

# 国民健康保険病院からのお知らせ

## 患者参加型医療のススメ②

前 沢 政 次

2月7日より国保病院で毎日（すみません。週後半はときどき抜けます）診療しています。たくさんの方々に利用していただき、ありがたく感謝しています。昼休みも取れないので、長続きするために3月から午後の診療時間を少しずらします。午後2時受付開始です。

それから4月から始まる診療所の愛称が決まりました。「ひまわりクリニックきょうごく」です。「ひまわりに行ってみたら」とお奨めください。愛称募集にたくさん応募していただきありがとうございました。

笑顔を忘れず、太陽に向かう陽だまりのようなクリニックをつくっていきたくと決意を新たにしました。「いつもあなたをみつめています」が花言葉だそうです。

### 質問1：インフルエンザがはやっていますが、ふつうの風邪との違いは？

**答1** ふつうの風邪は鼻水、のどの痛みなどが主ですが、インフルエンザは突然の発熱、全身の筋肉痛、関節痛、だるさを伴うことが特徴です。予防接種をしていると熱がひどく高くなることはありませんが、だるさは辛いと訴える人が多いようです。

### 質問2：インフルエンザの診断は迅速診断キットでよいのですか？

**答2** 迅速診断キットでは鼻腔に綿棒を入れてこすりつけて、ぬぐい液で診断しますが、症状が出てからの時間で陽性になる率が違います。12時間未満では50%、12-24時間では65%、25-36時間では85%との陽性率報告があります。キットの結果だけでなく、流行時期、場所、症状の特徴などで総合的に診断することがたいせつです。

### 質問3：治療はどうしますか？

**答3** まず学校や仕事を休んで安静にすることがたいせつです。クスリはカプセルのタミフル、吸入のリベンザ、イナビルなどがよく使われます。症状が出てから48時間以内に使わないと効果がありません。お子さんでは異常行動などの副作用に気を付けなければなりません。症状が落ち着いても発症から4、5日は学校や仕事を休んで、他の人にうつさないようにしましょう。

### 質問4：インフルエンザも万病のもとですか？

**答4** 普通の風邪と比べ、合併症の多いことがインフルエンザの特徴です。お子さんでは中耳炎、気管支炎、肺炎、ぜんそく発作などが見られます。熱性けいれんも多いです。高齢者では肺炎が多くなります。糖尿病や心臓病のある方、免疫の力が弱っている方は特に気を付けないといけません。

### 質問5：予防接種以外の予防法がありますか？

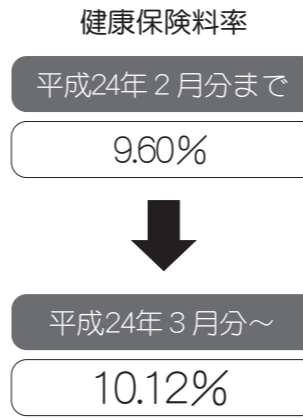
**答5** ふだんから栄養、休養に気を付けること。人ごみに入らないようにすること。帰宅後にうがいと手洗いを必ずすること。インフルエンザの可能性があるときにはマスクをすること、咳やくしゃみを他の人に向けてしないように気を付けましょう。

京極町国民健康保険病院 ☎ 42-2161 FAX 42-3359  
E-mail: byoin@town-kyogoku.jp  
公式ホームページ <http://www.kyogoku-clinic.com>

ご意見、ご質問はこちらまで

全国健康保険協会からの  
お知らせ

役場住民福祉課



全国健康保険協会（協会けんぽ）北海道支部の健康保険料率が、本年3月分（4月納付分）より、10・12%（現行9・60%）に変わります。協会けんぽの財政は、高齢化による医療費の増加と、現下の経済状況を反映して保険料収入の基礎となる標準報酬月額が落ち込んでいることなどから、大変厳しい財政状況となっております。

厳しい経済状況のなかではありますが、医療・健康・生活を支えるため、何とぞご理解、ご協力いただきますようお願い申し上げます。

詳しくは協会けんぽのホームページまたは協会けんぽ北海道支部まで。  
<http://www.kyoukaikenpo.or.jp>  
全国健康保険協会北海道支部  
☎ 011-726-0352

平成24年度  
労働基準監督官採用試験

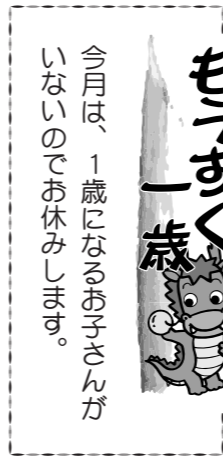
小樽労働基準監督署 俱知安支署

#### 受験資格

- 昭和57年4月2日～平成2年4月1日生まれの者
  - 平成3年4月2日以降生まれの者で次に掲げる者
    - ① 大学を卒業した者及び平成25年3月までに大学を卒業する見込みの者
    - ② 人事院が①に掲げる者と同等の資格があると認める者
- 試験の程度 大学卒業程度  
受付期間 平成24年4月2日(月)～4月12日(木)  
※今年度より受付はインターネット申込みが原則となります。

[<http://www.jinji-shiken.go.jp/nkenhnmj>]

ただし、インターネット申込みができない場合は、郵送または持参してください。郵送または持参による受付期間は、4月2日(月)～4月3日(火)です。



今月は、1歳になるお子さんがいないのでお休みします。

## まちの事件簿

事件	
○ 空き巣事件の発生	一般住宅を狙った空き巣事件が1件発生しています。
○ 器物損壊事件の発生	町営団地駐車場に駐車中の車両に消火剤がまかれる器物損壊事件が発生しています。
事故	
○ 1月16日、道道を走行して交差点を右折する際、凍結路面でスリップさせ、道路縁石に衝突する事故が発生しています。	
○ 1月23日、道道を走行中凍結路面によりスリップさせ、カーブを曲がり切れず路外に飛び出す事故が発生しています。	

#### 平成24年1月末 交通事故発生状況

	24年	23年
人身	0件	1件
物損	7件	7件
死者	0人	0人

京極町防犯協会 俱知安警察署

（火）です。（4月3日(火)までの通信日付印有効）  
試験日  
第1次試験 平成24年6月10日(日)  
第2次試験 平成24年7月18日(木)・平成24年7月19日(木)の指定された日  
合格者発表日 平成24年7月3日(火)  
第1次試験 平成24年8月22日(水)  
第2次試験 平成24年8月22日(水)  
（最終合格者発表日）  
採用予定者数 労働基準監督官A（法文系）約115名  
労働基準監督官B（理工系）約25名  
申込用紙請求先 人事院各地方事務局（所）、各都道府県労働局または各労働基準監督署（支署）

### 『東日本大震災』 義援金について

2月19日までに京極分区に寄せられた義援金総額は

**2,544,184円**

となっています。

※「東日本大震災義援金」の受付期間は平成24年3月31日までとなります。

3月の総会は、3月22日(木)9時30分開会予定です。

農業委員会からの  
お知らせ

役場農業委員会