

私のカルテ

No 3 3 3

0.1mmの受精卵から体長50cmの新生児へ
劇的な変化を支える妊娠中の体の変化津島市民病院
産婦人科医師
丹羽 優莉

非妊時の子宮は鶏卵大で約50gの小
さな臓器です。しかし、妊娠末期には重
さは20倍(約1000g)、容量は800
倍(約4000ml)にも増大します。そ
して、その子宮の中で育つ受精卵は、大
きさ0.1mm、重さ100万分の1gから
スタートし、妊娠末期には50cm(約50
00倍)、3000g(10億倍)の胎児へ
と成長し、約40週間の時を経てこの世
に誕生します。

妊娠といつこんな劇的な変化を支え
る体の中では通常では考えられないよ
うなダイナミックな変化が起きていま
す。そのごく一部を紹介します。

まず体重の変化ですが、妊娠中には
短期間に20%もの体重増加が起こりま
す。だいたい50kgの人は60kgになりま
す。その体重増加の一部が血液の増加によ
るもので、約40%増加します。このため
心臓には大きな負担がかかります。ふつ
うの状態の1.4倍の血液を送り出し
ているのですから。そして出産時の出

血に備えて、血を固めるための因子が
約2倍に増加します。そのため血液は
通常より粘度が高まります。固まりや
すいどろどろの血になるため血栓がで
きやすくなってしまうのです。さらに、赤
ちゃんが成長するのに必要な糖分を得
やすいように、母体のインスリン(血糖
を下げるためのホルモン)の効きが悪く
なります。これに伴って、お母さんの血
糖は通常より高くなりやすいのです。
そして、陣痛が始まれば、陣痛ごと
に子宮内にある約700mlの血液が全
身の血管に送りだされます。つまり陣
痛が来る2〜3分ごとに血管内の血液
が700ml増減することになり、ここで
また心臓には大きな負担がかかります。

先にあげた例は、ごく一部なのですが、
このように妊娠中には病的状態と言っ
ていいくらい大きな変化が全妊婦の
体の中で起こります。これらの変化は
妊娠期間や陣痛期間が比較的短期間の
ため、多くの方が乗り切れます。でも一

部の方ではこの劇的な変化への適応がで
きず場合によっては命に関わることも
あるのです。血液量の極度な増加によ
り心不全になったり、血液粘度が高まる
ため血栓ができたり、インスリン開発以
前の糖尿病合併妊婦は高血糖が由来の
病態で多くが命を落とされたり、そう
でなくとも巨大児となつて帝王切開が
なければ母児ともに致命的という時代
がありました。

2008年の地球上での妊産婦死亡
は約10万分の251(400人に1人)
の確率で起こっていたとの報告があり
ます。ある産婦人科教授はこの頻度(4
00分の1)は、仮に飛行機事故すべて
が離発着時に起こるとすると羽田空港
で毎日約2.5機が着陸失敗炎上の確
率(!!)に相当するとたとえていました。

もちろん国別にみると65分の1〜2万
分の1とかかなりの差があるようですが、
上に述べたようなどんな妊婦さんにも
起こる体の劇的な変化や妊娠特有の合
併症により、医学的介入がなければ高

い確率で妊産婦死亡が起こることは確
かなのです。上記のことは「生命再生産
は好都合な遺伝子を後世に伝えるため
の過酷な自然選択の場」とも言われて
います。

妊娠は病気ではないのですが、病的
状態に似たダイナミックな変化を全身
にもたらします。妊婦健診で血圧を測つ
たり、尿検査や時に血液検査を行つたり
するのは、赤ちゃんの発育だけでなく、
母体の状態がよいかどうかを評価する
ためなのです。元気だから、ということ
で時に妊婦健診をスキップされてしま
う方もいますが、潜在的なリスクを把握
するためにも妊婦健診はぜひ受けてく
ださいね。



