

☎本庁舎健康増進課(中央保健センター)☎⑦2112  
各庁舎市民福祉課 表郷☎②2114 大信☎④2114 東☎③42116

## 慢性腎臓病「CKD」予防講演会

慢性腎臓病「CKD」とは、腎臓に異常がある場合のすべての総称で、急増している腎臓病の早期発見・早期治療を進めるために導入された概念です。

日本人の腎障害は増加傾向にあります。CKDを予防するには、早期から生活習慣を見直すことが必要です。市では、CKD予防のための医師による講演会を開催します。

●日時 1月30日(水)午後1時30分から

- 会場 中央保健センター (北中川原)
- 対象 健診の結果、高血圧だった方、血糖値が高めだった方、クレアチニン値とe-GFRが要指導・要医療の方、またCKDに興味関心のある方
- 講師 白河病院内科部長 和久昌幸<sup>わくまさゆき</sup>医師
- 申込期限 1月25日(金)まで
- 申し込み・問い合わせ先 本庁舎健康増進課☎⑦2112

## エイズを知っていますか

エイズは「後天性免疫不全症候群」と言って、HIV(ヒト免疫不全ウイルス)に感染して起こります。感染すると細菌やウイルスから身を守る免疫力が次第に低下して、悪性腫瘍やいろいろな病気にかかりやすくなります。

エイズは、症状の無い潜伏期間(数か月～10年以上)を経て発病します。症状の無い期間でも感染力はあるので、気付かないうちに、人にうつしてしまう場合があります。エイズを予防するために、正しい知識と関心を持ちましょう。

### 〈感染経路は3つ〉

1. 性行為による感染  
日本で最も多い感染経路です。
2. 血液感染  
麻薬常習者による一つの注射器での回し打ちなどで感染することがあります。
3. 母子感染  
母親が感染していると妊娠・出産・授乳を通して、赤ちゃんに感染する恐れがあります。

## こころの健康相談

眠れない、うつ状態など心の悩みに対し、専門の先生が相談に応じます。

●日にち 1月23日(水)

- 受付時間 午後1時15分～1時45分(要予約)
- 会場 中央保健センター(北中川原)
- 申し込み・問い合わせ先 本庁舎健康増進課☎⑦2112

## 1月の健康相談会のお知らせ

市では、成人の方を対象に「健康相談」を行っています。お気軽にご相談ください。

なお、健康手帳をお持ちの方は、持参してください。

実施日	開始時間	白河地域会場
29日(水)	13:15～	中央保健センター
実施日	開始時間	表郷地域会場
16日(水)	13:30～	犬神集落センター
21日(月)	9:30～	表郷保健センター
30日(水)	9:30～	上願ふれあいセンター

実施日	開始時間	大信地域会場
9日(水)	9:30～	大信保健センター
実施日	開始時間	東地域会場
16日(水)	9:30～	東保健センター
17日(木)	10:00～	蕪内公民館
25日(金)	10:00～	大竹公民館

※急病患者のための制度です。▶診察時間 午前9時～午後5時

小児科	病・医院名	住所	電話番号
1日(祝)	白河厚生総合病院	豊地	②2211
2日(水)	白河厚生総合病院	豊地	②2211
3日(木)	白河厚生総合病院	豊地	②2211
6日(日)	関医院	横町	③3003
13日(日)	樋口小児クリニック	矢吹町大久保	④2040
14日(祝)	みうら小児クリニック	白坂	⑧1001
20日(日)	わたなべ子どもクリニック	老久保	⑩2166
27日(日)	おかざきクリニック	新白河	⑬2551

内科・外科	病・医院名	住所	電話番号
1日(祝)	田口病院	郭内	④1111
2日(水)	田口病院	郭内	④1111
3日(木)	田口病院	郭内	④1111
6日(日)	野村貫成堂クリニック	新白河	③3071
13日(日)	吉田外科医院	年貢町	③4033
14日(祝)	らくらく医院	大信町屋	⑤5333
20日(日)	よこむら整形外科クリニック	老久保	⑩1455
27日(日)	わたなべ内科医院	新白河	⑬1531