

発熱などの症状があるときは「かかりつけ医」に電話で相談を ～新型コロナとインフルエンザなどの感染拡大を防ぐために～

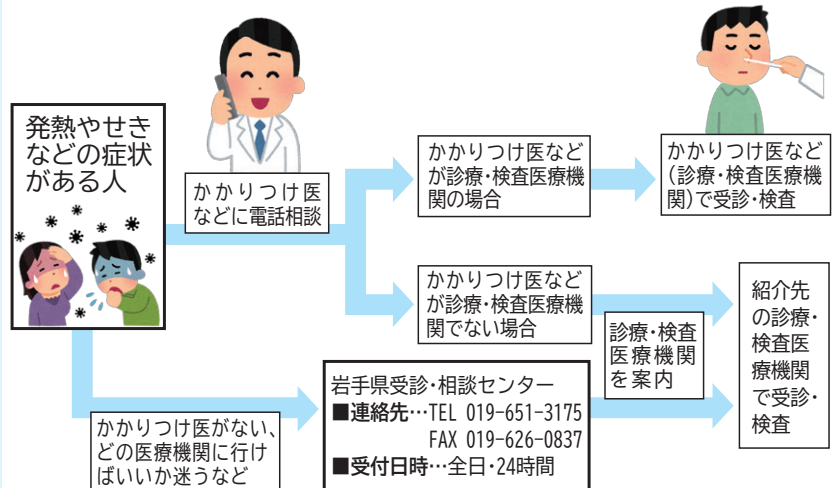
今年の冬は発熱した場合、新型コロナウイルスやインフルエンザウイルスの感染、風邪などさまざまなことが考えられます。もし発熱などの症状があったときは、受診前に必ず電話で「かかりつけ医」に相談してください。電話相談なく直接医療機関に行った場合、二次感染が発生するおそれがあります。感染拡大を防ぐために皆さんのご理解とご協力をお願いします。

なお、発熱などが無い人で新型コロナウイルス感染症に関する照会・相談などは、次の機関で受け付けています。

■一般相談窓口…岩手県新型コロナウイルス感染症相談窓口 ☎019-629-6085(受付時間:全日、9時～21時)

■問い合わせ…健康増進課 ☎72-8315

《 発熱などの症状がある人の相談・受診の流れ 》



～コロナ禍でも必要な受診を～

新型コロナウイルス感染の懸念などにより、医療機関の受診を控える傾向が見られますが、持病の治療や予防接種などによる健康管理は重要です。自己判断で受診を控えると、慢性疾患の症状悪化や免疫力低下によりウイルスに抵抗できない状態になることがあります。



健康維持のため、適切に医療機関を受診しましょう！

- ・過度な受診控えは健康上のリスクを高めてしまう可能性があります。
- ・コロナ禍でも持病の治療、子どもの予防接種などの健康管理は重要です。
- ・健康に不安があるときは、まずかかりつけ医に相談しましょう。

■問い合わせ…健康増進課 ☎72-8315

かしこく歳を重ねるための豆知識

くらし・健康づくりに役立つ情報をお届けします！
問)長寿介護課 ☎72-8221



きたかみいきいき体操で 感染症に負けない身体づくりを！

筋力運動などの運動習慣を持つことは、筋力向上や認知症予防だけでなく、感染症などの病気にかかった際に重症化させないためにも重要です。

そこで、自宅で誰でも効果の高い運動を行うことができるように、高知市発祥の体操の北上版として体操動画「きたかみいきいき体操」を制作しました。すでに12月から北上ケーブルテレビで放送しているほか、YouTubeの北上市公式チャンネルでも配信しています。また、グループで取り組むことで楽しく運動を続けることができます。3人以上で定期的に取り組むグループにはDVDを貸し出しますので、希望する場合は長寿介護課まで申し込みください。



北上にちなんだキャラクターたちが大集合



子どもからお年寄りまで取り組める運動です



「きたかみいきいき体操」の動画はこちらから



休日当番医(9時~17時)

月日	当番医	当番医
12月27日(日)	きたかみ駅前内科クリニック 大通り一丁目3-1 2階 ☎61-3372	菅整形外科医院 上江釣子16-51-2 ☎77-5110
12月29日(火)	いとう内科胃腸科医院 大通り三丁目1-9 ☎64-1795	斎藤医院 川岸三丁目21-38 ☎64-0021
12月30日(水)	茂木内科医院 本通り一丁目7-12 ☎61-0222	大内眼科クリニック 柳原町四丁目17-39 ☎64-0100
12月31日(木)	田郷医院 さくら通り三丁目14-25 ☎72-7282	斎藤産婦人科医院 諏訪町二丁目6-37 ☎64-2136
1月1日(金)	黄木医院 上江釣子15-60-2 ☎77-2211	根本小児科医院 芳町6-5 ☎63-4687
1月2日(土)	むらさきのクリニック 村崎野15-150-1 ☎71-3555	きたかみ皮膚科スキンケアクリニック 大曲町1-2 ☎64-6003
1月3日(日)	すかい胃腸科内科クリニック 上江釣子7-98-1 ☎71-5577	安部医院 大通り一丁目11-23 ☎64-2927
1月10日(日)	立正堂医院 相去町西野32-1 ☎67-2708	千田クリニック 大堤北一丁目5-8 ☎71-2455
1月11日(月)	きたかみ腎クリニック 柳原町四丁目15-9 ☎61-5700	ひらのこどもクリニック 上江釣子17-219-1 ☎71-5800
1月17日(日)	みなみ内科クリニック 鬼柳町荒高35-1 ☎62-3730	さくらの内科クリニック 大曲町7-20 ☎61-5060
1月24日(日)	中島医院 中野町三丁目2-8 ☎65-6151	いわぶち脳神経クリニック さくら通り二丁目2-25 ☎65-3661
1月31日(日)	かさい睡眠呼吸器クリニック 堤ヶ丘一丁目9-32 ☎61-6590	斎藤整形外科 諏訪町二丁目6-41 ☎65-3441

