

休日急患当番医

- 救急患者に限ります。 ■当番時間：午前9時～午後5時
- 往診は原則としてしません。 ●電話相談は受け付けません。
- 都合により医療機関が変更になる場合があります。
- 詳しくは、所沢市医師会ホームページをご覧ください。
http://www.tokorozawa.saitama.med.or.jp/

診療日	医療機関名	診療科目	所在地	電話番号
5月3日(祝)	くにとみ内科外科クリニック	内、外	久米532-8	2993-9213
	猪俣眼科医院	眼	小手指町3-31-13	2948-7671
	有村医院	内、小	榎町12-21	2922-2094
5月4日(祝)	かえで内科医院	内	緑町4-47-20	2939-3555
	所沢耳鼻咽喉科	耳鼻、咽喉	久米550-7	2995-5716
	米島医院	内、小	山口1181-6	2922-3675
5月5日(祝)	宮本町内科クリニック	内、循、消、アレ	宮本町2-26-16	2903-1088
	新所沢公園前クリニック	皮、形	緑町3-14-3	2928-5881
	柳内医院	内、小、理、放、胃、循、呼	元町21-7	2922-2005
5月6日(休)	福元内科クリニック	内、消	南住吉21-16	2920-1155
	東町眼科	眼	東町12-12 田中ビル1階	2926-7135
	山口医院	内、外、小	花園2-2344-26	2943-3273
5月12日(日)	所沢診療所	内	宮本町2-23-34	2924-0121
	新井耳鼻咽喉科医院	耳鼻咽喉、気管、食道	西所沢1-6-5	2922-2440
	椿峰クリニック	内、小、皮	小手指南3-47-3	2949-7966
5月19日(日)	中山内科医院	内、呼、循、放	東狭山ヶ丘3-713-36	2926-8332
	高橋眼科医院	眼	西所沢1-19-16	2922-5776
	うえむらクリニック	内、小、リハ、皮	御幸町5-15	2923-2921
5月26日(日)	小手指医院	外、内、整	北野新町1-9-7	2949-3118
	番場皮膚科医院	皮	南住吉21-31	2923-5055
	こぶしクリニック	内、糖内、小	こぶし町1-17-101	2993-5866
6月2日(日)	島内科医院	内、胃	北中3-60-9	2926-0080
	所沢肛門病院	肛	小手指町1-3-3	2926-7521
	所沢メディカルクリニック	内、循、小	中富南2-21-7	2943-1581

小児科日曜日・祝休日診療

医療機関名	所在地	電話番号	日曜日		祝休日	
			午前	午後	午前	午後
おくもとクリニック	西所沢1-23-3	2903-8320	○	×	×	×
かわかつクリニック	小手指台23-1 マミー マート所沢山口店2階	2920-2200	○ (第2休)	×	×	×
彩のクリニック	小手指町4-1-1	2949-1118	×	×	○	×
魚住小児科	宮本町2-11-11	2926-6255	×	×	○	○

◎診療時間はお問い合わせください。なお、休診する場合があります。

小児急患診療

市民医療センター
上安松1224-1 ☎2992-1151

事業名	受付時間	月	火	水	木	金	土	日	祝休日
夜間急患診療	午後7時30分～10時15分	○	○	○	○	○	-	-	-
	午後6時～8時45分	-	-	-	-	-	○	○	○
深夜帯急患診療	夜間急患診療終了後～翌日午前7時まで	○	○	○	×	○	○	○	※
日曜日・休日急患診療	午前10時～11時30分 午後2時～4時30分	5月3日(祝)・4日(祝)・5日(祝)・6日(休)・12日(日)・19日(日)・26日(日)・6月2日(日)							

※月・火・水・金・土・日曜日が祝休日となる場合も、深夜帯急患診療を実施

◎夜間・深夜帯急患診療は検査を実施していません。

休日緊急歯科診療

歯科診療所あおぞら(保健センター内)
上安松1224-1 ☎2995-1171

診療日：5月3日(祝)・4日(祝)・5日(祝)・6日(休)・12日(日)・19日(日)・26日(日)・6月2日(日)

受付時間：午前9時～11時30分

◎診療日は変更になる場合があります。

埼玉県小児救急電話相談

子どもの急病時に家庭での対処方法などの相談に応じます。
電話 #8000または、☎048-833-7911
相談時間 月～土曜日…午後7時～翌朝7時
日曜日、祝休日、年末年始…午前9時～翌朝7時



