

年末・年始当番歯科医 (一般社団法人埼玉県北足立歯科医師会) 診療時間10:00~12:00

月日	地区	医療機関名	電話
12/30(土)	北本	若山歯科医院	593-1633
	鴻巣	宮本歯科クリニック	596-0773
	桶川	新井歯科医院	048-771-1162
	上尾	渡辺歯科	048-773-9476
		藤倉歯科医院	048-726-5060
		上尾ファミリー歯科	048-676-4618
伊奈	さくら歯科医院	048-724-1182	
12/31(日)	北本	根岸デンタルクリニック	592-3758
	鴻巣	歯科緑の森	507-9223
		加藤歯科医院	543-6600
	桶川	ひるま歯科医院	048-776-4123

月日	地区	医療機関名	電話
12/31(日)	上尾	井原歯科医院	048-773-3810
		植木歯科医院	048-771-1785
		東山歯科医院	048-721-5957
平成30年 1/1 (月・祝)	北本	島田歯科医院	592-9113
	鴻巣	松本歯科医院	596-5757
	上尾	おおば歯科医院	048-795-7474
1/2(火)	鴻巣	中村デンタルクリニック	596-4118
	桶川	岡本歯科医院	048-786-3418
	上尾	小川歯科医院	048-772-3990
1/3(水)	北本	西村歯科医院	591-7504
	鴻巣	持田歯科医院	548-6001
	上尾	西宮下歯科医院	048-772-3201

598

休日診療(当番医) 診療時間9:00~17:00(時間厳守) **12月8日~平成30年1月7日**

月日	医療機関名	科目	電話
12/10(日)	北本第一クリニック	内・胃	591-7622
	小林産婦人科クリニック(桶川市)	産・内・小	048-773-4135
	伊奈病院(伊奈町)	内・外	048-721-3692
12/17(日)	いなぎentクリニック	耳・気・放・形外	593-4567
	渡辺医院(桶川市)	内・小	048-787-2181
	希望病院(伊奈町)	内・神内・循内・リハ・小・消	048-723-0855
12/23(土・祝)	伊藤クリニック	胃・外・内・整・リハ・皮・泌	593-5588
	埼玉県中央病院(桶川市)	内・外	048-776-0022
	みやうち内科・消化器内科クリニック(伊奈町)	内・消内	048-783-3751
12/24(日)	藤倉医院	循・外・内	592-3045
	埼玉県中央病院(桶川市)	内・外	048-776-0022
	伊奈病院(伊奈町)	内・外	048-721-3692
12/29(金)	北本共済医院	内・消・胃・外・整・泌	591-7111
	桶川みらいクリニック(桶川市)	内・皮	048-789-0030
	埼玉県中央病院(桶川市)	内・外	048-776-0022
12/30(土)	ひらお内科クリニック	内・心内・神内	592-8861
	埼玉県中央病院(桶川市)	内・外	048-776-0022
	みなみのメディカルクリニック(伊奈町)	内・消内	048-720-0033
12/31(日)	深井小児科内科医院	小・内	591-5958
	埼玉県中央病院(桶川市)	内・外	048-776-0022
	伊奈病院(伊奈町)	内・外	048-721-3692

月日	医療機関名	科目	電話
平成30年 1/1 (月・祝)	よしだ整形外科内科	整・内・リハ・皮・リウ	590-5720
	埼玉県中央病院(桶川市)	内・外	048-776-0022
	伊奈病院(伊奈町)	内・外	048-721-3692
1/2(火)	大友外科整形外科	整・皮・リハ・外	591-7000
	埼玉県中央病院(桶川市)	内・外	048-776-0022
	伊奈病院(伊奈町)	内・外	048-721-3692
1/3(水)	北本中央クリニック	内・小・循内・消・呼・血内	591-2257
	おけがわ眼科(桶川市)	眼	048-783-4957
	埼玉県中央病院(桶川市)	内・外	048-776-0022
1/7(日)	吉田医院	内	591-2200
	かばやま眼科医院(桶川市)	眼	048-786-0121
	埼玉県中央病院(桶川市)	内・外	048-776-0022

