

マスクによる肌トラブル

マスクが欠かせない生活になってしまっている毎日、マスクによる肌トラブルが増えております。大きく分けて2つのトラブルがあります。

- ①マスク皮膚炎
- ②ニキビ

どちらもマスクによる機械的な刺激により、肌を守る皮脂が取れてしまい、また表層の角質が傷んでしまって、皮膚のバリア機能が低下してしまうことが原因のようです。コロナ対策としては不織布マスクの方が上ですが、柔らかい布マスクの方が、ことデリケートな肌にとっては優しそうです。またマスク着用時と、マスクを外したときの肌環境にあまりに差があり、肌の調節機能が追いつかないことも理由としてあるかもしれません。つまりマスク使用時には高温多湿で肌が蒸れてしまって、皮脂腺が活発化します。その一方で、マスクを外すと関東地方の冬はなんと、サハラ砂漠よりも乾燥している日もあるのです。コロナやインフルエンザ対策にもなりますので、この冬はご家庭でも加湿に留意してください。さらに、乾燥すると実はニキビも悪化してしまいます。そのため朝晩、クリームや乳液などでお肌の水分を保持するようにしましょう。マスクは小さすぎても、大きすぎても、使い古しのポサポサでも、こすれて肌には刺激になってしまいます。不織布マスクに布を一枚はさむのも効果的です。皮膚は果物の桃のようにデリケートなものです。決して爪で掻いてしまったり、洗顔しすぎてこすってしまったり、くれぐれもなさらないようにしましょう。

吉川松伏医師会 美なみ形成皮フ科 みずぬままさなり 水沼 雅齊先生

集団がん検診の予約は4月から始まります

保健センターで行う集団がん検診は、はがきでの事前予約が必要です。詳細は、広報よしかわ4月号と一緒に配布する「令和3年度がん検診等のご案内」をご確認ください。

※令和3年度から「保健事業のご案内」は「がん検診等のご案内」に名称を変更します。

受付期間:4月1日困～

検診の種類:胃がん、乳がん、子宮頸がん



風しん抗体検査および風しん定期予防接種のクーポン券の有効期限を延長します

延長期限:令和4年3月31日困まで

対象:昭和37年4月2日から昭和54年4月1日生まれの男性

※クーポン券がお手元がない方には発行しますので、健康増進課までお問い合わせください。



風しんは、成人がかかると症状が重くなることがあります。ぜひ、クーポン券を使って風しん抗体検査と予防接種を受けましょう。



詳細はこちら

保健センターからのお知らせ

健康相談(会場は保健センター)

乳幼児健康相談

日時:4月19日(木)午前9時30分～10時30分、15分間隔で予約を受け付けています。

休日当番医診療(急患のみ)

日時:日曜午前9時～午後5時

場所:吉川中央総合病院 ☎982・8311

※電話確認の上、受診してください。

小児時間外診療(当番医輪番制)

日時:平日午後7時～9時30分まで受け付け

※当番医の確認は、広報よしかわ9月号と一緒に配布した「小児時間外診療体制についてのお知らせ」か市ホームページを確認、または市役所、消防署へお問い合わせください。当番表は下記QRコードからご覧いただけます。

問合せ:市役所 ☎982・5111、吉川消防署

☎982・3931、☎982・3917

救急の場合 ☎119



県休日夜間児童虐待通報ダイヤル

児童相談所全国共通ダイヤル ☎189

「虐待かも」と思ったら189(いちはやく)へ。24時間365日つながります。

埼玉県救急電話相談

受付時間:毎日24時間

専用ダイヤル ☎#7119、☎048・824・4199

無料口腔衛生相談(要予約)

3月の当番医(吉川歯科医師会)

●たかせ歯科医院 ☎983・1182

●だて歯科クリニック ☎983・8148

※電話予約の上、来院してください。

献血情報 越谷レイクタウン献血ルーム

受付時間

【成分献血】 午前9時45分～午後4時30分

【400・200ml献血】 午前9時45分～午後5時30分

問合せ: ☎048・987・3737

※健康診査(4カ月・1歳8カ月・3歳4カ月)および7カ月児健康相談については、市ホームページをご確認ください。