



※ 特に記載があるものを除いて、会場・詳細は保健センター（若草町 6-1 ☎ 385-5252）です。

◎ 乳幼児検診

対象者に送られる個別案内または市 HP をご覧ください。

◎ エキノコックス検診

日時/11月20日(木)、21日(金)、23日(日) 6:30～10:30。対象/小学3年生以上の市民。過去に異常なしの方の検診は5年に1度。無料。

◎ 歯科相談・フッ素塗布

日時/11月12日(水)、28日(金) 13:15～15:00。対象/就学前のお子さん。※フッ素は1歳から。持ち物/母子手帳・歯ブラシ・コップ・タオル。料金/フッ素 800 円。

高齢者インフルエンザ予防接種

高齢者のインフルエンザ発病防止、重症化防止のため、接種希望者に予防接種を実施しています。

【期間】12月26日(金)まで（休診日を除く）。【料金】1,000 円。

【回数】1 回。【対象】江別市民で接種当日 65 歳以上の方。

実施医療機関その他詳細は、広報えべつ 10 月号をご覧ください。

【詳細】保健センター管理係 ☎ 391-8036

◎ 11 月 献血バスひまわり号巡回日程



日 時	場 所
5(水)	10:00～13:00 王子エフテックス（株）江別工場（王子 1） 14:30～16:30 友愛記念病院（新栄台 46-1）
12(水)	9:30～11:30 草野作工（株）（上江別西町 16） 12:00～13:30 野幌郵便局（野幌町 68-5） 15:00～16:30 J A 道央のつばろ支所（野幌町 33-1）
20(木)	9:30～16:30 江別市役所（高砂町 6）11:00～12:15 は昼休み
25(火)	10:00～11:30 北海道電力（株）総合研究所（対雁 2-1） 12:00～13:30 江別郵便局（王子 16-15） 15:00～16:30 湊和会江別病院（野幌代々木町 81-6）
12/1(月)	9:30～10:30 食品加工研究センター（文京台緑町 589-4） 12:00～16:30 北海道情報大学（西野幌 59-2）

※当日の輸血用血液の在庫状況によっては、400ml 献血のみの受付となります。

各種がん検診

項目	助成対象	留意事項
胃・肺・大腸がん	受診日現在 40 歳以上の方。	職場で検診を受ける機会のない市民が対象。受診の際は健康保険証をお持ちください。実施医療機関は、「広報えべつ 10 月号」の折り込み「江別けんしんだより 後期版」をご覧ください。保健センターまでお問い合わせを。
子宮頸がん	受診日現在 20 歳の方および 21 歳以上で元号の生まれ年が偶数年の方。	
乳がん	受診日現在 40 歳の方および 41 歳以上で元号の生まれ年が偶数年の方。【注意！対象外の方】①乳腺の経過観察中の方や乳腺疾患で治療中の方、②豊胸手術を受けた方、③心臓にペースメーカーなどを装着中の方。※脳室-腹腔内シャント、IVH ポートなどを入れている方も対象外となる場合があります。	
骨粗しょう症	平成 26 年 4 月～平成 27 年 3 月までに、30、35、40、45、50、55、60、65、70 歳を迎える女性。	
送迎バス検診	日 程	受 付 期 間
	12/4(木)	11/1(土)～11/18(火)
	12/11(木)※	11/1(土)～11/25(火)
	12/16(火)	11/1(土)～11/28(金)
	12/19(金)	11/1(土)～12/3(水)
	1/15(木)※	12/1(月)～12/26(金)
	1/27(火)※	12/1(月)～1/8(木)
出 発 場 所・（ 時 間 ）		料 金（ ）は国保加入者
大麻西地区センター（8:00）市役所大麻出張所（8:15）		・胃がん 1,000 円（500 円） ※胃がん検診は 12/11、1/15、1/27 には実施していません。
見晴台自治会館（11:15）市役所正面玄関前（11:30）		・肺がん 300 円（200 円） ・大腸がん 500 円（300 円）
野幌鉄南地区センター（8:00）市役所正面玄関前（8:20）		・子宮がん頸部 1,000 円（500 円） ・子宮がん頸部・体部 1,500 円（800 円）
野幌公民館（8:00）※12月～3月は駐車場が使用できませんので、公共交通機関をご利用ください。		・乳がん 40～49 歳 1,400 円（700 円） ・乳がん 50 歳以上 1,200 円（600 円）
東大麻自治会館（11:15）大麻西地区センター（11:30）		・骨粗しょう症 400 円（200 円）
保健センター（11:15）市役所正面玄関前（11:30）		
がん検診を受ける方が対象 ※ご加入の健康保険によっては特定健診があわせて受けられる場合があります。 送迎バス検診 申込・会場 / 北海道対がん協会 札幌市東区北 26 条東 14 丁目 1-15 ☎ 748-5522 受付時間 / 平日 9:00～17:00 第 1・3 土曜日 9:00～12:20		