- 桶川北本伊奈地区で広域的に実施しています。
- 新聞各紙においても上記医療機関が併記されています。
- 診療科目などは、変更になる場合があります。必ず事前に電話で確認をとり、保険証をお持ちください。

埼玉県救急医療情報センター

[24時間] 急病等のため緊急の治療が必要になったとき、診療できる医療機関(歯科を除く)をご案内しています。

☎ #7119番

☎ 048-824-4199

歯科休日診療

診療時間 日曜日・祝日の9:30~12:30
 利用方法 電話で確認をとり、保険証をお持ちください。
 場所・問合せ 北足立歯科医師会口腔保健センター
 (☎596-0275) ※ JR 北鴻巣駅徒歩3分。駐車場あり。

注目情報

お知らせ

募集

イベント

スポーツ

保健・子育て

安心・安全

掲示板

まちの話題

保健事業のご案内



事業名	内容・対象者	日時	場所	その他
こころの相談	対 市内在住の人で本人またはその家族(治療中の方はご遠慮ください)	平成30年1月10日(水) 9:30~11:00	母子健康センター	定 3人 費 無料 講 相談員 岡本浩之さん(精神科医) 申 平成30年1月4日(木)までに健康づくり課へ。

母子保健事業のご案内



事業名	内容・対象者	日時	場所	その他
乳児健診	内 心臓病や股関節の異常等の早期発見、運動発達の検査 対 平成29年8月生	東側 12月21日(木) 西側 12月22日(金)	保健センター 母子健康センター	持 母子健康手帳、健康診査票 申 対象児以外は、健康づくり課へ。
1歳6か月児健診	内 内科健診、歯科健診等 対 平成28年5月生	東側 12月14日(木) 西側 12月12日(火)	13:20~14:10 保健センター 母子健康センター	持 母子健康手帳、健康診査票 現在使用している歯ブラシ、タオル 申 対象児以外は、健康づくり課へ。
3歳児健診	内 内科健診、歯科健診、尿検査等 対 東側地域で平成26年10月・11月生	12月15日(金)	保健センター	持 母子健康手帳、健康診査票、早朝尿、目と耳のアンケート 申 対象児以外は、健康づくり課へ。 ※西側地域は1月に実施
離乳食の調理講習	対 生後4か月~6か月児のいる母親	12月21日(木) 12月22日(金)	14:00~14:30 保健センター 母子健康センター	※乳児健診と同時開催 ※離乳食講習のみ参加は、当日直接調理室へ。
フッ素塗布	対 1歳6か月児健診受診後から小学校入学前までのむし歯のないお子さん	12月19日(火) 初めて:13:20~13:50 2回目以降:13:50~14:20	文化センター	費 1回当たり1,404円 持 歯ブラシ、母子健康手帳、タオル 申 当日直接会場へ※2回目以降は6か月以上間隔をあけてください。
9か月児育児相談	内 身長・体重測定、運動発達の観察、離乳完了期の栄養相談、育児の心配ごと相談等 対 平成29年3月生の乳児のいる母親または家族	東側 平成30年1月12日(金) 西側 平成30年1月9日(火)	10:00~10:45 保健センター 母子健康センター	持 母子健康手帳 9か月または10か月児健康相談票
乳幼児育児相談	内 身体の発育や運動発達、食事や排せつのしつけ、心配ごとの相談 対 0歳~3歳未満の子どものいる母親または家族で希望する人	平成30年1月9日(火) 13:30~14:30	母子健康センター	持 母子健康手帳

※東側とは高崎線から東側の地域、西側とは高崎線から西側の地域を指します。

ヘルスアップ調理講習会

コレステロールが気になる人におすすめの料理をお伝えします!