こんにちは保健師です 114

いきいき健康づくり

5月31日は、世界禁煙デー！ ～受動喫煙から大切な人を守るために～

喫煙はがんや慢性閉塞性肺疾患(COPD)・集中力の低下など身体全身に悪影響を与えます。その害は喫煙者本人だけではなく、周りの人の健康にまで悪影響を与えることを知っていますか？



◆健康への悪影響はたばこを吸う人だけではありません！

たばこを吸わない人でも、周囲に喫煙者がいれば、嫌でもたばこの煙を吸うこととなります。このように他人のたばこの煙を吸うことを「受動喫煙」といいます。

たばこの煙には、喫煙者が吸う煙「主流煙」とたばこの火から立ち上る煙「副流煙」があります。

たばこの煙に含まれる有害物質は、主流煙よりも、副流煙の方が多く含まれています。喫煙者は、家族や友人・職場仲間など大切な人の健康にも悪影響を与えています。

厚生労働省研究班によれば、受動喫煙による肺がんと虚血性心疾患による平成22年の死亡数は、年間6,800人、そのうち、約50%が職場での受動喫煙が原因という推計結果が発表されています。これは、交通事故死者数を上回る数字です。

《副流煙に含まれる有害物質》

有害物質名	作用・性質	主流煙との比較
ニコチン	血流が悪くなる	主流煙の2.8倍
タール	発がん物質が多い	主流煙の3.4倍
一酸化炭素	酸素を運ぶ力が低下する	主流煙の4.7倍

出典：厚生労働省「喫煙と健康第2版」

◆子どもへの影響は大きい！

たばこの煙を室内に入れないように、換気扇の下やベランダで吸ったとしても、たばこの影響は家族に及んでいます。また、空気清浄機で副流煙を防止することはできません。

あなたの禁煙チャレンジが、大切な家族を守ることに繋がります。

	病気・状態	親の喫煙による影響
出産・胎児への影響	自然流産	1.1～2.2倍
	低体重児出生	1.2～1.6倍
子どもへの影響	乳幼児突然死	4.7倍
	肺炎・気管支炎	1.5倍～2.5倍
	気管支ぜん息	1.5倍
	むし歯	2倍
	中耳炎	1.2～1.6倍
	子どもの誤飲事故原因	第1位は「たばこ」

出典：松崎道幸「受動喫煙による健康影響」臨床科学1998

◆たばこを吸った後の呼気にも有害物質が含まれます！

受動喫煙を防ぐために、職場や飲食店で分煙を実施している所が増えてきました。しかし、分煙だけでは受動喫煙を完全に防ぐことはできません。

喫煙後の40回の呼吸、時間にして200秒間(約3分間)は、呼気からたばこの煙の粒子状成分が検出されます。喫煙者が喫煙後すぐに自席に戻れば、周りの人は、その呼気が原因となる受動喫煙を免れることはできません。また、洋服や口臭からは、数時間にわたってガス状成分が発生します。

◆あなたの大切な人を守るために、禁煙を始めてみませんか？

自分だけの力で禁煙が可能人もいますが、禁煙の方法として、禁煙補助剤・禁煙外来を利用するなどがあります。

ニコチン依存度に合わせて方法にすると禁煙しやすくなります。詳しくは、お問い合わせください。

問い合わせ 健康づくり支援課

☎2991-1813 ☎2995-1178



埼玉西部消防局休日夜間病院案内

☎04-2922-9292 (24時間)

埼玉県救急医療情報案内(歯科・精神科を除く)

☎048-824-4199 (24時間)



広報マスコット ひばりちゃんのさえずり

▶入学・就職・転居など季節の移り変わりとともにさまざまな環境の変化が生じる時期ですね。私も広報課から新しい職場へ異動。広報課で得た経験を活かしつつチャレンジ精神で頑張ります！(☺)

▶偉大な先輩のあとを継ぎ、念願の広報課に異動してきました。異動してすぐに西武ドームでの取材があり、今月号の表紙を撮影。横向きは新鮮ですね。期待のルーキーを見習って頑張ります！(★)

空き巣が増える季節です！窓に二重ロックを掛け、防犯意識を高めましょう！

所沢警察署 ☎2996-0110