休日・祝日当番病・医院（救急・急病）

【診療時間】内科・小児科 9:00～17:00/ 外科系 9:00～翌朝 9:00

（■印の医療機関は診療時間が異なります。）

※都合により変更される場合があります。新聞紙上または北海道救

急医療情報案内センター（☎ 0120-20-8699、携帯電話からは 011-

221-8699）、江別市消防本部（☎ 382-5453）、江別医師会のホームペー

ジでご確認ください。

月/日	内 科・小 児 科	外 科 系
11/2(日)	□湊和会江別病院（内科のみ）野幌代々木町 81-6 ☎ 382-1111 □あずま子ども家庭クリニック（小児科のみ）野幌住吉町 25-10 ☎ 385-2500	□湊和会江別病院 野幌代々木町 81-6 ☎ 382-1111
3(月・祝)	□野幌病院（内科のみ）野幌町 53 ☎ 382-3483 □鈴木小児科医院 大麻扇町 3 ☎ 386-5303	□野幌病院 野幌町 53 ☎ 382-3483
9(日)	□みはらしクリニック 元江別 890-15 ☎ 384-3184	□江別谷藤病院 幸町 22 ☎ 382-5111
16(日)	■江別市立病院 若草町 6 ☎ 382-5151（診療時間 8:30～17:00）	■江別市立病院 若草町 6 ☎ 382-5151（診療時間 8:30～翌朝 8:30）
23(日)	□林内科 朝日町 3-26 ☎ 383-9816	□江別谷藤病院 幸町 22 ☎ 382-5111
24(月・祝)	□上江別内科胃腸科クリニック（内科のみ）上江別 427-1 マルエ上江別 2 階 ☎ 381-1188 ■とがし小児科 野幌松並町 25-2 ☎ 385-0150（診療時間 8:30～16:00）	□野幌病院 野幌町 53 ☎ 382-3483
30(日)	□ささなみ内科クリニック 野幌町 66-2 ☎ 382-3373	□湊和会江別病院 野幌代々木町 81-6 ☎ 382-1111
12/7(日)	□湊和会江別病院（内科のみ）野幌代々木町 81-6 ☎ 382-1111 □ウルトラ内科小児科クリニック（小児科のみ）大麻栄町 11-9 ☎ 688-8801	□湊和会江別病院 野幌代々木町 81-6 ☎ 382-1111
●産婦人科救急夜間相談 ☎ 622-3299【さんぶきゅうきゅう】 札幌市産婦人科救急電話相談（年間全日対応 19:00～翌朝 7:00）		
●江別市夜間急病センター ☎ 391-0022（錦町 14-5）内科・小児科（年中無休）診療時間 19:00～翌朝 7:00 受付時間 18:30～翌朝 6:30		



相談窓口の名称／内容。日時 会場・詳細

暮らし

●**一般相談**：日常の悩みや困りごとの相談を受け、助言や専門機関を紹介。月～金曜日 8:45～17:15 市民相談所 ☎ 381-1021

●**税務相談**（要予約）：税理士が相談を受けます。11/19（水）、12/17（水）13:00～16:00 市民税課 ☎ 381-1012 ※前月の1日から予約受付。