※発熱などがある場合は、必ず事前に電話相談のうえ受診してください。
 休日当番医などは変更になることがあります。保険証を忘れずに持参してください。

日曜日当番整骨院(9時~17時)

月日	施術所	月日	施術所
12月27日(日)	山内接骨院 有田町11-32 ☎63-6505	1月17日(日)	佐藤整骨院 大通り一丁目6-8 ☎63-3725
1月3日(日)	うえのまち整骨院 上野町三丁目3-2 ☎61-4221	1月24日(日)	大和接骨院 常盤台一丁目20-1 ☎63-8611
1月10日(日)	大河原整骨院 本通り三丁目1-26 ☎65-0104	1月31日(日)	土川整骨院 上江釣子19-61 ☎77-3239

休日当番歯科(9時~12時)

月日	歯科	月日	歯科
12月30日(水)	立正堂医院歯科 相去町西野32-1 ☎62-6003	1月3日(日)	わたなべ歯科 常盤台二丁目13-37 ☎61-2911
12月31日(木)	六本木歯科医院 さくら通り三丁目23 ☎64-6489	1月17日(日)	あかさか歯科クリニック 花園町二丁目5-15 ☎63-3461
1月2日(土)	和賀歯科医院 中野町三丁目2-4 ☎65-3000		

※第3週目以外の日曜日には開院している歯科があります。

休日当番薬局(9時~17時)

月日	薬局	薬局
12月27日(日)	さくら薬局北上村崎野店 村崎野17-170-2 ☎81-4545	くるみ薬局 上江釣子16-151-1 ☎72-5017
12月29日(火)	コノハ薬局 大通り二丁目396 ☎61-0575	サカモト薬局北上店 大通り三丁目11-26 ☎62-6466
	銀河薬局村崎野店 村崎野17-171 ☎66-7121	
12月30日(水)	佐藤薬局 本通り一丁目8-33 ☎63-3141	おおぞら薬局 柳原町四丁目15-29 ☎65-2202
	サカモト薬局北上店 大通り三丁目11-26 ☎62-6466	銀河薬局村崎野店 村崎野17-171 ☎66-7121
12月31日(木)	さくら通り薬局 さくら通り三丁目3-10 ☎72-5155	テルス調剤薬局 九年橋三丁目17-17 ☎61-3757
	中央調剤薬局岩手県立中部病院前支店 村崎野17-22-1 ☎68-4976	
1月1日(金)	キセキレイ薬局 上江釣子15-57-2 ☎72-7735	ひまわり薬局 芳町7-20 ☎63-6877
	テルス調剤薬局 九年橋三丁目17-17 ☎61-3757	中央調剤薬局岩手県立中部病院前支店 村崎野17-22-1 ☎68-4976
1月2日(土)	ファースト調剤薬局北上済生会病院前店 九年橋三丁目18-5 ☎61-2838	とちのき薬局 大通り三丁目8-12 ☎61-3886
	さくら薬局北上村崎野店 村崎野17-170-2 ☎81-4545	
1月3日(日)	ウィル調剤薬局 上江釣子7-97-1 ☎71-5533	いずみ薬局 青柳町一丁目5-10 ☎63-7353
	ファースト調剤薬局北上済生会病院前店 九年橋三丁目18-5 ☎61-2838	さくら薬局北上村崎野店 村崎野17-170-2 ☎81-4545
1月10日(日)	ほのほの薬局 相去町相去51 ☎71-2727	つくし薬局大堤店 大堤北一丁目6-30 ☎67-0211
	中央調剤薬局岩手県立中部病院前支店 村崎野17-22-1 ☎68-4976	
1月11日(月)	まちぶん調剤薬局 柳原町四丁目15-8 ☎65-7810	あんず薬局 上江釣子17-218-2 ☎71-5665
	銀河薬局村崎野店 村崎野17-171 ☎66-7121	すずらん薬局 北鬼柳22-36-11 ☎61-2277
1月17日(日)	さくら薬局北上村崎野店 村崎野17-170-2 ☎81-4545	かたくり薬局 大通り四丁目3-1 ☎61-3351
	イオン薬局江釣子店 北鬼柳19-68 ☎62-7001	
1月24日(日)	中央調剤薬局岩手県立中部病院前支店 村崎野17-22-1 ☎68-4976	きたかみ中央薬局 さくら通り二丁目2-28 ☎65-7550
	かすみそう薬局 堤ヶ丘一丁目9-8 ☎62-3801	ファースト調剤薬局 諏訪町二丁目5-42 ☎61-3023
1月31日(日)	銀河薬局村崎野店 村崎野17-171 ☎66-7121	