

健康ガイド

診察室から

毎回のせんせい



市立総合病院
血液内科部長 山内 辰也

vol.11

末梢血液検査値の

異常と疾病

末梢血液中には、全身に酸素を運搬する赤血球、体内に侵入してくる種々の病原体を排除する白血球、出血したときの止血に重要な働きをする血小板が存在しており、これらの三種の細胞は、骨の中の骨髓という組織で産生されています。これらの血液検査値は、健康診断や何らかの病気の際に医療機関で受診したときに調べられることが多く、その異常は患者さんの関心事のひとつです。

赤血球が減少する貧血の原因には、赤血球の産生が低下している場合と赤血球の消費が亢進している場合があります。赤血球の産生低下には、赤血球の産生に必要な鉄分やビタミンの不足、赤血球産生に必要なホルモン（腎臓から分泌されるエリスロポエチンや甲状腺ホルモンなど）の異常、甲狀腺ホルモンの異常、産生する骨髓の異常（骨髓の腫瘍である白血病、がんの骨髓転移や血液細胞を造り出す幹細胞の異常など）があります。

また、赤血球の消費亢進には、出血による喪失（胃潰瘍や消化器がんからの出血、子宮筋腫などによる月経過多など）や、赤血球の破壊（病原体の毒素や自己免疫による溶血など）があります。このように、貧血の原因ひとつをとっても多種多岐にわたる疾病が含まれており、それぞれの原因に応じた治療が必要となります。



鈴木さんがホームランを放った瞬間

聞いてください



鈴木正義さん
(妻木町)

私の健康法

No.11

私の元気の源は、早寝早起きと適度な晩酌、そして小学生のころから始めた野球をすることです。

野球無くしては私の人生を語る事ができないくらい、大きなウエートを占めています。

現在、四チームに所属し、シーズンに入ると、早朝野球に始まり、その足で別の試合へと、休日は野球漬けの生活を送ります。

試合中は、常に大きな声を出すよう、心掛けています。それは、チームの士気を高めると同時に、自分自身をも奮い立たせる原動力となるからです。

ピンチのときや、チャンス のときにも、常に大きな声を出す、そのような前向きな姿勢が、日ごろの「元気」につながっていると思います。

また、野球を通じて、老いも若きも問わず、たくさんの人たちと知り合うことができ、そんな仲間たちからも、たくさん「元気」をもらうことができます。

「病は気から」といいますが、何事も前向きに考え、ストレスをためないことが大切ではないでしょうか。

保健センター（すこやか館内）からのお知らせ ☎ 55 2010

乳幼児健康相談

日時 3月26日（金） 3月29日（月）午前9時30分～11時30分（29日は午後1時～3時）も実施）
場所 保健センター

栄養相談

日時 3月26日（金） 3月29日（月）午前9時30分～11時30分（29日は午後1時～3時）も実施）
場所 保健センター

歯科医師による歯の健診・相談

日時 3月18日（木）午後1時30分～2時30分
場所 保健センター
歯みがき指導をご希望の方は、現在ご使用の歯ブラシをお持ちください。

精神保健相談

日時 3月19日（金） 3月23日（火）午後1時～2時
場所 保健センター 東濃地域保健所（多治見・☎ 231111）
・精神科医師が相談に応じます。

みそ汁の塩分測定

日時 3月25日（木）午後1時～2時30分
場所 保健センター
汁分だけを50ml程度お持ちください。

医師による健康相談

月日	場所	受付時間
3月16日（火）	ウエルフェア土岐	13:00～14:30
3月24日（水）	白寿苑（駄知町）	
3月25日（木）	保健センター	

内容 血圧測定、尿検査、診察など

休日歯科診療

休診日における救急の歯科診療が、下記の通り開設されます。受診される際は、ご面倒でも当番歯科診療所へお問い合わせの上、お出かけください。

月日	診療時間	診療所名	住所・電話番号
3月20日（土・祝）	午前9時～午後3時	水野歯科医院	泉町大富224-10 ☎ 55 1015

診療日、当番歯科診療所の照会は、救急医療情報センター（☎ 55 3799）へ。



日本脳炎予防接種（個別接種）

日本脳炎予防接種は、下記の医療機関で個別に接種します。対象となるお子さんの保護者の方は、希望の医療機関を選び、下の申込書に必要事項を記入して、3月15日（月）までに保健センターまたは、最寄りの支所へ提出してください。

接種は5月から6月にかけて実施の予定ですが、日程など詳細は個別に通知します。

初回対象者 平成13年4月30日以前に生まれ、今までに日本脳炎ワクチンを2回接種したことがないお子さん

追加対象者 平成12年4月30日以前に生まれ、昨年までに日本脳炎ワクチンを2回接種したことがあるお子さん

接種時点で、3歳以上7歳6カ月未満のお子さんに限ります。

接種間隔 初めて接種されるお子さんは、1～4週間の間隔で2回、翌年に1回接種します。また、昨年1回のみ接種の場合は、今年2回接種します。申し込みは、FAX（☎ 0095）でも受け付けます。詳しくは、保健センターへどうぞ。

町名	医療機関	実施曜日	時間
土岐津町	はやし内科	月	15:30～16:00
		月～土	9:00～12:00
下石町	井筒医院	月・水・金	17:30～19:00
		林小児科耳鼻咽喉科医院	水・金
妻木町	高井病院	水	午後2時までに受け付け
		水野生々堂医院	月～土
駄知町	駄知診療所	月	15:00
		陶生堂医院	月・水・金
肥田町	安藤整形外科	月・火・木・金	12:00 受け付け（祝・休日の前日は否）
		月・火・木・金	9:00～12:00
		土岐内科クリニック	水・土
泉町	荒木内科小児科医院	水・金	12:30～13:00
		稲澤クリニック	月・火・木・金
	加藤外科皮膚科	火	15:30～16:00
		月・火・水・金	9:00～12:00 16:00～19:00
	河合クリニック	木・土	9:00～12:00
		月～土	8:30～9:00
	加藤耳鼻咽喉科	月・火・水・金	15:00～15:30

町名	医療機関	実施曜日	時間
泉町	熊谷医院	月・火・水・金	10:00～12:00 17:00～18:00
		土	10:00～12:00
	沢田医院	木	16:30～17:00
		高木医院	月・火・木・金
	中島医院	水・土	9:00～12:00
		月～金	8:30～12:00 17:00～19:00
	西尾産婦人科	第1・第3土	8:30～12:00
		月・火・金・土	11:30～12:00
	松井小児内科医院	月・火・木・金	11:30～12:00 15:00～15:30
		水	11:30～12:00
土	13:30～14:00		
松本クリニック	月・火・木・金	16:00～16:30	
安川医院	月・火・水・金	16:00～17:00	
山村医院	月～木	12:00～13:00	
	火・水・金	18:00～19:00	

<きりとり線>

日本脳炎予防接種申込書

----- 昨年までの接種状況を記入してください。-----

今までに1度も接種したことがない 今までに2回接種済み（1回目接種日 = 年 月 日）
今までに1回接種済み（接種日 = 年 月 日） （2回目接種日 = 年 月 日）

希望医療機関名

接種を受けるお子さんの氏名	生年月日	住 所	保護者氏名
	平成 年 月 日	〒509-	☎ -