●**家庭生活悩みごと相談**：家族関係・対人関係・子育て・思春期など。月曜日 10:00～15:00 総合社会福祉センター ☎ 385-1234、水曜日 10:00～15:00 にこにこ相談室 ☎ 389-7830（総合社会福祉センター内）、木曜日 10:00～15:00 市役所大麻出張所 ☎ 382-4855

●**悩みごとテレホン相談**：家庭生活の諸問題について。火・金曜日 10:00～15:00 総合社会福祉センター ☎ 389-7830

●**消費生活相談**：消費生活の苦情や相談など。月～木曜日 9:30～16:30、金曜日 10:00～16:00 市役所第二別館 2階江別消費者協会 ☎ 381-1026、金曜日 10:00～16:00 市役所大麻出張所 江別消費者協会 ☎ 382-4855

健康

●**心の健康相談**（要予約）：精神科医師・保健師が相談を受けます。11/13（木）13:30～16:00 江別保健所 ☎ 383-2111 ※精神科受診歴のある方は要相談、前日 12:00 まで予約受付。

●**女性の健康相談**（要予約）：妊娠・出産をはじめ、女性特有の相談を受けます。11/11（火）13:30～15:30。江別保健所 ☎ 383-2111 ※前日 16:00 まで予約受付。秘密厳守。

●**親子健康相談**：12/3（水）13:30～15:00 保健センター ☎ 385-5252

●**へるすあっぷ相談**（要予約）：生活習慣病予防相談・栄養相談。11/10（月）、17（月）、25（火）、12/1（月）10:00～12:00 保健センター ☎ 385-5252

●**こころと体の健康相談**：保健師・栄養士が相談を受けます。月～金曜日 9:00～17:00 保健センター ☎ 385-5252

子育て・教育

●**乳幼児の子育て相談**：電話、来園、訪問で相談を受けます。月～金曜日 9:00～17:00 子育て支援センターすくすく ☎ 381-1714

●**子どもの発達相談**：子どもの発達について相談を受けます。月～金曜日 8:45～17:15 子ども発達支援センター ☎ 385-1015

●**子育てテレホン相談**：しつけ、思春期問題、親子関係など。月～金曜日 10:00～12:00 相談室（教育委員会内） ☎ 384-7005

●**家庭児童相談**：しつけ・言葉の遅れ・心身の問題・非行・いじめ・不登校など。月～金曜日 9:00～17:00 子ども家庭課 ☎ 381-1236

●**ひとり親・家庭相談**：身上相談やDV相談。月～金曜日 9:00～17:00 子ども家庭課 ☎ 381-1236

●**教育相談**（要予約）：臨床心理士（スクールカウンセラー）がいじめや不登校などの悩み相談を受けます。11/4、11、18、25、12/2 いずれも火曜日 10:00～12:00 少年指導センター（青年センター 2階サークル室 3） ☎ 384-7830

●**いじめ・不登校相談**：さまざまな教育相談を電話で受付。月～金曜日 10:00～17:00 少年指導センター ☎ 382-4044

●**子ども電話相談**：子どもの悩み事や心配事について電話で相談を受けます。月～金曜日 10:00～17:00 少年指導センター ☎ 384-7830

●**ヤングテレホン**：青少年の悩みごとや非行問題など。月～金曜日 13:00～17:00 相談室（教育委員会内） ☎ 383-8009

福祉

●**認知症の悩みごと相談**：江別認知症の人の家族を支える会が電話・面談にて相談を受けます。水・木曜日 10:00～15:00 いきいきセンターさわかち ☎ 387-5657。木曜日 10:00～15:00 総合社会福祉センター ☎ 389-7830

