

## 『沈黙の臓器』肝臓の働きを知っていますか

こんにちは、カンゾーです。  
僕の主な仕事は、

### ① 代謝

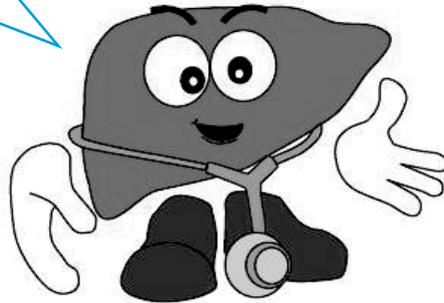
摂取した栄養素を分解・合成し、体で利用できる形に作りかえること。

### ② 解毒

飲食物に含まれている有害物質を無毒化し、体外に排出すること。

### ③ 消化

胆汁を胆のうから十二指腸に分泌し、脂肪の消化を助けること。



### 肝臓病の原因

最も多いのはウイルス性肝炎です。

そのほか薬物による肝障害、アルコール類の過剰飲酒、栄養の取り過ぎによる脂肪性肝障害など、毎日の生活習慣も深く関わっています。

肝臓は「沈黙の臓器」と呼ばれ、症状がかなり進行するまで自覚症状が現れないため、必要な治療が遅れてしまうことがあります。

市では、市国民健康保険特定健康診査や30歳代の方の若年者健康診査、40歳から70歳の方の肝炎検査(過去に検査未実施者が対象)などで定期的な肝臓のチェックをお勧めしています。検診の日程等は、平成26年広報4月号の折り込みチラシをご覧ください。

## 《成人保健事業》

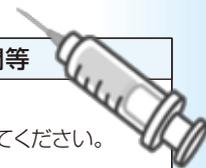
	名称	実施日	会場	受付時間	対象・詳細
健康推進課	☎歯科節目健診	通年	市内指定医療機関	診療時間内	満40・45・50・55・60・65・70歳の方 健康保険証持参 費用無料 指定医療機関に要予約
	市民健康相談 健診結果説明	2/18(火)	西枇杷保健センター	午後1:30~3:00	血圧測定、尿検査、健康に関する相談等 管理栄養士を希望の方は要予約
	☎うつ相談	2/17(月)	清洲保健センター	午後1:30~2:20 午後2:30~3:20 午後3:30~4:20	心の健康に関する個別相談 秘密厳守 ご本人以外からの相談も可 担当：医師(うつ相談) 臨床心理士(心の健康相談) ※申込開始は実施日の2週間前から
	☎心の健康相談	2/28(金)	清洲保健センター		
	栄養相談	随時	健康推進課にて電話又は面接相談 平日(午前9:00~午後3:30)		食生活に関する個別相談 担当：管理栄養士
	☎ゲートキーパー養成講座 ~命の門番になるのは みんなです~	2/18(火)	清洲総合福祉センター	午後1:30~4:30	あなたとあなたの大切な人を自殺の危機 から守る「ゲートキーパー」養成講座 対象：市内にお住まい又はお勤めの方 講師：愛知県立大学 岡本 和士氏 費用：無料 定員：30名 申込受付中
高齢福祉課	☎市民健康講座 「ストレスと上手な 付き合いおう」	3/12(水)	にしびさわやかプラザ	午後1:30~3:30	ストレスとの上手な付き合い方を学ぶ講 義と、気分をリフレッシュする運動実技 の講座 対象：市内にお住まいの方 講師：枇杷島古城こころのクリニック 医師 藤田 和幸氏 健康づくりリーダー 費用：無料 定員：20名 申込開始は2/19(水)から
	☎もの忘れ相談	3/14(金)	にしびさわやかプラザ	午後2:00~3:30	認知症かかりつけ医による相談 本人以外の方からの相談も可 相談時間：1人30分 申込開始は2/28(金)から
	☎介護者のつどい (認知症介護者向け)	3/19(水)	春日老人福祉センター	午後1:30~3:00	対象：認知症の方を介護している家族など 内容：認知症の方の介護に関する相談や 介護者同士の交流など 申込開始は3/5(水)から ※新規の方のみ要申込み ※申込みは市地域包括支援センターへ 電話052-409-9010
☎は申込みが必要です。※問合せは健康推進課又は高齢福祉課(ともに清洲庁舎)へ 電話 052-400-2911(代表)					

◎一般不妊治療の助成を行っています

一般不妊治療として診療(検査を含む)を受け助成を希望される方は、**3月31日(月)**までに助成金申請の手続きをしてください。(3月下旬は混み合いますので、できるだけ3月中旬までの申請をおすすめします。)  
 対象となる治療、対象者、所得制限、助成額等は、市ホームページ又は健康推進課(清洲庁舎)にてご確認ください。