- 時** 12月20日(水) 10:00~13:00 **場** 勤労福祉センター
定 25人(申込順) **費** 300円(保険料等)
持 エプロン、三角きん、ふきん
申 問 12月15日(金)までに北本市食生活改善推進員協議会(佐藤 ☎・FAX 592-7763)へ電話またはFAX。

日曜日にHIV・梅毒即日検査を実施します

~ 12月1日は世界エイズデー~
無料、匿名、予約不要(先着100人)で、
採血後約1時間で検査結果**がわかります。

※確認検査が必要になった場合は、結果報告に約1週間かかります。

- 時** 12月17日(日) 12:30~15:00
場 鴻巣市文化センター(クリアこうのす)
他 詳細は埼玉県ホームページへ(「埼玉県HIV検査」で検索)
問 (公財)埼玉県健康づくり事業団(☎0493-81-6729)
埼玉県保健医療部保健医療政策課(☎048-830-3557)



健康豆知識 第63回

湿布薬の使い方

湿布薬は腰痛や打撲後の痛みや腫れに気軽に使える薬としてほとんどの皆さんが使ったことがあるのではないのでしょうか。現在では沢山の種類があり、どれをどの様に使ったらよいのか迷ってしまいます。

どこで入手するの？ 症状が軽く、長引いていなければ近くの薬局で購入するのもいいでしょう。その際に薬剤師から説明を受けてから使いましょう。痛みや腫れが強い場合には病院で医師の診察を受けたうえで、必要と判断されたら処方してもらいましょう。この場合は保険がききますが、どの部位に何枚、何日分等の制限がつかます。他の人に譲り渡すのはルール違反です。

湿布薬の種類は？ 医師から処方される湿布薬のほとんどは飲み薬の痛み止めと同じような成分が皮膚から吸収されやすい形で入っています。正式にいうと【^{けいひきゅうけいしゅうくちんつうこうえんしようざい}経皮吸収型鎮痛抗炎症剤】等と呼ばれます。皮膚に貼って使いますから貼り心地にも気を使って作られています。大きく分けてパップ剤とテープ剤とがあります。パップ剤は水分を多く含みしっとりした貼り心地で、テープ剤は薄くはがれにくいです。また冷感と温感タイプというわけ方もあります。冷感に含まれている水分や清涼感でそう呼ばれます。温感はどうがらしエキスのような成分で温感を演出しています。カイロのようにそれ自体が発熱するわけではありません。

どこに貼るの？ 痛みや腫れのある患部に1日1～2回貼ります。腰などに沢山貼っている方も見受けますが通常は1～2枚が適量です。キズや発疹がある場所、目のまわりには貼らないでください。汗でぬれている時はふき取ってから貼りましょう。はがす時は一気に引き剥がすと皮膚を痛めます。ゆっくりと折り返すようにはがすことをお勧めします。

だれでも使っているの？ 貼った薬の有効成分が皮膚に浸み込み患部で効き目をあらわす他に、わずかではありますが血液にも入りますので飲み薬の痛み止めにアレルギーのある方は使わないでください。同様の理由で妊娠中、授乳中の方、小さいお子さん、喘息の方にも注意が必要です。最近の貼り薬は効果の高いものが増えてきました。医師や薬剤師に相談し用法・用量を守って使用し、早く良くなりましょう。

提供：一般社団法人桶川北本伊奈地区医師会

休日や夜間、お子さんの急な病気やけがのとき

埼玉県小児救急電話相談

家庭での対処方法や受診の必要性について、看護師が電話で相談に応じます。

電話番号 **#7119番、#8000番**

※ただし、IP電話、ひかり電話、ダイヤル回線をご利用の場合は、048-824-4199、048-833-7911へおかけください。

相談時間 24時間365日

平日の夜間、お子さんが病気やけがのとき

小児初期救急医療体制

(桶川・北本・伊奈地区)

当番医療機関のお問い合わせは埼玉県中央広域消防本部へ

☎ **597-3301** (自動音声案内)

診療日 毎週月～土曜日(祝日、年末年始[12月29日～1月3日]を除く)

診療時間 20:00～22:00

診療医療機関 桶川・北本・伊奈地区の医療機関が在宅当番医(輪番)制で実施(診療日によっては市外の医療機関が当番医となります)

診療内容 急患に対する応急処置

その他 健康保険証をお持ちください。夜間診療となるため、会計等の取扱いが異なります。また、受診前に当番医療機関への電話連絡をお勧めします。

休日や夜間の急な病気やけがのとき

大人の救急電話相談

夜間の急な病気やけがに関して、相談員の看護師がアドバイスします。

電話番号 **#7119番、#7000番**

(プッシュ回線、ひかり電話、携帯電話をご利用の場合)※ダイヤル回線、IP電話、PHSをご利用の場合は、048-824-4199へおかけください。

相談時間 24時間365日

子宮がん・大腸がん
個別検診実施中

お手元に無料クーポンをお持ちの方は、ぜひこの機会にご利用ください。



子宮がん

対 20歳以上(受診日現在)

