

母子保健のご案内



※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。

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31年 1 月生	東側 5月23日(木)	13:20～14:10	保健センター	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。
		西側 5月24日(金)		母子健康センター	
離乳食の調理講習	内 離乳初期食の試食および説明 対 生後 4 か月～ 6 か月児のいる保護者	5月23日(木)	14:00～14:30	保健センター	※乳児健診と同時開催。 ※離乳食の調理講習のみ参加は、当日直接調理室へ。
		5月24日(金)		母子健康センター	
1歳6か月児健診	内 内科健診、歯科健診等 対 平成29年10月生	東側 5月16日(木)	13:20～14:10	保健センター	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。
		西側 5月14日(火)		母子健康センター	
3歳児健診	内 内科健診、歯科健診、尿検査等 対 西側地区で平成28年 3・4 月生	西側 5月21日(火) 13:20～14:10		母子健康センター	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。
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	5月28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、育児の心配ごとと相談等 対 平成30年 8 月生の乳児のいる母親または家族	東側 6月3日(月)	10:00～10:45	保健センター	持 母子健康手帳 9か月または10か月児健康相談票
		西側 6月4日(火)		母子健康センター	
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	6月3日(月) 13:30～14:30		保健センター	持 母子健康手帳
マタニティセミナー(後期)	内 出産準備(呼吸法等)、赤ちゃんのお風呂の入れ方(実習) 対 妊娠28週以降の妊婦や家族で希望する人	5月30日(木) 13:30～16:00		保健センター	持 母子健康手帳 申 5月23日(木)までに健康づくり課へ直接または電話。

〈広告〉

レディースプラン 28万円

男の旅立ち 29万円

祭壇・会館使用料・霊安室無料!!

返礼品 2 割引!!

プラザオオノ

365日24時間受付

0120-33-7475

令和元年度 北本市集団検(健)診のお知らせ

【会場・日程】 検(健)診時間…8:00～14:30(予約制)

対象者、費用など詳細は、今月号の広報きたもとと同時配布の「令和元年度北本市集団検(健)診のご案内(申込書付)」をご覧ください。

保健センター	7月15日(月・祝)・16日(火)・17日(水)・29日(月)	8月3日(土)・8日(木)	9月3日(火)・4日(水)
母子健康センター	7月30日(火)・31日(水)	8月1日(木)・2日(金)・31日(土)	9月1日(日)・2日(月)

※対象者であり、希望する検(健)診が複数ある場合は、同日受診となります。

【検(健)診項目】

胃がん検診、肺がん検診、大腸がん検診、乳がん検診、子宮がん検診、30代までの健康力アップ健診(女性)

※大腸がん検診は、集団検診または個別検診のどちらかを選んで受診してください。

【個別検診】

個別検診の日程・申込み方法等は広報きたもと6・10月号(大腸がん検診)、9月号(子宮がん検診)でお知らせします。

【申問】「令和元年度北本市集団検(健)診のご案内」に付属している所定の申込書に記入し、5月27日(月・消印有効)までに健康づくり課(〒364-8633住所記載不要)へ直接または郵送してください(平日8:30～17:15、土曜日8:30～12:00。夜間・休日は受付不可)。申込書は、5月7日(火)から健康づくり課、各公民館、駅連絡所で配布します。申込書は、市ホームページからもダウンロードできます。