2月の母子健康診査、BCG予防接種、教室のお知らせ

場所・予約・問い合わせは保健センター

種別	日	受付時間(開催時間)	対象	定員	持ち物
HAPPYマタニティ(妊娠編)	21(日)	午前9時45分～10時 (午前10時～11時40分)	妊娠中の方とその家族 内容:妊娠中の食事や母乳育児についての講話、お父さんの妊婦体験、交流会	40人 予約制	母子健康手帳
離乳食後期	24(水)	午前9時45分～10時 (午前10時～11時30分)	教室開催月に9～12カ月頃になるお子さんをもつ保護者 内容:離乳食後期から完了期のお話と試食など	20人 予約制	母子健康手帳 仕上げ磨き用歯ブラシ
BCG予防接種	9(火)	午後1時20分～2時 (指定された時間)	生後1歳に至るまでのお子さん *対象者に個別通知をします	—	母子健康手帳 BCG予診票
4カ月児健康診査	3(水) 17(水)	午後1時～2時30分 (指定された時間)	生後4カ月を過ぎたお子さん *対象者に個別通知をします (1歳未満まで受診可)	—	母子健康手帳 問診票
1歳6カ月児健康診査	4(木) 18(木)	午後1時～1時45分	平成26年7月生のお子さん *対象者に個別通知をします (2歳未満まで受診可)	—	母子健康手帳 問診票
2歳児歯科健康診査	25(木)	午後1時～1時45分 (指定された時間)	平成26年2月生のお子さん (3歳未満まで受診可)	40人 予約制	母子健康手帳、問診票 タオル 仕上げ磨き用歯ブラシ
3歳児健康診査	5(金) 19(金)	午後1時～1時45分	平成25年2月生のお子さん *対象者に個別通知をします (4歳未満まで受診可)	—	母子健康手帳 問診票 視力・聴力アンケート

☆健康診査はすべて1～2時間程度かかります。健康診査を受けていない方は、保健センターの保健師がご家庭を訪問します。

☆3歳児健康診査では当日会場で尿検査を実施します。

☆麻しん(はしか)、風しん(三日ばしか)、水痘(水ぼうそう)、流行性耳下腺炎(おたふくかぜ)、インフルエンザ、とびひ等にかかっている方は、医師の許可が出てからお越しください。

☆予約制の場合は、定員になり次第締め切らせていただきます。

☆暴風警報等が、愛知県西部地方に発令された場合は実施できないことがありますので、保健センターにお問い合わせください。

★あなたの健康づくりを応援します ★看護師・保健師・管理栄養士・歯科衛生士が担当します

健康ホットライン ☎27-1021(相談専用です)	ご自身や家族の健康について、また、育児に関する ことを専用電話で、保健師が相談をお受けします。	月～金(祝日を除く) 午前9時30分～11時
健康相談	生活習慣病など健康に関すること。 血圧・尿・体脂肪・喫煙度チェックもできます。	月～金(祝日を除く) 午前9時～午後5時 *要予約 電話相談可
こころの健康相談	こころの不調への早期対応、予防に関すること。	
お口の健康相談	歯みがきの方法等、歯科に関すること。	
体力チェック	簡単な体力測定で、体力年齢がわかります。	
家庭訪問	ご家庭に訪問して、相談をお受けします。	1月15日(金)、2月19日(金)、 *上記以外の日程でも相談可能
栄養相談(要予約)	食生活に関する相談を管理栄養士がお受けします。	

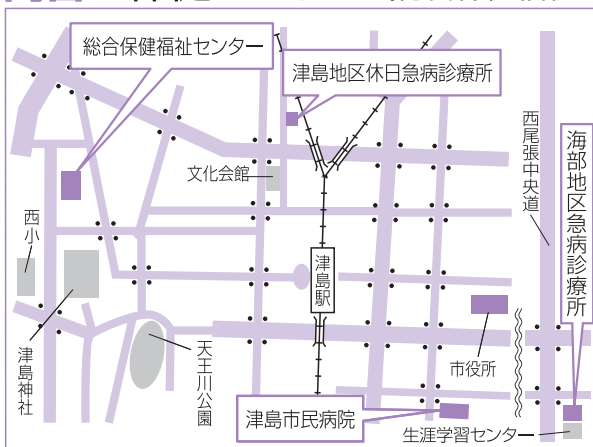
くすり安心電話

津島海部薬剤師会
会員が、緊急時の薬
の相談に応じます。

午後9時～翌日午前
9時

☎090-2136-3858

問合せ 保健センター(総合保健福祉センター内) 所在地 上之町1-60 ☎23-1551



津島地区休日急病診療所

内科・小児科
日曜日・祝日
午前8時30分～11時30分
午後1時～4時30分

所在地 藤浪町4-14

☎24-3611

津島市民病院

所在地 橘町3-73

http://www.tsushimacity-hp.jp/

☎28-5151

海部地区急病診療所

内科・小児科
平日 午後8時30分～11時
土曜日 午後6時～8時30分
日・祝日 午前9時～11時30分
午後1時～4時30分
午後6時～8時30分

歯科 日・祝日 午前9時～11時30分
午後2時～4時30分

所在地 莪原町字郷西37

☎25-5210

診療可能な病院を案内します

消防本部

☎23-0119

救急医療情報センター

☎26-1133

1 月 市 民 相 談

※相談員の都合により相談を休むことがありますので、当日、電話でご確認ください。翌月7日分まで掲載。
 ※法律相談は、受付件数が限られていますので、ご希望の日に相談できない場合があります。
 ※年金相談は、受付件数が限られています。(番号札は、当日午前8時30分より配布)