申 12月18日(月)までに健康づくり課へ電話または直接お申し込みください。

※実施医療機関・費用など詳しくは、広報きたもと9月号または市ホームページをご覧ください。

大腸がん

対 40歳以上(受診日現在)

申 各医療機関へ直接予約し、12月25日(月)までに検体容器をお受け取りください。

※実施医療機関・費用など詳しくは、広報きたもと10月号または市ホームページをご覧ください。

各医療機関の診療日を必ず確認し、12月25日(月)までに受診してください。 ☎ 健康づくり課(☎594-5544)

子育て中の親子のふれあいの場

～地域子育て支援拠点～

市内5か所に「地域子育て支援拠点」を開設しています。友達と遊びたい時、ちょっぴり子育てに悩んだ時など、気軽にご利用ください。



支援センターの年末年始のお休み

12月29日(金)～平成30年1月3日(水)

北本市子育て支援センター

講習会「親子で楽しむリトミック」

～クリスマスソングで遊ぼう～

時 12月26日(火) 10:30～11:30(10:15開場)

内 お子さんと一緒に楽しく動きましょう。

講 藤生幸恵さん

対 市内在住の1歳半～2歳半のお子さんと保護者

定 15組 持 飲み物

申 12月12日(火)9:30から電話または窓口。

12月のひろば 10:30～11:30

・くじら・ペンぎんひろば 第1水曜日
(平成28年4月1日以前の生まれ)

・めだかひろば 第2水曜日
(平成28年4月2日
～平成29年4月1日生まれ)

・ねんねこひろば 第3水曜日
(平成29年4月2日以降の生まれ)

同じくらいの年齢の子と一緒に遊ぼう



中丸保育園子育て支援センター

①ベビーマッサージ

時 12月18日(月) 10:30から(10:00受付)

定 28組

持 バスタオル、オイル、飲み物

②親子ふれあい遊び

時 12月21日(木)

10:30から(10:00受付)

定 18組 持 縄跳び、飲み物

①②共通

講 ベビーボンディングケアインストラクター
佐々木圭子さん

他 ①②とも「木の实を使ったウェルカムボード作り」があります。材料費(100円)、ボンド、はさみをお持ちください。

申 電話にて受付。定員となり次第締め切り。



北本市北本駅子育て支援センター

来年は犬年！ワンちゃんの寝相アート

時 12月13日(水) 10:30～11:30(10:15開場)

対 市内在住の0歳児～1歳未満のお子さんと保護者12組

申 12月5日(火)～7日(木) 10:00～17:00に電話または窓口。応募多数の場合は抽選。

親子で作ろうバルーンアート

時 12月21日(木) 10:30～11:30

対 市内在住の0歳～就学前のお子さんと保護者15組

申 12月11日(月)～14日(木) 10:00～17:00に電話または窓口。応募多数の場合は抽選。

12月のひろば 11:00～11:30

～手遊びや季節のリースを作ります～

ねんねこひろば(0歳児) 第2火曜日

よちよちひろば(1歳児) 第3火曜日

てくてくひろば(2～3歳児) 第4火曜日

Coccoひろば

クリスマス会

時 12月21日(木) 10:30～11:45(10:15受付)

内 シュガーマミーズによる演奏会とツリー手形アート

対 未就園児親子15組(要申込み・先着順)

費 無料

申 11月30日(木) 10:00から電話または窓口。

・わいわいデー：第2火曜日11:00～12:00
(集団遊び)12月はお休みです。

・ばぶばぶデー：第1木曜日(赤ちゃんの日)

