















# 医療・相談あんない 2月15日～3月1日

【休日急病診療所・休日薬局】 診療時間 = 午前9時～午後5時

日程	医療機関	薬局	地区
21日(日)	もりこどもクリニック 1 350-6977	-	若葉台
28日(日)	矢野口クリニック 1 379-0939	オーベル薬局矢野口店 1 379-0925	矢野口

【各種相談】 詳しくはお問い合わせください。

相談の種類 (予約方法)	相談日	時間	予約・問い合わせ
法律相談 (前日予約)	16日(火)・18日(木) 23日(火)・25日(木) 3月1日(火)	午前9時～正午	市民協働課 予約専用電話 1 378-2286 (受付時間=午前 8時30分～正午、 午後1時～5時)
不動産相談 (前日予約)	24日(水)	午後1時30分 ～4時30分	
遺言書作成などくらしの書類作成相談 (前日予約)	16日(火)		
税務相談 (前日予約)	18日(木)		
住宅リフォーム相談	17日(水)・予約終了 ※1		
人権・身の上相談 (前日までに予約)	19日(金)	午前10時～午後1時、 午後2時～4時	消費者相談室 1 378-3738
女性の悩み相談 (前日までに予約)	17日(水) 27日(土)※2		
消費者相談 (来室のほか電話でも相談可)	平日毎日	午前10時～正午、 午後1時～3時	保険年金課年金係
年金相談 (予約不要)	平日毎日	午前9時～正午、 午後1時～4時	保健センター 1 378-3421
年金相談 [平尾出張所] (予約不要)	24日(水)	午前9時30分～11時	福祉センター 1 378-3366
健康相談 (前日までに予約)	16日(火)	午前9時10分～11時	
栄養相談 (前日までに予約) [オーエンス健康プラザ]	16日(火)	午前10時～正午	ひとり親家庭カウンセリング相談 (予約随時)
心配ごと相談 (予約不要)	17日(水)	午後1時30分 ～4時30分	
高齢者・障害者の法律相談 (予約随時)	17日(水)	午後1時～4時	
ひとり親家庭カウンセリング相談 (予約随時)	27日(土)		

※1 3月2日(水)のリフォーム相談は、2月25日(木)まで予約を受け付けます。  
 ※2 3月2日(水)の女性の悩み相談は、3月1日(火)まで予約を受け付けます。

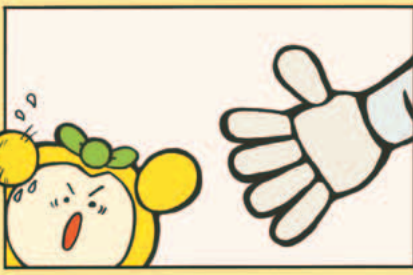
【休日開庁】 開庁時間 = 午前8時30分～正午、午後1時～5時

実施日	開庁窓口
27日(土)	市民課、保険年金課 (国民健康保険係のみ)、課税課、収納課 ※収納課が担当する過年度分の税外債権 (料金) の納付書の再発行、相談等はいりません。

東京ヴェルディ 今月後半のホームゲーム わがまち稲城のヴェルディを応援しよう!  
 2月28日(日)午後1時～VS北海道コンサドーレ札幌 味の素スタジアム

## なしのすけが行く

「じゃんけん」  
No.32 マニガ #エジプト



東京ヴェルディ1969フットボールクラブ(株) 103・3512・1969

高齢者が現役として活躍することの多い現代社会において、視力障害はさまざまなトラブルの原因になります。その視力障害の中でも多くの人がお悩みになっている白内障についてお話しします。

**白内障について**  
 稲城市保健センター 1 378-3421

白内障とは、水晶体が年齢と共に白く濁って視力が低下する病気です。水晶体は、よくカメラのレンズに例えられますが、外からの光を集めてピントを合わせる働きを持っています。通常は透明な組織ですが、白内障ではこの水晶体が白く濁ってしまうため、見え方が悪くなります。

