

【保健センター 健康だより】

照会先 関市保健センター ☎24-0111

「かかりつけ」を持ちましょう!

普段から、あなたやご家族の生活環境や健康状態をよく知り、ちょっとした風邪など日常の病気の診療だけでなく、日ごろの健康管理の相談や病気予防のアドバイスをしてくれる「かかりつけ医」や「かかりつけ歯科医」、あなたが服用している薬を把握し、適切な薬の指導をする「かかりつけ薬局」、このような「かかりつけ」があると安心です。

《かかりつけ医、かかりつけ歯科医のメリット》

◎病気の早期発見、早期治療

かかりつけ医は、患者さんや家族の体調、生活習慣、病歴などを把握しています。そのため、ちょっとした異変でも早期に発見し、病気の進行をくい止めることができます。

病気以外でも何か健康に不安を感じたときには気軽に相談に乗ってくれます。

生活習慣へのアドバイスにより、疾病の予防、健康増進につながり、より健康的な生活が送れます。

◎専門医への連携

入院や精密検査、高度な治療が必要な場合には、適切な医療機関や専門医を紹介してくれます。

突然の体の異変、緊急の事態が発生した場合や、家族に急病が出たときに指示を仰ぎ、安心して判断を任せられます。

入院患者も病状が安定すれば、自宅で安心して治療が受けられます。

◎気軽にかけられる

比較的、待ち時間が短く、受診の手続きも簡単です。

《かかりつけ薬局のメリット》

◎あなたが服用している薬を把握していますので、市販の薬を買うときにもあなたに合う薬かどうか確認できます。

◎薬だけでなく、生活上のアドバイスをもらえます。

《かかりつけ医、かかりつけ歯科医、かかりつけ薬局を見つけるポイント》

◎病気のことや治療内容をわかりやすく説明してくれる。

◎患者さんの話を親身になって聞いてくれて、気軽に相談しやすい。丁寧に答えてくれる。相性が合う。

◎病気、治療、薬などについてわかりやすく説明してくれる。

◎家の近くで、近所の評判が良いところ。

◎職員の印象や内部の清潔度など、診療所の雰囲気も決め手の一つです。

岐阜エフエム 80.0MHz
「シティインフォメーション」

毎週金曜日 午前9時～

12/23 「古式日本刀鍛錬打ち初め式」

12/30 「初日の出とジョギング」



ぎふチャン 岐阜ラジオ1431kHz
「関市の時間」

毎月第1・3水曜日 午前9時40分～

12/21 「古式日本刀鍛錬打ち初め式」



ケーブルテレビ・
チャンネル長良川

あすつく
明日を創る関のまち 12月号

放送時間
月・金曜日 午前10時30分～10時45分
火曜日 午前6時～6時15分
水曜日 午後8時15分～8時30分
木曜日 午後2時30分～2時45分
土曜日 午後7時45分～8時
日曜日 午前9時30分～9時45分

放送内容

「関の文化財探訪・武儀上之保編」

市内に多数点在する重要文化財の数々。そのいくつかを紹介します。

品目	単	位	価 格	先月比
キャベツ	1	玉	118円	▼40円
大根	1	本	134円	▼74円
牛肉(ロース)	スライス100g		624円	18円
牛乳	紙パック1ℓ		180円	2円
食パン	スライス1斤		139円	▼7円
食用油	キャノーラ油1000g		306円	2円
LPG	5立方m		4,287円	▼11円

関市消費生活モニター調査(調査基準日11月5日)

(価格は消費税込み)▼印=マイナス

11月の平均小売価格

関市の人口
(12月1日現在)

93,287人
(-52人)

男 45,533人
(-9人)

女 47,754人
(-43人)

世帯数 33,902世帯
(+6世帯)

※()内は前月比

【おわび】

広報せき 12月1日号に掲載した記事に誤りがありましたので、おわび申し上げます。

○4ページ「平成23年度明るい選挙啓発ポスターコンクール入選作品」

◆中学校の部

加納綾太さんと川林竣理さん(ともに上之保中学校3年)の作品が入れ替わっていました。

照会先 選挙管理委員会事務局 ☎23-6803