

親切、丁寧
床屋が、あります。
 待たずに出来る「予約制」の店です。(城山団地内)

- 大人カットのみ ￥1,700より
(シャンプー・えり剃付)
- 子供丸刈りのみ ￥500より
- 小・中・高生カットのみ ￥1,000より
- 男・女 顔剃りのみ ￥1,000より

パーマ・白髪染め・ヘアダイ
 トリートメント(毛髪・頭皮用)
 シャンプーのみも承ります。

営業時間 am8:00～pm6:00 ■定休日：不定休

予約優先 理容室
 ご利用の際は、事前にお電話をお願いします。

☎(0994) 32-6538 **結**
 垂水市市木926-12

2020年度 鹿児島県
 注文住宅完工ランキング
第1位
 3年連続首位達成!
 2018年、2019年、2020年
 ※東京経済株式会社 鹿児島支所調べ

『完全』自由設計

株式会社 七呂建設
 鹿屋支店
 〒893-0013 鹿屋市札元2丁目3661番
 TEL 0994-45-6172

歓送迎会は 焼肉パーティーは いかが？
大衆焼肉よしで

■赤身盛り + 飲み放題 3時間付コース
 ■ホルモン盛り
 ■サラダ
 ■ペのラーメン
4,500円
 ☆お1人様+500円でお刺身もご準備いたします!!

よし自慢のお肉をお家でも!

■肉屋の肉盛り
 ■赤身盛り 3300円(税込)～
 ■赤身・ホルモンミックス盛り 5500円(税込)

■よしの塩もつ鍋(2人前) 2500円～
 (※以降1人前追加1100円でできます)
 内容：牛もつ・とりもも・野菜
 豆腐・スープ・ペのラーメン

換気バッチリの焼肉店で宴会しませんか?
【ディナー】 17:30～ 大衆焼肉 よし
 垂水市上町127番 TEL 0994-32-1715

★Farm to Table TARUMIZU ★大衆焼肉よし
ホールスタッフ キッチンスタッフ 大募集

時給 950円～980円 (研修期間中は880円)
 9時～15時/17時～22時 (シフト制、時間など相談ください)
 交通費、雇用保険 その他相談ください
土日祝日のみ+平日のみ大歓迎!!

★宮田商店★ 勤務時間：1日3～4時間
事務員募集!! 時給：880円
 ●仕事内容：帳簿の整理や簡単な書類の整理

垂水市浜平2036番地6 (道の駅たるみずはまびら内/1F) Farm to Table TARUMIZU) 担当：ツネオカ ●株式会社宮田商店
TEL.0994-32-1155

スタッフ募集!!
 ●明るく元気なラーメン屋を
 目指し奮闘中!!
 ●ランチタイムのみ、ディナー
 タイムのみ大歓迎!!
 ●誰でも覚えやすい調理
 マニュアルです。

時給 950円～980円
 研修期間有り (研修期間中は880円)
お問い合わせ TEL 0994-32-6688 垂水市上町127 (焼き鳥 宮田屋 跡)



公益財団法人慈愛会と垂水市の包括連携協定のもと、今村総合病院の医師の皆様にご協力いただき、市民の皆様の健康増進及び子育て支援啓発を目的に、4カ月に1回、皆様にお伝えしたい情報をコラム掲載いたします。

どのような症状の時に産婦人科を受診したらいいの？

垂 水市の女性の方々は、産婦人科は市外で遠いため、妊娠出産以外で受診したことが無いという方も多いのではないのでしょうか。今回は、どのような症状がある時に早めに産婦人科を受診した方がいいのかについてお話しします。

①生理痛がひどい

生理痛の正しい対処方法は、生理中に腰やお腹を温めることと痛み止めを我慢せず早めに内服することです。1日3回痛み止めを飲んでも生理痛で学業や仕事に支障がある時は、子宮内膜症等の婦人病も疑われます。産婦人科ではホルモン剤等、将来の妊娠に影響せず生理痛に良く効く薬が処方出来ます。

②生理の出血量が多い

まず自分の生理の出血量が多いかのチェックをしましょう。

- ・ナプキンを1～2時間毎交換する
- ・昼でも夜用ナプキンを使用する
- ・ピンポン球以上の血塊がでる
- ・以前より生理の量が増えてきている
- ・採血で貧血と言われたことがある

これらの症状が1つでも当てはまる方は、子宮筋腫など子宮の病気の可能性があります。貧血で気分が悪くなって交通事故を起こしては大変です。

③いつもの生理とは違う出血がある

20歳以上の方は癌が隠れている恐れがありますので、少量でも不正出血がある時は早めに受診をしましょう。毎年子宮頸がん検診を受けている方も、40歳以上では子宮体がんの検査が必要です。



今村総合病院産婦人科専門医
貴島 佳子

「一人でも多くの鹿児島県の女性に幸せになって頂きたい」をモットーに、産科・婦人科疾患を中心に患者様に寄り添った診療を行っている優しい先生です。

④かゆみ・おりもの・陰部のできもの

デリケートゾーンの症状がある時は、検査や治療が必要なサインです。気になる症状がある時は何でも産婦人科医にご相談ください。

⑤更年期障害？心身の不調

更年期には様々な心身の不調が生じやすくなります。糖尿病等の病気も増えてくる年齢でもあります。長引く不調を感じたら、まずはかかりつけ医を受診し必要な検査を受けましょう。何も異常が見つからない時は、産婦人科でホルモン補充療法や漢方療法が受けられます。

⑥生理が3か月止まっている

42歳以下で3ヶ月以上生理が止まっている時は、検査治療が必要です。思春期のお子さんは生理が不順な事が良くありますが、3ヶ月以上生理が無いと、将来の骨粗しょう症のリスクが高まる可能性があります。いつ生理があったかをメモして、3ヶ月以上生理が無い時は早めに婦人科を受診しましょう。

⑦1年間妊娠しない

子作りを開始して1年妊娠しない時は、早めに不妊治療を行っている産婦人科を受診しましょう。妊娠率は37.5歳を過ぎると低下していきます。妊娠しやすい時期を逃さないように、早めの行動を心がけましょう。

⑧下腹部の痛み

内科外科で検査をしても異常が無い時は、子宮や卵巣の病気の可能性があります。クラミジア等を放置すると将来の不妊の原因になる病気もあります。

特に症状がない方は、垂水市の子宮頸がん検診を年1回受けましょう。がんは症状がない早期に発見治療することがとても大切です。20歳以上の方は、年1回の子宮頸がん検診を受けて下さい。

☎保健課健康増進・元気プロジェクト係 ☎内線 138