白内障とは、水晶体が年齢と共に白く濁って視力が低下する病気です。水晶体は、よくカメラのレンズに例えられますが、外からの光を集めてピントを合わせる働きを持っています。通常は透明な組織ですが、白内障ではこの水晶体が白く濁ってしまうため、見え方が悪くなります。

さて白内障の治療です。初期の段階では、点眼治療が基本治療となりますが、濁った水晶体を元に戻すことはできません。見え方を改善するためには、手術を行います。白内障の手術は濁った水晶体を取り除

き、人工水晶体である眼内レンズを挿入する方法が一般的に行われています。手術時間はおよそ10～15分程度で、手術中の痛みは局所麻酔を行いますのでほとんどありません。以前では手術の際、黒目の半周ほどの切開が必要でしたが、最近では3ミリ前後で手術が行えます。目にかかる負担も少なくなり、今まで以上に安心して手術を受けていただけるようになりました。

しかし、挿入した眼内レンズには、ピント調節はないため手術後もメガネなどによる視力矯正が必要な場合があります。稲城市医師会 出川 慎之

ますが最近では、遠近両用眼鏡と似た働きを持つ眼内レンズがあります。こちらは現在、健康保険が適用されず、自費診療となりますが、メガネの必要性が軽減します。ただし、この効果は全員の方に保証されるものではなく、夜間のライトなどが気づけなくなったりすることもあります。白内障手術と一言にいつても様々ありますので、一度眼科を受診し、ご相談されてみることをお勧めします。

保育園・幼稚園等の年長児に相当する年齢のお子さんは、麻しん・風しん混合ワクチン(MR)2期の定期予防接種が受けられます。  
 4月に対象のお子さんへ通知を送付しましたが、まだ接種していない方は接種してください。  
 第2期は平成21年4月2日～平成22年4月1日に生まれの方  
 指定医療機関(下表参照) 母子健康手帳、予診票

### 平成27年度予防接種(麻しん・風しん)指定医療機関一覧表

医療機関名	電話番号	住所
谷平医院	377-6433	矢野口
やのくち小児科アレルギー科	370-7707	
かじわら内科泌尿器科クリニック	370-8770	
東長沼クリニック	379-4851	東長沼
立花こどもクリニック	378-7277	
あべ内科クリニック	379-4870	
稲城診療所	377-6128	大丸
稲城市立病院小児科	予約時間帯【午後3時～4時30分】 377-0931	
いしがき医院	401-3733	百村
稲城わかばクリニック	370-0530	
簡野クリニック	331-8570	平尾
高クリニック	331-8201	
平尾内科クリニック	331-8221	
桜井医院	378-3224	押立
長峰クリニック	350-7171	
若葉台クリニック	350-6075	若葉台
もりこどもクリニック	350-6977	

平成27年度 麻しん・風しん 予防接種 (第2期)  
 3月31日(木)



転入等の理由で予診票がない場合は、保健センターまでお問い合わせください。

先問 稲城市保健センター  
 〒206-0804 稲城市百村112の1  
 1 378-3421  
**みんなの健康**

### 3月の申込受付

場先問保健センター 1 378-3421

事業名	対象	実施日(3月)	備考	
低出生体重児の1歳児健康診査	平成27年2月1日～平成27年3月31日に2500g未満で出生し、定期的に医療機関で健診を受けていないお子さん	23日(水)	前日までに保健センターに予約してください。	
2歳児歯科健康診査	平成26年2月生	2日(水)		
2歳6か月児歯科健康診査	平成25年8月生	11日(金)		
両親学級(パパ・ママコース)※	初産婦とそのパートナーの方	5日(土)		
離乳食調理講習会※	第1子の保護者(平成27年10月生)	7日(月)		
母子健康相談	未就学児	4日(金)		
ふたごの会	多胎出生の乳幼児と保護者(妊婦含む)	8日(火)		
				予約不要

※両親学級は先着20組まで、離乳食調理講習会は先着25人まで。