すこやかライフ

●墨田区保健所のホームページ
http://www.city.sumida.lg.jp/hokenzyo/
●向島保健センター：〒131－0032 東向島5－16－2 ☎3611－6135
●本所保健センター：〒130－0005 東駒形1－ 6 －4 ☎3622－9137

都内の医療機関情報案内（24時間案内）
●都医療機関案内サービス「ひまわり」
☎5272-0303・FAX5285-8080
●東京消防庁「救急相談センター」
▶携帯・PHS・プッシュ回線 ☎＃7119
▶23区ダイヤル回線 ☎3212-2323

食品衛生歳末一斉事業

年末には、贈答用などの多種多様な食品が大量に流通します。保健所では、食中毒や食品による事故を防ぐため、12月1日から年末まで、食品の検査や、飲食店・スーパー等に対する一斉監視指導を実施します。

冬でも、暖かい室内では食品が傷みやすいため、食品の保存方法等の表示をよく確認して、記載されたとおりに保存するなど、食品の取扱いに十分ご注意ください。

また、7月から、牛レバーの生食用としての販売・提供が禁止されましたが、豚や鶏などの肉の生食も大変危険です。特に豚レバーを生で食べると、E型肝炎や様々な食中毒になる危険性があり、E型肝炎は劇症化する可能性もあります。食中毒などを防止するため、肉は中心部までしっかり加熱して食べましょう。

[問合せ]生活衛生課食品第一係 ☎5608－6943

パパのための出産準備クラス

[とき]12月22日（土）午前9時半～正午**[ところ]**本所保健センター**[内容]**赤ちゃんのお世話の仕方、妊婦擬似体験、情報交換等**[対象]**区内在住で当日妊娠25週以降（初産）の夫婦**[定員]**20組 ＊定員を超えた場合は予定日に近い方を優先**[費用]**無料**[申込み]**住所・夫婦の氏名・電話番号・出産予定日を往復はがきで12月9日（消印有効）までに本所保健センターへ ＊往信に「パパのための出産準備クラス希望」と記入

■12月の健康相談窓口

種別	向島保健センター	本所保健センター
健康相談（要予約）	月曜日～金曜日 ＊電話での相談も可 ＊保健師・栄養士・歯科衛生士等が対応	
育児相談	3日（月）・17日（月）午前9時～10時（受付時間）	18日（火）午前9時半～10時半（受付時間）
心の健康相談（要予約）	5日（水）・19日（水）	13日（木）
依存症相談（要予約）	19日（水）	－
思春期相談（要予約）	－	12日（水）

注 表中の相談以外に「認知症相談」があり、各保健センターで随時受け付けています。

■骨密度検診・がん検診

＊各検診は年度内に各1回のみ（子宮がん・乳がんは2年度に1回のみ）受診可

種別	とき・受付時間	ところ	対象（平成25年3月31日現在の年齢）・定員・費用	申込み（各がん検診は、区ホームページから電子申請も可）
骨密度検診	12月12日（水）▶午前9時～ ▶午前10時～	向島保健センター	**[対象]**区内在住で、40・45・50・55・60・65・70歳の女性**[定員]**先着40人**[費用]**無料	12月4日午前8時半から電話で向島保健センターへ
胃がん検診（医療機関実施分）	12月～平成25年1月の区内実施医療機関診療日	区内実施医療機関	**[対象]**区内在住で35歳以上の方**[定員]**先着1200人程度**[費用]**無料	事前に専用はがきで保健計画課健康推進担当☎5608－8514へ ＊申込みは25年1月11日（消印有効）まで ＊専用はがきの配布場所は、下記注を参照
胃がん検診（検診車実施分）	東京都予防医学協会検診実施日	すみだ福祉保健センター	**[対象]**区内在住で35歳以上の方**[費用]**無料	住所・氏名・生年月日・電話番号を、随時、はがきで〒130－8640保健計画課健康推進担当☎5608－8514へ ＊「胃がん検診希望」と記入
大腸がん検診	平成25年3月31日までの実施医療機関診療日	区内実施医療機関	**[対象]**区内在住で35歳以上の方 ＊今年度、区の実施する健康診査と同時に大腸がん検診を受診した方は受診不可**[費用]**400円 ＊生活保護受給者等は無料	住所・氏名・生年月日・電話番号を、はがきで25年3月8日（必着）までに〒130－8640保健計画課健康推進担当☎5608－8514へ ＊「大腸がん検診希望」と記入
子宮がん・乳がん（マンモグラフィ）セット検診	東京都予防医学協会検診実施日 ＊両方の検診を同日に実施	東京都予防医学協会（新宿区市谷砂土原町）	**[対象]**区内在住で40歳以上の女性 ＊授乳中の方、豊胸手術を受けた方、ペースメーカーを装着している方は受診不可**[費用]**無料	住所・氏名・生年月日・電話番号を、随時、はがきで〒130－8640保健計画課健康推進担当☎5608－8514へ ＊「子宮がん・乳がんセット検診希望」と記入
乳がん検診（マンモグラフィ）	実施医療機関診療日	実施医療機関	**[対象]**区内在住で40歳以上の女性 ＊授乳中の方は受診不可**[費用]**無料	随時、電話で各保健センターへ ＊乳がん検診の受診希望者で、豊胸手術を受けた方、ペースメーカーを装着している方は、保健計画課健康推進担当☎5608－8514へ相談が必要
子宮がん検診		区内実施医療機関	**[対象]**区内在住で20歳以上の女性 ＊妊娠中の方は受診できない場合あり**[費用]**無料	
肺がん検診（喀（かく）たん検査と胸部エックス線検査）	毎月1回、原則木曜日▶午前9時～ ▶午前10時～	向島保健センター	**[対象]**区内在住で40歳以上の方**[費用]**無料	住所・氏名・生年月日・電話番号を、随時、はがきで、希望する保健センターへ ＊「肺がん検診希望」と記入 ＊各月の実施日は各保健センターへ確認
	毎月1回、原則水曜日▶午前9時～ ▶午前10時～	本所保健センター		

