

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。

診療日	医療機関名	診療科目	所在地	電話番号
6月7日(日)	わかさクリニック	内・整・皮・リハ・麻・外・胃・肛	若狭4-2468-31	2949-2426
	平成クリニック	精・神・神内・心内・内	久米532-1	2992-6661
	むさしクリニック 泌尿器科内科	泌・内	北秋津855-1	2998-1850
6月14日(日)	かえで内科医院	内	緑町4-47-20	2939-3555
	平岡眼科医院	眼	東町11-1-207	2922-1126
	所沢明生病院	内・外・呼・整・消・脳	山口5095	2928-9110
6月21日(日)	所沢秋津診療所	内・麻	上安松1-8	2945-8899
	木戸クリニック	泌	緑町4-15-27	2929-6502
	松が丘クリニック	内・外・小・胃・皮	松が丘1-52-19	2928-5666
6月28日(日)	西部クリニック	消・内・整・皮	星の宮1-1-10	2926-5851
	しんとこ耳鼻咽喉科医院	耳・気管	松葉町24-9・拓植ビル2F	2927-5770
	三浦クリニック	循・内	三ヶ島3-1394-4	2938-2887
7月5日(日)	岩下悦郎消化器内科クリニック	内・消・胃・小	北有楽町24-10	2928-3636
	深井眼科医院	眼	小手指町1-26-9	2928-6900
	陽だまりの丘クリニック	脳・内・整・皮・泌・リハ	東狭山ヶ丘1-39-5	2935-7335

小児科休日・夜間診療

市民医療センター
上安松1224-1
☎2992-1151

事業名	日時等
日曜日急患診療	▶とき：6月7日(日)、14日(日)、21日(日)、28日(日)、7月5日(日) ▶受付時間：午前10：00～11：30、午後2：00～4：30 ◎休診する場合があります。
夜間診療	▶受付時間：月～金曜日…午後7：30～10：15、土・日曜日・祝休日…午後6：00～8：45 ◎休診する場合があります。
深夜帯初期救急	▶実施日：毎週月・水・金曜日 ▶時間：小児夜間診療終了後～翌日午前8：30まで ◎緊急の場合のみご利用ください。

◎小児科日曜日急患診療、小児夜間診療および小児科深夜帯初期救急は、乳幼児から中学生までの小児を対象に、内科的急性疾患の一時診療（初期診療）を実施しています。薬は1日程度の処方、検査は原則として実施していません。

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

事業名	日時等
休日緊急歯科診療	▶とき：6月7日(日)、14日(日)、21日(日)、28日(日)、7月5日(日) ▶受付時間：午前9：00～11：30 ◎診療日は変更になる場合があります。

小児科医療相談

お子さんの健康に関する相談にお答えします。相談は郵便やEメールで随時受け付けています。

あて先 〒359-0025上安松1224-1 市民医療センター・小児科相談係
Eメールアドレス yamachan@tokorozawa-iryuu-center.jp
※土・日曜日・祝休日や休前日の相談の回答は、休み明けになります。

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、☎048-833-7922

相談時間 月～土曜日/午後7時～11時
日曜日、祝休日/午前9時～午後11時

休日夜間病院案内

(24時間) ☎2922-9292

埼玉県救急医療情報案内

(24時間) ☎048-824-4199



8020運動って何？

6月4日から10日までは、歯の衛生週間です。皆さんに歯の衛生に関する意識を高めていただき、歯と口の健康、さらに全身の健康の保持・増進に努めていただくために、歯の健康等に関するさまざまな取り組みを行います。

