

# 保健

## ままプチさろん

今回は、地域で活動する「健康づくりリーダー会」の皆さんが参加します。

**内容** しおりづくり、健康プチ講話  
**とき** 7月2日(金) 午前10時～11時30分

**ところ** 保健センター

**対象定員** 妊婦15人

**持ち物** 母子健康手帳

**費用** 材料費100円

**申込方法** 6月29日(火)までに保健福祉グループへ電話で申し込んでください。

※定員になりしだい締め切ります。

**問合せ先** いきいき広場内保健福祉グループ  
 ☎52-08071

## 精神保健福祉家族教室

こころの病気についての勉強会と家族のための交流会です。

**内容** 精神科医を囲んで「問い答え」

**講師** 外ノ池隆史医師(刈谷病院)

**とき** 7月6日(火) 午後2時～4時

**ところ** 衣浦東部保健所

**対象** 統合失調症などの精神疾患をもつ方の家族

**費用** 無料

**問合せ先**

衣浦東部保健所健康支援課  
 こころの健康推進グループ  
 ☎21-4778

## 6月20日～7月19日 薬物乱用防止月間

1回だけなら大丈夫、いつでもやめられる、そんな甘い考えこそ危険です。

乱用される危険のある薬物は、「こころ」つまり、精神に影響をあたえる作用をもっています。中枢神経を興奮させたり、抑制したりして、幸福な気分やその快感、お酒に酔ったような感じ、不安が消えていく感じ、知覚の変化、実際にはないものが見えたり聞こえたりする幻覚・幻聴などをもたらします。

しかし、薬物乱用のもつとも恐ろしい特徴は、何度もうりかえして使いたくなる「依存性」という性質をもっていることです。乱用をくりかえす人は、「快感を得るため」ではなく、いつまでもお

らない疲労感やイライラ、不安からのがれるため、つまり「不安感をなくすため」に薬物に頼らざるを得なくなります。そうして、薬物なしではいられなくなるのです。

しかも覚せい剤などいくつもの乱用薬物には、使用をくりかえしているうち、それまでと同じ量では効かなくなる「耐性」という性質があります。

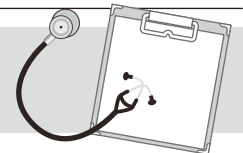
1回だけと思って始めた人も、薬物の「依存性」と「耐性」によって使用する量や回数がどんどん増えていき、自分の意志ではやめることができなくなり、どうしようもない悪循環となるのです。自分たちだけで悩まないで、相談窓口へ相談してください。

**相談窓口**  
 ・衣浦東部保健所  
 ☎21-4778  
 ・県医薬安全課  
 ☎052-954-6305  
 ・県精神保健福祉センター  
 ☎052-962-5377  
 ・名古屋市精神保健福祉センター

**問合せ先**

いきいき広場内保健福祉グループ  
 ☎52-08071

## 7月の休日等在宅当番医



### ☆高浜市医師会

<診療日>日曜および祝日

<診療時間>9:00～12:00、13:30～17:00

7月4日	高浜愛レディースクリニック	(湯山町)	☎54-5161
11日	たねむら耳鼻咽喉科	(神明町)	☎54-3434
18日	きぬうら整形外科泌尿器科	(神明町)	☎54-5255
19日	中田内科クリニック	(沢渡町)	☎54-0606
25日	ひさだ眼科	(沢渡町)	☎52-8146

### ☆高浜市歯科医師会

<診療日>日曜

<診療時間>9:00～12:00

7月4日	杉浦歯科医院	(呉竹町)	☎52-5000
11日	森歯科医院	(青木町)	☎52-0888
18日	港デンタルクリニック	(二池町)	☎52-6666
25日	神谷デンタルクリニック	(本郷町)	☎53-5155

なお、都合により変更する場合がありますので、ご確認のうえ受診してください。

診療時間外に、急病などで受診が必要なときは、**救急医療情報センター**(☎36-1133・ホームページ <http://www.qq.pref.aichi.jp/>)にお問合せください。