注「胃がん検診（医療機関実施分）」の専用はがきは、保健計画課（区役所5階）、各出張所、保健センター、図書館、コミュニティ会館、区総合体育館（錦糸4－15－1）、すみだ福祉保健センター（向島3－36－7）と実施医療機関で配布しています（閉庁日・休館日・休診日を除く）。
注「胃がん検診（検診車実施分）」と「子宮がん・乳がん（マンモグラフィ）セット検診」は東京都予防医学協会で、「肺がん検診」は各保健センターで、あらかじめ受診日時を指定して受診票を送付します。なお、申込状況により、受診日が3か月以上先になる場合もあります。体調その他やむを得ない理由により指定日時の受診が困難な場合は、受診日時が変更できることもありますので、直接、東京都予防医学協会（肺がん検診は各保健センター）にお申し出ください。
注精密検査等の2次検査は保険診療（有料）になります。各がん検診は、術後、疾病治療中または経過観察の方は受診できません。また、「胃がん検診」、「乳がん検診」、「肺がん検診」は、妊娠の可能性のある方または妊娠中の方も受診できません。
注はがきでの申込みは、1人1枚となります。なお、記載漏れは無効となることがありますので、ご注意ください。
注区ホームページ内の電子申請のページには、右のコードを携帯電話等で読み取ることでも接続できます。

コード

休日等の急病のときには

■墨田区休日応急診療所

受付時間	ところ・電話番号	診療科目
午前9時～午後9時半	すみだ福祉保健センター（向島3－36－7）内 ☎5608－3700	内科、小児科

注保険証や医療証を必ずお持ちください。

■すみだ平日夜間救急こどもクリニック

受付時間	ところ・電話番号	診療科目
午後7時～9時45分	同愛記念病院（横網2－1－11）救急外来内 ☎3625－1231	小児科（15歳以下の急病患者）

注診療日は月曜日～金曜日（祝日・年末年始を除く）です。保険証や医療証を必ずお持ちください。なお、駐車場は有料です。

■休日・年末の歯科・整形外科応急診療医院（12月）

とき	医院名	ところ・電話番号
2日	小林歯科医院	京島3－62－2 ☎3617－3834
	厚生クリニック（整形外科）	立花5－3－8 ☎3611－0028
9日	岡田歯科医院	両国2－10－5 東繊ビル2F ☎3632－0118
	両国整形外科クリニック	両国4－37－6－4F ☎5669－7773
16日	坂田歯科医院	東向島5－11－2 ☎3619－0705
	みのわ整形外科	立花4－25－5 ☎3616－3420
23日	岡村歯科医院	両国4－6－3 ☎3632－1500
	中村病院（整形外科）	八広2－1－1 ☎3612－7131
24日	重井歯科医院	墨田2－10－20 ☎3616－6480
29日	難波歯科医院	押上3－21－4 ☎3612－4812
	おかやす歯科医院	亀沢3－4－10 墨東マンション102 ☎5619－6480
30日	鴨川歯科クリニック	立花2－25－10－A101 ☎5631－9032
	桜ばし歯科	押上1－15－7 ツリーフロントビル2F ☎6796－5550
	白鬚橋病院（整形外科）	東向島4－2－10 ☎3611－6363
31日	中西歯科	京島1－39－1－115 ☎3610－3666
	小倉歯科	江東橋4－16－5 ☎3631－0944

注いずれも診療時間は午前9時～午後5時です。保険証や医療証を必ずお持ちください。
注歯科の受診については、事前に電話で予約のうえ、ご来院ください。

☎＝電話 FAX＝ファクス ✉＝Eメール ＝ホームページアドレス

広告 不動産（貸地・借地・境界）無料相談会毎月第3土曜日10時～15時墨田区緑1-24-5測量舎内☎0120-013-458要予約