



休日当番医

市医師会の休日当番医がホームページで検索できます。アドレスは <http://maebashi.gunma.med.or.jp/>、携帯電話の場合は <http://maebashi.gunma.med.or.jp/i/> です。

夜間急病診療所 朝日町四丁目9-5 243-5111
午後8時～午前0時 内科と小児科

救急病院等案内(消防本部内) 221-0099

	4月17日	4月24日	4月29日
内 科	嵯峨小児科医院 青柳町 (児) 232-1188	石倉町こどもクリニック 石倉町五丁目 (児) 253-6600	神辺小児科 大利根町二丁目 (児) 252-8278
	福音堂栄光診療所 駒形町 (内) 266-6188	松本内科医院 日吉町三丁目 (内) 231-4728	飯塚医院 荒口町 (内) 268-5600
	栗原内科医院 上佐鳥町 (内) 265-3113	野町医院 総社町植野 (内児) 251-1300	杉本病院 六供町一丁目 (内) 223-2061
外 科	大塚内科医院 三俣町一丁目 (内児) 231-2399	下大島医院 下大島町 (内) 266-0086	前橋北病院 下細井町 (内) 235-3333
	岩崎外科医院 六供町 (外脳外) 223-7823	中島医院 小屋原町 (外) 266-1601	積心会富沢病院 朝日町四丁目 (整) 224-3955
	こぶな整形外科医院 後閑町 (整) 261-7600	高柳胃腸科外 科 荻窪町 (外) 269-8880	菅谷泌尿器科皮膚科医院 西片貝町五丁目 (外泌) 243-5525
婦人科	中野産婦人科医院 国領町二丁目 233-5588	産科婦人科小川医院 高崎市赤坂町 027-322-0595	宮崎産婦人科医院 朝倉町一丁目 263-1155
耳鼻科	田口耳鼻咽喉科医院 表町二丁目 224-3424	耳鼻咽喉科古川雅子診療室 高崎市八島町 027-322-1415	斎藤クリニック耳鼻科 日輪寺町 235-8880
眼科	青木眼科医院 住吉町二丁目 231-3707	さかもと眼科 高崎市江木町 027-327-2839	すがの眼科古市クリニック 古市町一丁目 210-8181
勢多郡医師会	堺堀整形外科医院 富士見村 260-5125	田所医院 二之宮町 268-2128	桐生整形外科医院 茂木町 283-6388
	江沢医院 粕川町女渕 285-6777	星野医院 新里村 0277-74-8439	恵愛堂クリニック 新里村 0277-74-2311
歯科	日曜・祝日は歯科医師会館 岩神町二丁目19-9 237-3685 ・午前10時～正午、午後1時～3時		

休日当番

薬局	日曜・祝日は市薬剤師会会員薬局 紅雲町一丁目2-15 223-8400 ・午前9時30分～午後6時
接骨院	上泉接骨院 上泉町 231-2226
	北條接骨院 嶺町 269-8050
鈴木接骨院 朝倉町三丁目 263-0699	
羽鳥接骨院 下細井町 234-2312	
わたなべ接骨院 富士見村 288-9996	
藤井接骨院 駒形町 266-7088	

日時＝5月13日・20日・25日
、午前9時30分) 正午 会場
"前橋保健センター(朝日町三
丁目) 対象＝一般 先着二十人
内容＝保健師・栄養士の話
運動実習など 申し込み＝5月6
日までに同センターへ
:問い合わせは同センター
233 8844へ。

県保険協会では二十四時間
9時 談 4月6日 (小児科と内科)・
14日 (歯科) 午後7時30分
得 水曜=勤労者の帰宅恐怖症候群
火曜=うつ病の人への援助の心
金曜=不眠と睡眠薬
土曜=心の健康を取り戻すた
めに
直接相談タイム=医師が直接相
談 4月6日 (小児科と内科)・
14日 (歯科) 午後7時30分

の健康テレホンサービスを行つ
ています。インターネットでは
この原稿の検索とホームページ
上で回答する健康相談が利用可
能。アドレスは <http://www.rajin.com/kanko/> です。
月曜=うつ病の知識
火曜=うつ病の人への援助の心
得 水曜=勤労者の帰宅恐怖症候群
火曜=初老期の心の悩み
金曜=不眠と睡眠薬
土曜=心の健康を取り戻すた
めに



骨粗しょう症つてどんな病気

骨粗しう症は年をとつて
背中が丸くなる、背が縮む、
腰が痛むなどの症状が出る病
気。骨の中のカルシウムが減
つて、スカスカになることが
原因です。閉経後の女性に多く、
加齢とともに患者数は増
加。背骨や大腿骨を骨折しやす
く、寝つきの原因にもなるた
め、予防が大切です。

骨は新陳代謝を繰り返してい
るので、壊す方が、作る方より
多くなると、骨の量が減つて弱
くなります。普段からカルシウ
ムを取るよう心がけましょう。

カルシウムは乳製品、魚、緑葉
色野菜に多く含まれます。配合
食品やサプリメントに頼らず、
タミンDは腸からカルシウムを

吸収する手助けになります。
魚介類に多く含まれますが、
日光浴でも合成されます。
さらに、散歩など適度の運
動も大切です。週に二、三回
でも効果があります。また、
アルコールやコーヒーの飲み
過ぎ、極端なダイエット、運
動不足、早期閉経、ステロイ
ド薬の内服、胃の切除などに
は注意が必要です。

最近は骨の量を増やす薬も
あります。背が縮むなどの症
状がある人は、専門医に相談
してください。

(前橋市医師会 深沢直樹)