



健康万歩計は、西北五医師会が、皆さんが健康で元気に過ごすための必要な情報を提供し、ドクターからのアドバイスを紹介するコーナーです。

今月のドクター

岩村 有泰 先生
市浦医科診療所 所長

発熱外来のかかり方

令和5年2月下旬現在、全国的に新型コロナウイルス感染症第8波の流行が落ち着いてきましたが、インフルエンザが流行してきております。

そこで、発熱外来のかかり方について改めてお話させていただきます。かぜ症状（のどの痛み、咳、発熱、胃腸症状など）がある方は、医療機関を受診する場合、受診前に必ず電話などで御相談下さい。もし、連絡なく来院されてしまい、コロナ感染であった場合、他の患者様や病院スタッフなどに感染が広まってしまう恐れがあります。事前に連絡していただければ、医療機関側で体制を整えて適切に対応できますので、必ず電話連絡をお願いいたします。

次に、一般の診療所で広く行われている新型コロナウイルス抗原定性検査について説明いたします。この検査はPCR検査などに比べ、簡便で短時間で結果が分かるメリットがありますが、一方で感度が低い欠点があります。つまり、抗原定性検査で陰性でもコロナ感染を完全に否定できないのです。その場合、他の検査をしたり、後日もう一度抗原定性検査を行ったり、他の検査ができる医療機関に紹介したりするなど適切に対応いたします。また、国では、発熱外来のひっ迫を避けるために、高齢者、基礎疾患を有する方、妊婦などと小学生以下の子供以外の重症化リスクの低い方は、

御自身で新型コロナウイルス検査キット（研究用でなく医療用をお勧めします）を薬局等で自己購入するか、青森県臨時Webキット検査センター（詳細は県庁ホームページを御確認下さい）から取り寄せて検査していただくことをお願いしております。しかし、分からない方は、医療機関に電話で御相談下さい。

治療薬ですが、これまで数種類の治療薬が開発されております。中等症から重症の場合は、入院の上治療しますが、軽症の場合は自宅療養で様子をみていただくのが一般的です。

新型コロナウイルスの感染予防の基本は、以前から言われている、マスクの着用、手洗い・手指の消毒、3密（密接・密集・密閉）の回避、こまめな換気、ワクチン接種です。また、十分な栄養を摂って、軽い運動を継続することが大切です。

新型コロナウイルスがいつまで続くのか先が見えず、皆様不安と疲れを感じていると思いますが、早く終息することを願いつつ乗り切ってください。



県庁ホームページ
(青森県臨時Webキット検査センター)

広告を募集しています！

規格	事業者の区分	掲載料(1枠あたり)
縦5.0cm×横8.5cm (1色刷り)	町内に本社、支店、店舗、事務所等を有する事業者	3,000円
	町外に本社、支店、店舗、事務所等を有する事業者	5,000円

お問い合わせ先：総合政策課 企画調整係 TEL74-2122

歯を大切に むし歯ゼロの子大集合

令和5年1月に行われた3歳児健診で、むし歯がなかった子どもたちを紹介します。



山本 悠士さん
(田野沢)



堺 美夏摘さん
(岩崎上)

むし歯予防の豆知識

「仕上げみがきを嫌がる時」

1. 機嫌が良い時に、保護者も余裕がある時に

眠くなる前や機嫌が悪い時は避け、できるだけ保護者の余裕のある時に行いましょう。

2. ゴシゴシと強くみがかない

歯ブラシを強く当てると痛いので、嫌がって逃げ出します。軽い力で歯ブラシを持ち、力を入れずにみがきましょう。

3. 短時間で終わらせる

短時間でみがき、みがき終わったらたくさんほめてあげましょう。

4. 楽しい雰囲気で

「ピカピカにしようね♪」と声をかけたり、歌を歌ったり、お気に入りのぬいぐるみで「歯みがきごっこ」をするなど、無理をせず楽しい雰囲気できみがきをしましょう。

(公益社団法人日本歯科衛生士会「歯科保健指導カード」から抜粋)

月1回 お悔やみ時のマナーや知識が配信されます！

LINE 公式アカウント

↓ スマホのカメラかLINEで読み取り「友だち追加」をすると



・葬家へのご無礼を避ける
・肅々とした場面で恥じをかかない為に
・お役立ち知識や仏事などの疑問への回答
などが配信されます(登録無料)

* 誰が登録したのか当社からは分からないので安心して下さい

霊安室完備(24H 付添可能)

家族葬空間
ファミリーホールふかうら

株式会社 深浦葬祭
Fukaura Funeral Service

電話 (74)4536 FAX:74-4546