合社会福祉センター ☎ 389-7830

●**高齢者総合相談**：月～土曜日 8:45～17:15 江別第一地域包括支援センター ☎ 389-4144。月～金曜日 8:30～17:30、土曜日 8:30～12:30 江別第二地域包括支援センター ☎ 389-5420。月～土曜日 9:00～17:40 野幌第一地域包括支援センター ☎ 381-2940、月～金曜日 8:30～17:00、土曜日 8:30～12:30 大麻第一地域包括支援センター ☎ 388-5100

●**精神障がい回復者生活相談**：月～金曜日 10:00～15:00 あすか就労継続支援施設 ☎ 382-0660

●**障がい福祉相談**：障がいに関することなら何でも。月～金曜日 8:45～17:15 障がい者支援センター ☎ 802-5004

行政・法律

●**法律相談**（要予約）：弁護士が相談を受けます。11/14（金）、27（木）13:00～15:00 市民相談所 ☎ 381-1021 ※申込は、月初め平日初日 8:45 から電話で受付。各相談日先着 5 名。

●**人権相談**：いじめや差別など人権侵害にあたること。11/20（木）13:00～15:00 市民相談所 ☎ 381-1021

●**行政相談**：国の行政に関する意見や要望。11/27（木）13:00～15:00 市民相談所 ☎ 381-1021 ※当日随時受付。

その他

●**金融相談**（要予約）：中小企業者の経営、金融の相談を受けます。11/18（火）、12/2（火）10:00～15:00 江別商工会議所 ☎ 382-3121

●**犯罪被害者支援**：専門のカウンセラーを幹旋します。月～金曜日 9:00～17:15 市民生活課 ☎ 381-1093 ※秘密厳守。

●**若者就労相談**（要予約）：求職中の 39 歳以下（新卒者含む）の相談を受けます。11/14、21、12/5 いずれも金曜日 10:00～16:00 野幌公民館。11/28（金）10:00～16:00 コミュニティーセンター。申込・詳細・岩見沢地域若者サポートステーション ☎ 0126-25-0601（火～土曜日 10:15～17:15）



江別市立病院 今どきの養生ばなし No.259

変形性関節症（膝関節を中心に）

診療統括監 岸本 隆史

変形性関節症 ?? 『関節軟骨の変性と軟骨下骨の骨変化に始まり、進行するとそれらの破壊・変形をきたす事』と教科書では定義されています。これでは何のことかわかりにくいので変形性関節症について膝関節を中心に話したいと思います。

年齢と共に関節軟骨が硬くなり、ここに体重などの負担が継続的にかかることで軟骨がすり減ってきます。遂には軟骨周辺の骨にも影響を及ぼし、変形してしまう、この一連の流れが変形性関節症です。

正常



変形性関節症

軟骨がすり減り、関節のふちから骨棘がでる



変形性関節症は一次性と二次性に大きく分類されますが、ほとんどは原因になる疾患のない一次性です。そして、手指の関節や肩関節、股関節などさまざまな関節に生じますが、一般的には体重を支えて動く荷重関節に多い傾向があります。症状とレントゲン写真で診断するのですが、外来診療で最も多いのが脊椎の変形です。ただ脊椎の変形による症状（腰痛など）は残念ながら決定的な治療方法がなかなかありません。

次に多いのが膝関節です。膝関節は頻度が多く比較的治療の方法が確立されており、私の外来診療の中心的な疾患でもあります。長く歩くと膝に鈍痛や熱を感じる、正座が困難、階段の昇降が不自由、膝が腫れる等の症状を訴えて来院される方の多くは、変形性関節症による症状のことが多いです。女性に多く 60 歳以上の方の半数以上が何らかの症状を持っているといわれています。

治療は日常生活指導のみから関節内へのヒアルロン酸の注射、内視鏡による手術、人工関節置換などさまざまです。しかし、すり減った軟骨を治す確立された治療法は今のところなく、軟骨を修復する薬も魔法の治療も、現在のところ存在しません。

膝関節の痛みは日常生活の著しい障害になります。膝関節の痛みでお困りの方は是非一度、当院整形外科を受診してください。