・すくすくデー：第2木曜日・第3土曜日10:00～14:45
お子さんの成長の記録として手形(足形)を押し
てカードを作ります。身長・体重も測れます。



Coccoひろば

☎592-4039

時 火、木、土曜日10:00～15:00 場 コープみらいコープ北本店3階

対 0歳～就学前のお子さんと保護者、妊娠中の人と配偶者

中丸保育園子育て支援センター

☎592-5615

時 月～金曜日10:00～15:00(祝日を除く) 場 中丸保育園内

対 0歳～就学前のお子さんと保護者、妊娠中の人

北本市子育て支援センター

☎590-7676

時 月～金曜日9:30～15:30(祝日を除く) 場 東保育所隣接

対 0歳～就学前のお子さんと保護者、妊娠中の人

北本市北本駅子育て支援センター

☎592-9961

時 月～金曜日9:00～17:00(祝日を除く) 場 北本駅西口ビル2階

対 0歳～就学前のお子さんと保護者、妊娠中の人

北本市児童館

☎598-7643

時 月～金曜日9:00～17:00(祝日を除く) 場 児童館2階(乳幼児室)

対 0歳～就学前のお子さんと保護者、妊娠中の人

児童館の催し

☎児童館(☎598-7643)
※詳細は児童館のホームページをご覧ください。



イベント	対象・定員	日時	場所	申込み
ハイハイひろば	0歳児と保護者10組(先着順)	12月7日(木)	集会室・会議室	当日10:00～受付で参加券配布
よちよちひろば	1歳児と保護者10組(先着順)	12月14日(木)		
とことこひろば	2・3歳児と保護者10組(先着順)	12月21日(木)		
お誕生会	12月生まれの0～3歳児と保護者10組(先着順)	12月18日(月)11:00～11:15	乳幼児室	
はかってみよう	乳幼児と保護者	12月11日(月)9:00～10:25 12:00～13:30	乳幼児室	申込み不要
今月の壁面製作		12月12日(火)10:45～11:30		
チャレンジ(ボーリング)	小学生	月・火・木・土15:00～17:00	体育遊戯室	申込み不要
	4歳児～6歳児(未就学児)	土15:00～17:00		
つくってみよう(20分程度の簡単な工作)	4歳児～小学生15人(先着順)	12月9日(土)15:00～16:00	集会室・会議室	
けん玉クラブ(希望者は検定実施)	6歳以上15人(先着順)	12月17日(日)14:30～15:30	体育遊戯室	
平成30年1月事業予定				
栄養相談	乳幼児と保護者4組(先着順)	1月12日(金)9:00～11:00	乳幼児室・相談室	1月4日(木)10:00～受付電話可
育児講座(バランスボール)	市内在住の乳幼児と保護者5組(先着順)	1月17日(水)10:30～11:30	集会室・会議室	

*12月24日(日)クリスマス会 ミー先生のマジックショー(11:00～12:00)

こども図書館の催し

☎こども図書館(☎598-7642)
※各回約30分です。



イベント	対象・定員	日時	内容
毎日の読みきかせ			
これよんで	赤ちゃん～大人	毎日いつでも	「この本 読んで！」いつでも声をかけてください。好きな時に、好きな本を職員が読みきかせします。
毎月のおはなし会			
小学生のためのおはなし会	小学生～大人	平成30年1月7日(日)15:00～	ストーリーテリングや絵本の読みきかせなどを楽しむ会
えいごのうたとピクチャーカード	0歳～3歳	12月26日(火)11:30～	えいごのうたや絵カードで楽しくすごしましょう!
毎週のおはなし会			
わらべうたとよみきかせ	ちいさい子向け 保護者と一緒に	毎週水曜日 対 0・1歳 10:30～ 対 2・3歳 11:30～	わらべうたや手あそび、読みきかせなどを、親子でたのしみ会
おはなし会	ひとりで聞ける子 小学生もぜひ! 保護者もどうぞ	毎週金曜日 16:00～ 毎週土曜日 14:00～	ひとりで聞ける子向けの絵本の読みきかせ、紙芝居、パペットなど
12月の図書館			
クリスマスおはなし会	0歳～大人	12月17日(日) 15:00～ 12月23日(土・祝)14:00～ 12月24日(日) 11:30～	絵本の読み聞かせ、ペーパーサート、クリスマスソングなどで楽しいひとときを! ※ちいさなプレゼントさしあげます。

*おはなし会に参加したらスタンプを押してね! スタンプ4個でこども図書館特製シールを1枚さしあげます!

児童館・こども図書館の年末年始の休館日

12月31日(日)～平成30年1月2日(火)