相 談 名	日 時	場 所	問 合
行政相談	1月はお休み、2月5日 午前10時～正午	総合保健福祉センター 2階市民相談室	☎24-3456 相談日のみ
内職相談	7、14、21、28日、2月4日 午前10時～正午、午後1時～3時	総合保健福祉センター 2階市民相談室	☎24-3456 相談日のみ
心配ごと相談	8、22日 午前9時～正午 受付は終了時間の1時間前まで	総合保健福祉センター 2階市民相談室	☎24-3456 相談日のみ ☎25-8411 社会福祉協議会
法律相談(要予約)	5、19日、2月2日 午後1時～4時	総合保健福祉センター 2階市民相談室	☎24-3456 相談日のみ ☎25-8411 社会福祉協議会
結婚相談	4、7、14、18、21、25、28日、 2月1、4日 午前10時～正午 受付は終了時間の1時間前まで	総合保健福祉センター 2階市民相談室	☎24-3456 相談日のみ ☎25-8411 社会福祉協議会
高齢者の健康相談	5、19、26日、2月2日 午後1時～3時	老人福祉センター	☎28-7561
高齢者の健康相談	6、13、20、27日、2月3日 午後1時～3時	神島田祖父母の家	☎32-2151
認知症介護相談	月曜日～金曜日(祝日、年末年始は除く) 午前10時～午後4時	公益社団法人認知症の人と 家族の会・愛知県支部	☎0562-31-1911(電話相談)
家庭児童相談	月曜日～金曜日(祝日、年末年始は除く) 午前8時30分～午後5時15分	総合保健福祉センター 3階家庭児童相談室	☎24-0350
年金相談	6、20日、2月3日 午前10時～午後3時	市役所1階相談室	保険年金課 医療・年金G 内線2121
法律相談(要予約)	12日 午後1時～4時	市役所1階相談室	総務課 庶務G 内線2351
消費生活相談	4、13、15、27日、2月5日 午後1時30分～4時30分	市役所1階相談室	産業振興課 企業誘致・商工推進G 内線2257
相続・登記相談(要予約) ※ただし、相続税は除く	6、20日、2月3日 午後1時～3時	津島商工会議所相談室	☎28-2800 津島商工会議所
労働者特別相談・ 勤労者金融相談	月曜日～金曜日(祝日、年末年始は除く) 午前10時～正午、午後1時～4時	勤労者安心ネット ワークセンター	☎0120-81-1505 (電話相談)

津島データファイル

人口と世帯 (外国人を含む)	総人口……64,132人 (-79) 男……31,553人 (-39) 女……32,579人 (-40) 世帯数… 25,767世帯 (+4) 12月1日現在、()内は前月比
市内の交通事故・ 犯罪 [11月]	事故発生件数… 26件(366件) うち死亡者… 0人(1人) 犯罪発生件数… 44件 ()内は平成27年中の累計
市内の火災	11月…… 1件(18件) ()内は平成27年中の累計
救急車の出動件数	11月…… 248件(2,696件) ()内は平成27年中の累計

今月の市税や料金など

納期限 平成28年2月1日(月)

市県民税…第4期 国民健康保険税…第9期 介護保険料…第10期
 市営・改良住宅家賃、住宅新築資金等償還金、保育所保護者負担金…1月分
 後期高齢者医療保険料…第7期

市税の今後の納期

	2 月	3 月	4 月
市 県 民 税	—	—	—
固定資産税・都市計画税	第 4 期	—	第 1 期
国民健康保険税	第 10 期	—	—

税や料金の納付には便利な口座振替をご利用ください

水道料金をはじめ、市に対するお支払いの多くにご利用いただけます。
 取扱金融機関の窓口にてお申し込みください。

取扱金融機関

いちい信用金庫、三菱東京UFJ銀行、大垣共立銀行、十六銀行、三重銀行、愛知銀行、名古屋銀行、
 中京銀行、東海労働金庫、海部東農業協同組合、あいち海部農業協同組合、ゆうちょ銀行(郵便局)