そこで、今回は歯に関する情報をQ&Aでお伝えします。

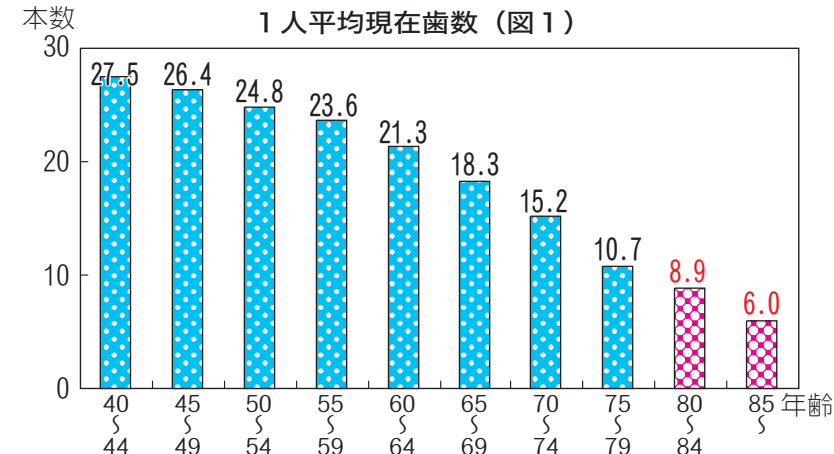
Q1：8020運動って何ですか？

A1：8020は“ハチ・マル・ニイ・マル”と読み、8020運動とは“80歳になっても自分の歯を20本以上保とう”という運動です。平成元年に厚生省（今の厚生労働省）と日本歯科医師会が提唱し広く呼びかけてきました。

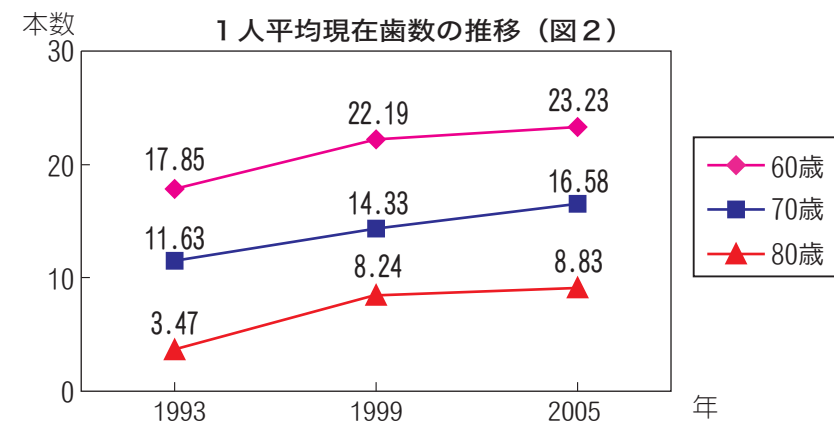
あえて8020という数字を掲げたのは、智歯（親知らず）を除く28本の歯のうち、少なくとも20本以上自分の歯があれば、ほとんどの食物を噛みくだくことができ、おいしく食事をするができるからです。高齢社会を明るく豊かにする願いがこの数字“8020”に込められています。

Q2：80歳の人はいくら自分の歯があるのですか？

A2：80歳の人自分の歯は10本弱あります（図1参照）。また、80歳で自分の歯が20本以上ある人の割合は、平成17年の調査で初めて2割を超え、自分の歯を保っている方の割合は年々増えています。



1人平均現在歯数は、ほとんどの年齢層で過去の調査値を上回っています。特に中高年以降の年齢層でその傾向が顕著で、20本以上ある人の割合も同様です（図2参照）。



※図1・図2ともに数値は平成17年の国の調査から所沢市では、80歳以上で自分の歯が20本以上ある方を表彰する「8020よい歯のコンクール」を毎年行っています。6月14日(日)に、コンクール1次審査を行います。また、6月7日(日)に「歯の衛生週間行事（歯科検診、歯科相談など）」を保健センターで行います（12ページ参照）。ぜひご参加ください。

食べ物をよく噛み、おいしく食べ、家族や友人と楽しく会話をするなど、健康な歯と口は生涯いきいきと暮らすためにとても重要です。保健センターには歯科衛生士がいますので、歯の健康についてお気軽にご相談ください。（協力：所沢市歯科医師会）
問い合わせ 保健センター成人保健課(☎2991-1811・FAX2995-1178)



編集後記

ゴールデンウィークに車で東北地方へ旅行しました。予想どおり高速道路は大混雑。車はいつこうに進まずイライラ、パーキングエリアで休憩しようにも満車で入れずクタクタ。でも、自分もその混雑の原因になっていたのですね。(笑)

所沢警察署