歯と口の健康週間イベント 『お口の健康まつり2019 in 北本』

お口の健康に関する知識を高めて今後の生活に役立てていただく企画や、楽しいアトラクションもあります。

多くの皆様のご参加をお待ちしています。

時 **6月2日(日)** 13:00～16:00 場 文化センター

内 ○歯科健診・歯科相談

○歯みがき指導とフッ化物塗布

○むし歯予防図画・ポスター・標語コンクール

○咀嚼力判定 ○石膏指模型 ○口腔がん検診

○歯っぴー川柳 ○北本市8020よい歯のコンクール表彰式

○アトラクション

費 参加は全て無料

他 駐車場はありませんので、なるべく

公共交通機関をご利用ください。

問 (一社)北足立歯科医師会 ☎596-0275



「第4回北本市8020よい歯のコンクール」を開催します

「8020」とは、「80歳になっても20本以上自分の歯を保とう」という運動からきて

います。このコンクールでは「8020」を達成している歯の健康な人を表彰します。次の資格にあてはまる人は、この機会にぜひご応募ください。

資格・平成31年4月1日現在80歳以上で、自分の歯が20本以上ある健康な市内在住の人

・当コンクールで表彰経験のない人

募集締切日 5月22日(水)

審査日 6月2日(日)

場 文化センター

申問 健康づくり課 ☎594-5544

歯の健康な人を表彰します！

健康づくりは食生活から！ヘルスアップ調理講習会

高野豆腐を使用したアイデアレシピをご紹介します！

時 **5月20日(月)** 10:00～13:00

場 コミュニティセンター

定 25人(申込順) 費 300円(保険料等)

持 エプロン、三角巾、ふきん

申問 5月14日(火)までに北本市食生活改善推進員協議会(佐藤 ☎・FAX592-7763)へ電話またはFAX。



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。



北本市北本駅子育て支援センター



5月のひろば 11:00～11:30

- ・ねんねひろば
(0歳児のお子さんと保護者)
第2火曜日11:00～11:30
- ・よちよちひろば
(1歳児のお子さんと保護者)
第3火曜日11:00～11:30
- ・てくてくひろば
(2歳以上のお子さんと保護者)
第4火曜日11:00～11:30

※手遊びや制作遊びなどを楽しみましょう

「無料バザー開催！」

～まだ使える子育て用品を譲り合いませんか？～

- 時 5月10日(金)10:30～
- 申 出品する人は事前の申込みが必要です。
詳しくはお問い合わせください。
※支援室は通常どおり開室しています。

講習会「ベビーマッサージ」

～ベビーマッサージはママと赤ちゃんの言葉を越えたコミュニケーション～

- 時 5月23日(木)10:30～11:30(10:15開場)
- 講 第1回育児セラピスト全国大会優秀実践者賞
古橋明代さん
- 対 市内在住の、首がすわっている3か月～10か
月の赤ちゃん和妈妈15組
- 持 赤ちゃん用のスキンケアオイルまたはロー
ション、防水シート、バスタオル1枚、赤ちゃん
の飲み物(母乳の場合は不要)
- 申 5月13日(月)～17日(金)9:00～17:00に電話ま
たは窓口。応募多数の場合は抽選。当選者の
み5月20日(月)に電話で連絡。

Coccoひろば



5月のひろば

- ・わいわいデー：第3火曜日11:00～12:00(集団遊び)
5月はえのぐ遊びをしますので、汚れてもよ
い服をお持ちください。
- ・ばぶばぶデー：第3木曜日(赤ちゃんの日)
※ゴールデンウィークのため変更になってい
ます。
- ・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。

北本市子育て支援センター



講習会「お子さんの危険と対処法」

- 時 5月21日(火)10:30～11:30(10:15開場)
- 内 誤飲や身近に起こりうる危険と対処法について
学びましょう。実際にAEDを使って学べます。
- 講 埼玉県中央広域消防本部 北本東分署
- 対 市内在住の0歳～就学前のお子さんと保護者
- 定 15組 ※動きやすい服
- 申 5月9日(木)9:30～電話または窓口。

音遊びの日

- 時 5月28日(火)11:30～11:45
- 内 音にまつわる遊びをして楽しみましょう♪

5月のひろば 10:30～11:30

- ・くじらひろば 第2水曜日
(平成29年4月1日以前の生まれ)
- ・ペンぎんひろば 第3水曜日
(平成29年4月2日～平成30年4月1日生まれ)
- ・めだかひろば 第4水曜日
(平成30年4月2日～平成31年4月1日生まれ)
- ☆ねんねひろば(平成31年4月2日以降生まれ)
は9月から実施予定です！ お楽しみに♪

