

## 平田村保健生涯学習施設「ハレスコ」保健事業のご案内

### ～晴れやかな心で健やかな生活を送るために～

4月1日からオープンした「ハレスコ」では、村民の皆様の健康づくりのための各種事業が行われます。各種健診や子育て支援事業、相談会、運動や交流事業等をぜひご活用ください。詳細は健康カレンダーや健康福祉課へお問い合わせください。



ベビーマッサージ教室

### 子育て中の皆様へ

| 事業名        | 内 容                                  | 対象・開催日                    |
|------------|--------------------------------------|---------------------------|
| 親子のあそびの教室  | 遊びを通して保護者や子ども同士の交流と育児の相談ができます。       | 就学前の親子<br>6月19日以降隔月開催     |
| ベビーマッサージ教室 | 助産師によるベビーマッサージの指導や保護者同士の交流と親子遊びをします。 | 1歳未満の親子<br>5月10日以降隔月開催    |
| すこやか相談会    | 19日（いくじのひ）に合わせて気軽に来所できる育児相談会です。      | 全年齢・毎月19日<br>（※土日の時は月曜日）  |
| 乳児教室       | 発達発育や子育て相談、離乳食のお話や歯のお手入れについて         | 4・5か月児、9・10か月児<br>日時は個人通知 |

1歳6か月児、3歳児健診、2歳児歯科健診（フッ素塗布事業）は個人通知いたします。  
また、上記以外の健診、母子保健事業については、健康カレンダーをご覧ください。

### 一般の皆様へ

| 事業名             | 内 容                                   | 対象・開催日                       |
|-----------------|---------------------------------------|------------------------------|
| 心のけんこう相談会       | 専門の心理士が相談に応じます。<br>（相談無料・秘密厳守）        | 5月25日以降隔月開催                  |
| すこやか相談会         | 年齢問わず健康や子育て等に関する気軽に来所できる相談会です。        | 全年齢・毎月19日<br>（※土日の時は月曜日）     |
| ニコニコ元気アップ教室     | 専門のインストラクターによる楽しい運動教室です。              | 65歳以上（要申込）<br>火・木午後          |
| 認知症カフェ「カフェひだまり」 | お茶を飲みながら楽しく交流できます。<br>介護や物忘れの相談ができます。 | どなたでも参加可能<br>毎月15日（7・8月は25日） |

総合健診や子宮がん検診等については健診意向により個人通知します。

健康福祉課 ☎55-3119

## 病児・病後児保育事業の広域利用を実施しています。

こおりやま広域圏連携事業の一つとして、病児・病後児保育の広域利用に関する協定を郡山市と締結しています。この協定により、郡山市にある医療法人仁寿会菊池医院が運営する「病児・病後児保育室らびっと」が、郡山市内在住者と同じ料金で利用可能です。

- (1) **開所日時** 月～金 午前8時30分～午後5時30分  
土 午前8時30分～午後3時00分
- (2) **休所日** 祝日・お盆・年末年始
- (3) **利用料** 1回 2,000円
- (4) **対象** 生後6か月～小学6年生



利用する際は、当日であっても必ず予約が必要になりますのでご注意ください。  
詳しくは、病児・病後児保育室らびっとのホームページをご覧ください。



## ひらた中央病院



小原 大治 医師

今回は带状疱疹について話します。带状疱疹とは水痘带状疱疹ウイルスによって引き起こされる感染症です。初めて感染したときは、いわゆる水ぼうそうとして発症します。多くの場合、水ぼうそうは子どもの頃に発症し1週間程度で治りますが、治癒後もウイルスは体内の神経に潜伏しています。その後、加齢やストレス、過労などが原因となってウイルスに対する免疫力が低下すると、神経に潜伏していたウイルスが再活性化し、神経を伝わり皮膚に到達して、痛みを伴う赤い水疱を生じます。これが带状疱疹です。通常、水ぼうそうは生涯に一度しか発症しませんが、免疫が低下している場合には再発することがあります。

带状疱疹の症状は一般に、身体の左右どちらか一方に数日間の神経痛のような痛みがあり、その後、痛いところに沿って帯状に赤い発疹が出現します。赤い発疹に続き、水ぶくれが出現しますが、皮膚と神経の両方でウイルスが炎症を起こしているため、水疱と強い痛みを伴います。顔面に起きる带状疱疹では、角膜炎や結膜炎を引き起こすことがあります。また、腰部や下腹部に発症すると、尿や便が出にくくなることもあります。水痘にかかった人であれば、带状疱疹はうつることはありませんが、他人に感染させる可能性がないわけではありません。水疱はもちろん、水疱以外の体液、例えば唾液中にもウイルスがいる可能性があります。水ぼうそうを経験していない小児は、大人の带状疱疹が感染して水ぼうそうになることが多いため、带状疱疹の発疹がある時は小児や妊婦との接触はできるだけ避けてください。

带状疱疹の治療は、抗ウイルス薬内服が中心となります。薬を使ってウイルスの増殖を抑制することで、急性期の皮膚症状や痛みを緩和します。治療開始時期はできるだけ早期であることが重要です。水ぼうそうのように、全身に水疱が出現したり高熱を伴ったりする場合は、点滴による治療が必要なことがあります。なお、带状疱疹の発疹が治った後でも、ウイルスによって神経に傷跡が残ってしまい、痛みだけが長い間残ることがあります。この症状は「带状疱疹後神経痛」と呼ばれ、治療開始時期が遅かった方、高齢の方、带状疱疹が重症であった方に起こりやすいといわれています。「带状疱疹後神経痛」は有効な治療が少なく、長期にわたり、続くため、早期の治療開始が重要です。

問い合わせ：ひらた中央病院 ☎ 55-3333