4月12日(木)に葛生あくど保健センターで実施する献血のみ、成分献血も可能です。午前10時～正午・午後1時～4時。希望者は、電話で健康増進課 ☎(24)5770へ。(本人確認のため、運転免許証、健康保険証などの提示にご協力ください)

○**成分献血を希望される方** うつのみや大通り献血ルームや赤十字血液センターでのご協力をお願いします