

12月の救急当番医

加賀市 休日急病診療 受付 ●：9時～11時30分・13時～16時30分 ○：9時～12時

診療科など	医療機関名	電話番号						
内科・小児科	南加賀急病センター (小松市民病院南館1階)	☎0761-23-0099	月～土	19時～22時30分	日・祝	9時～11時30分・13時～22時30分		
診療科など	医療機関名	電話番号	7日(日)	14日(日)	21日(日)	28日(日)	30日(火)	31日(水)
内科	加賀市医師会休日急病診療 (加賀市医療センター内) (作 見)	☎0761-72-1188	●	●	●	●	●	●
小児科	山中温泉ぬくもり診療所 (山 中)	☎0761-78-0301	○					
	うわだな小児科医院 (下河崎)	☎0761-73-0998		○				
	竹谷小児科医院 (大聖寺)	☎0761-73-6800			○			
	近藤医院 (潮 津)	☎0761-74-1231				○		
救急告示病院	加賀市医療センター (作 見)	☎0761-72-1188	できるだけ、平日の診療時間内の受診にご協力ください。診療科は日直担当医により異なります。事前に電話でお問い合わせください。その際、症状などをお伝えください。					
	石川病院 (片山津)	☎0761-74-0700						

※休日等に急な病気で困ったときに必要な診療を行います。あくまでも初期の急病処置のため、翌日からは「かかりつけ医」を受診してください。

<http://kodomo-qq.jp>
こどもの救急ホームページ

献血

29日(月) 9時30分～11時30分・13時～16時
アピオシティ加賀 ※400ml 限定

休日(夜間)当番薬局

と き	薬 局 名	電話番号
7日(日)	クスリのオオキ山代薬局 (山 代)	☎0761-77-7100
14日(日)	なかみち若葉薬局 (山 代)	☎0761-76-4215
21日(日)	サンライトちよくし町薬局 (勅 使)	☎0761-75-7325
28日(日)	湯のまち調剤薬局 (山 中)	☎0761-71-1004
31日(水)	大中薬局 (片山津)	☎0761-75-4411
開局時間 9時～14時 ※14時～翌日8時は、上記の電話またはインターホンにより対応します。8月より開局時間が9時～14時に変更になりました。		

少子化と産み育てる医療(5)



加賀市医療センター病院長 北井です。若い世代の加賀人の結婚を、そして育児を考えています。人生観に関わるのでご批判もあると思いますが、個人的な意見として好きに書かせてください。やはり産み育てる女性が活躍する場所が多ければ多いほど地域社会は豊かになります。政府の研究でも北陸地域の女性労働力率は他府県に比べ際立って高いことがわかっています。特に病院や介護福祉施設は女性の特性に合っていると思いますので、まずは働きやすい環境をどう整備するかをいつも議論しています。当院では私が仕事で

思いつきの無理難題を言っても周りの女性職員がすぐにそれはマズイですとしっかりと物事を修正してくれます。昔は長男なので先祖伝来の田畑から離れませんという方が一定数おられましたが、私の回りでは逆になりつつあります。奥様が加賀市出身なので、当院で働いている医師や看護師、技師の方も大勢います。子育ても実家応援でしやすそうです。逆は少なめで、どうやら男性は女性に連られる人生が幸せそうです。奥様につれてこられた男性職員の会でも作ろうかと思っていますが、皆優しい旦那さんばかりで夜の会合も成立しなさそうです。(続く)

12月の健康カレンダー

乳幼児健診

内 容	と き	と ころ	対 象
4カ月半児	19日(金)	受付 13時～14時 かが交流プラザ	R7. 7.29～R7. 8.19生
1歳6カ月児	9日(火)		R6. 5. 1～R6. 6. 9生
3歳児	18日(水)		R4. 6.22～R4. 7.17生

※3歳児健診の対象は、3歳5～6カ月頃です。

子育て応援ステーション ☎0761-72-7866

7カ月児離乳食ふれあい教室 要予約

と き：17日(水) 受付：9時30分～9時50分
内 容：身体計測、講話（発達と離乳食）、個別相談、ふれあいあそび等紹介（絵本プレゼント）
対 象：令和7年5月生まれ と ころ：かが交流プラザさくら
子育て応援ステーション ☎0761-72-7866

乳幼児健康相談 来所の場合は要予約 電話相談は随時受付

と き：月～金（祝日を除く） 8時30分～17時15分
内 容：身体計測、発育・発達・ことば・子育て等の育児相談、離乳食のすすめ方や食事等の栄養相談。
と ころ：かが交流プラザさくら
子育て応援ステーション ☎0761-72-7866

健康相談 要予約

内 容	と き	と ころ
糖尿病予防相談 ※先着2名 血糖測定体験(リブレ)できます 健康測定相談(運動機能測定60歳～、骨密度測定・体組成測定19歳～)	10日(水) 9時～16時 15日(月) 10時～16時	かが交流プラザ
健康相談・こころの健康相談	月～金 (祝日・年末を除く) 8時30分～17時15分	

健康課 ☎0761-72-7865

マタニティ教室 ～マタニティヨガ～ 要予約

と き：26日(金) 14時～16時
集合場所：加賀市医療センター1階総合案内横（マスク着用）
対 象：妊娠16週以降（他院の通院問わず）
持ち物：母子健康手帳、タオル、バスタオル
加賀市医療センター（産婦人科外来）
☎0761-72-1188（平日14時～16時）

特定健診を受けましょう！

～まだ間に合います、今年度の市の国民健康保険特定健診は令和8年1月31日まで！～

★特定健診(メタボ健診)はメタボリックシンドロームに着目した生活習慣病の予防や早期治療につなげるための、40歳～74歳の人を対象にした健診です。

内臓脂肪が過剰に蓄積されていることに加えて、脂質異常、高血圧、高血糖のいずれか2つ以上併せ持った状態のことを「メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)」と言います。内臓脂肪が蓄積しすぎると、血圧や血糖値を上げる物質や血栓(血の塊)ができやすくなる物質等が、脂肪細胞から分泌されて動脈硬化につながり、その結果、心筋梗塞や狭心症、脳卒中など命に関わる病気を引き起こします。これらの病気を予防するために、まずは自分の現在の状態を確認する目的で、年に一回の特定健診を受けましょう！

この状態が続くと…

動脈硬化
自覚症状なく進行する

心筋梗塞
狭心症
脳卒中
腎臓病 など

メタボリックシンドローム判定基準

内臓脂肪の蓄積
[腹囲]
男性 85cm以上
女性 90cm以上
*内臓脂肪面積
100cm²以上相当

脂質異常値
中性脂肪 150mg/dL以上 かつ/または
HDLコレステロール 40mg/dL未満

高血圧
収縮期血圧 130mmHg以上 かつ/または
拡張期血圧 85mmHg以上

高血糖
空腹時血糖 110mg/dL以上

R6年度加賀市国保特定健診
メタボリックシンドローム
該当及び予備群
男性:52.6% (約2人に1人)
女性:20.7% (約5人に1人)
法定報告より

▲受診方法等は
こちら

健康課 ☎0761-72-7865