あらかわキッズ・マザーズコール24　☎0120(536)883　妊娠中の方や18歳未満のお子さんに関する相談を24時間受け付けます

平日準夜間小児初期救急医療センター

診療時間が過ぎた平日の準夜間に、
小児を対象とした応急診療を行っています。
※受診の際には、必ず健康保険証、乳幼児・子ども医療証を持参してください

診療時間　(月)～(金)、午後7時～午後10時　※(祝)・(日)等を除く
※受け付けは、午後6時30分～午後9時30分

場　所　荒川区医師会館1階（西日暮里6-5-3）
☎(3893)1599

対　象　15歳未満の救急患者（急な発熱等）

問合せ　生活衛生課　☎内線421

休日診療当番医

※受診の際は、健康保険証を持参してください　※当番医は変更になる場合があります。確認のうえ、受診してください　※小さなお子さんは小児科を受診してください

【内科等】　診療時間（昼＝午前10時～午後5時、夜＝午後5時～午後9時）診療可能科目（内＝内科、小＝小児科、外＝外科、婦＝婦人科、整＝整形外科）

期日	昼	夜	科目	医療機関名	所在地	電話
6月11日(土)		○	内	かどた内科クリニック	南千住4－7－1	(5604)1517
		○	内	サン内科循環器クリニック	荒川4－1－1	(5604)9271
		○	内・小	小島医院	西日暮里6－57－2	(3893)8569
6月12日(日)	○	○	内・小	吉野内科・小児科医院	南千住5－7－1	(3807)0605
	○		整	田中整形外科	荒川7－7－18	(5850)8341
	○		内・小	武田内科小児科クリニック	町屋8－7－2	(3892)5324
	○	○	内	ういずクリニック西尾久	西尾久3－15－1	(5692)5850
	○	○	婦・内	白十字診療所	西日暮里2－19－10	(3802)3911
6月18日(土)		○	内・小	磯病院	南千住1－56－10	(3807)8171
		○	整	田中整形外科	荒川7－7－18	(5850)8341
		○	内	日暮里上宮病院	東日暮里2－29－8	(3891)5291
6月19日(日)	○	○	内	かどた内科クリニック	南千住4－7－1	(5604)1517
	○		外	荒川外科肛門科医院	荒川4－2－7	(3806)8213
	○		内・小	大泉クリニック	荒川6－41－4	(3895)7231
	○	○	内・小	熊野前医院	東尾久3－19－8	(3819)2535
	○	○	内	東京女子医科大学東医療センター日暮里クリニック	西日暮里2－20－1	(3805)7771

【歯科】　午前9時～午後4時（電話受け付け）

期日	医療機関名	所在地	電話
6月12日(日)	白鳥矯正歯科医院	南千住5－37－11	(3801)5581
6月19日(日)	横井歯科医院	西尾久5－23－8	(3810)3640

【眼科】は、東京都医療機関案内サービスひまわりにお問い合わせください

問合せ
- ●荒川区医師会　☎(3893)2331
- ●荒川区歯科医師会　☎(3805)6601
- ●東京都医療機関案内サービスひまわり<24時間>　☎(5272)0303
- ●東京消防庁テレホンサービス<24時間>　☎(3212)2323

鶏肉の生食による食中毒が多発しています

生肉には、食中毒の原因となる細菌がついています。細菌は、鶏の腸管内にもともといるもので、食肉処理の過程で肉の表面に付着します。新鮮な肉でも、生で食べれば食中毒の危険があるので、必ず加熱してから食べましょう。

食中毒の特徴

主な原因菌となるカンピロバクターは、他の食中毒細菌と比べて潜伏期間が2～7日と、長いのが特徴です。

主な症状　下痢・腹痛・発熱を発症し、まれに手足の麻ひ、呼吸困難等を起こすギラン・バレー症候群を発症します。

予防のポイント

- **生肉は食べない**
  鶏肉には生食用の基準がないため、国の基準に基づく生食用の鶏肉は流通していません。
- **肉は中心部まで十分に火を通す**
  中心部の色が、ピンクから白に変わるまでしっかりと加熱しましょう（中心温度が75℃、1分以上が目安）
- **生肉から他の食品（野菜、果物等）への汚染を防ぐ**
  - ▶冷蔵庫で肉を保管する時は、肉汁がもれないよう袋に入れる
  - ▶生で食べるサラダ等は、肉より先に調理する
  - ▶生肉の調理に使用した調理器具は洗浄・熱湯で消毒し、よく乾燥させる
  - ▶生肉を調理した後は、手をせっけんで十分に洗ってから他の食品に触れる

相談・問合せ　生活衛生課（区役所北庁舎1階）　☎内線428

統合失調症という病気を知っていますか

統合失調症は、およそ100人に1人の割合でかかると言われており、発症年齢は、15～40歳が多くなっています。

主な症状

- ▶**初期症状**…不眠やイライラ、はっきりとしない不安、強い焦り、さまざまなことに敏感になる等の不調を訴えます。
- ▶**次第に現れる症状**…妄想や幻聴、独り言等が現れます。

治療方法

医療機関での薬物療法が基本です。早期に治療するほど回復も早く、療養とリハビリにより、普通に生活することができるようになります。入院治療が必要な場合もありますが、通院治療が主流となっています。

家族の役割

本人が受診を拒否しているときは、家族で医療機関に相談し、どんな病気なのか、どんな治療が適しているかをきちんと理解しましょう。病気の回復・症状の安定のためには、家族の関わり方がとても重要です。

一人で悩まず、相談を

こころの病気かもしれないと悩んだ時は区の「こころの健康相談」をご利用ください。区では、精神科医による個別相談（予約制・無料）のほか、保健師による相談を随時受け付けています。

相談・問合せ　健康推進課（がん予防・健康づくりセンター2階）　☎内線432

マイナンバーカードについてのお知らせ

マイナンバーカードの交付時期について

現在、2万枚を超える申請をいただいていることや、マイナンバーカードを管理する全国システムのトラブル等により、マイナンバーカードの交付には、申請から5か月～6か月の期間を要する状況です。

予約の時に必要となる交付通知書は、交付の準備が整った方に順次発送しています。6月11日現在、平成27年12月中旬に申請した方の分を発送しています。

※交付時期の目安は、荒川区ホームページに掲載しています。通知発送数を増やす等、改善に努めています。ご理解とご協力をお願いします

問合せ　荒川区マイナンバーコールセンター
☎0120（01）1712
※午前8時30分～午後8時

地域見守り活動に関する協定を締結

区は、高齢者や児童を見守り、地域の安全安心を高めるため、日常業務で地域を巡回する機会の多い民間事業者と地域見守り活動に関する協定を5月31日に締結しました。

今後とも区民が安心して暮らしていける地域社会づくりを目指していきます。

問合せ▶高齢者福祉課　☎内線2661　▶生活安全課　☎内線494

協定締結先（順不同）

1	荒川区新聞販売同業組合	7	東京ほくと医療生活協同組合
2	株式会社セブン－イレブン・ジャパン	8	東京ふれあい医療生活協同組合
3	生活協同組合コープみらい	9	東京電力パワーグリッド株式会社上野支社
4	生活協同組合パルシステム東京		
5	東都生活協同組合	10	布亀株式会社
6	北東京生活クラブ生活協同組合	11	ヤマト運輸株式会社北東京主管支店