◎予防接種について、母子健康手帳でご確認ください

接種該当年齢	予防接種の種類	接種期間等
平成13年4月2日～ 平成14年4月1日生まれの方	2種混合(ジフテリア・破傷風)	今年度中に接種してください。
平成19年4月2日～ 平成20年4月1日生まれの方	麻疹風しん混合(MR)	
平成 7年4月2日～ 平成19年4月1日生まれの方	日本脳炎	接種回数が不足している方は、健康推進課にご相談ください。



《母子保健事業》

- ◎母子健康手帳はすべての事業に必要です。乳幼児健診には、問診票を記入しご持参ください。☎は申込みが必要です。
- ◎対象月にご都合の悪い方は、他の日程で受けてください。準備の都合がありますので、事前にご連絡ください。
- ◎日程の詳細については、「平成25年度母子保健事業日程表」でご確認ください。
- ◎発熱をしているなど体調の悪い時は、他の子に感染させる可能性があるため来所を控えてください。

名称	実施日	会場	受付時間	対象・詳細	
母子健康手帳交付	2/ 13(木)	春日保健センター	午前10:30～11:00	妊婦 持ち物：妊娠届出書	
	随時(平日)	清洲庁舎	午前8:30～午後5:00		
パパママ教室	2/ 12(水)	春日保健センター	午後1:15～1:30	妊婦とその夫 テーマ「分娩・授乳について」	
☎母乳・卒乳相談	2/ 18(火)	西枇杷保健センター	母乳 午前9:30～11:10 卒乳 午前11:00～	申込必要 申込開始は、 2/18(火)分は2/7(金)から 3/10(月)分は3/3(月)から ◎母乳不足や卒乳に関する相談 (母乳相談は個別、卒乳相談は集団)	
	3/ 10(月)	春日保健センター			
乳幼児健康相談	2/ 18(火)	西枇杷保健センター	午前9:30～10:30	乳幼児と保護者 身体計測、発育等の育児相談	
離乳食講習会	2/ 14(金)	清洲保健センター	午前10:00～10:15	離乳食初期～中期の方	
集団予防接種 BCG接種	2/ 28(金)	春日保健センター	午後1:45～2:00	対象：H25年8月生まれ 生後1歳に至るまで (標準：生後5～8か月に達するまで) 持ち物：母子健康手帳・予診票・体温計・ ボールペン	
乳幼児健診	4か月児	2/ 13(木)	春日保健センター	午前9:30～10:00	H25年10月生まれ
		2/ 20(木)	西枇杷保健センター		
	10か月児	2/ 19(水)	春日保健センター	午後1:15～1:45	H25年3・4月生まれ ※当日受けられない方は、1歳の前日まで医療機関 で受診できます。受診券を健康推進課(清洲庁舎) で発行しますので、母子健康手帳と印鑑をご持参 ください。
		2/ 27(木)	西枇杷保健センター		
		3/ 17(月)	清洲保健センター		
	1歳6か月児	2/ 4(火)	清洲保健センター	午後1:15～1:45	H24年6・7月生まれ 持ち物：歯ブラシ・タオル
		2/ 13(木)	春日保健センター		
	3歳児	2/ 20(木)	西枇杷保健センター	午後1:15～1:45	H23年1・2月生まれ 持ち物：歯ブラシ、タオル ※目と耳の検査を事前に実施してください。 当日、会場で尿検査をします。
2/ 25(火)		春日保健センター			
2歳児相談 歯っぴい健診	2/ 6(木)	新川保健センター	午後1:15～1:45	H24年1月生まれ 持ち物： 歯ブラシ・ タオル	
2歳6か月児 歯なマル健診	2/ 27(木)	西枇杷保健センター	午前9:30～10:00	H23年7月生まれ	
予防接種	★小児用肺炎球菌予防接種について ○昨年の11月から沈降7価肺炎球菌結合型ワクチンは、沈降13価肺炎球菌結合型ワクチンへ変更となりました。 ○生後7か月に至った日の翌日から生後12か月に至るまでに接種を開始した場合、 <b>初回2回目の接種は生後13か月に至るまで可能</b> となりました。 (今まで初回2回目は、生後12か月に至るまでに接種) ※詳細は市ホームページをご覧ください。				
	★長期にわたり療養を必要とする疾患にかかった方等への定期予防接種について 接種が可能となった時から起算し、2年を経過するまでの間に接種が出来るようになりました。詳細はお問合せください。 【対象】定期接種実施の対象であった間に長期的な疾患にかかったことにより、予防接種を受けることが出来ず、定期接種の年齢を超えてしまった方。				