中丸保育園子育て支援センター



中丸保育園講習会

親子で一緒に香育♪ リラックススプレー作り

- 時 5月16日(木)10:30～
- 内 お好きな香りの精油をブレンドして、お子さんにも
優しいリラックススプレーを作ります。自然の香りに
癒されながらオリジナルスプレーを作ませんか♪
- 対 0歳～就学前のお子さんとその保護者
- 定 15組。妊婦さん也大歓迎です。 費200円
- 申 電話にて受付。定員になり次第締め切り。

Coccoひろば

☎592-4039・FAX593-2035

- 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、妊娠中の人とその家族

中丸保育園子育て支援センター

☎592-5615・FAX592-9386

- 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・FAX590-7677

- 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・FAX501-2766

- 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

児童館

☎598-7643・FAX598-4786

- 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

問 児童館 (☎598-7643)

北本市立児童館

検索

QRコード
をチェック

お誕生会



けん玉



つくってみよう

イベント	対象・定員	日時	内容
10:00～参加券配布			
お誕生会	5月生まれの0～3歳児と保護者10組(先着順)	5月20日(月)11:00～11:15	ハートのフォトブースでの記念撮影と手形をとってお子さんの成長をお祝いしましょう
育児相談(1人30分程度)	—	5月13日(月)10:00～11:30	悩んでいることがあったら気軽に声を掛けてください
申込み不要			
はかってみよう	乳幼児と保護者	5月13日(月)9:00～13:00	お子さんの成長記録を残しましょう
今月の壁面製作(てんとうむし)		5月7日(火)10:45～11:30	作品を児童館に飾りましょう
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)	5月11日(土)15:00～16:00	アクセサリーボックス(小物入れ)をつくりま
チャレンジ(わりばしゲーム)	4歳児～小学生	月・火・木・金・土 15:00～17:00	1位を目指してがんばろう
6月事業予定			
6月3日(月)10:00～受付 電話可			
栄養相談	乳幼児と保護者4組(先着順)	6月14日(金)9:00～11:00	栄養士による栄養、食育相談
育児講座(リトミック)	市内在住の乳幼児と保護者10組(先着順)	6月25日(火)10:30～11:30	リズムに合わせて体を動かしましょう

※詳しくはホームページ・児童館だよりをご覧ください。

こども図書館の催し

問 こども図書館
(☎598-7642・FAX598-4785)

北本市立こども図書館

検索

QRコード
をチェック

おすすめの本



これよんで!



わらべうたとよみかぜの会

※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	好きな時に、好きな本や紙芝居を職員が読みきかせします。「この本 読んで!」いつでも声をかけてください。
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	6月2日(日)15:00～	昔話の語りや絵本の読みきかせなどを楽しむ会
毎月のわらべうたの会	赤ちゃん～大人	5月12日(日)15:00～	わらべうたや手あそびなどを楽しむ会
5月のおはなし会 ～おでかけ～	0歳～大人	5月19日(日)15:00～	絵本の読みきかせ、紙芝居、簡単な工作など
えいごのうたとピクチャーカード	0歳～3歳	5月28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			
わらべうたとよみかぜ	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、親子でたのしむ会
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昔話の語り、絵本の読みきかせ、紙芝居、パペットなど
5月の行事			
こどもの読書週間 おはなし会	赤ちゃん～大人	5月12日(日)11:30～	「ドは読書のド!」をテーマにおはなし会をおこないます。

※おはなし会 各回 約30分

※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!

※第2土曜日と第4金曜日のおはなし会は、北本市子どもの本を楽しむ会、北本市子ども文庫連絡会との協働おはなし会です。



健康豆知識 第79回

口腔ケアと訪問診療について

「口腔ケア」とは、口の中を清潔に保つことで、口腔内だけでなく身体全体の健康を保つケアのことです。

人は年齢を重ねると体にさまざまな変化が現れますが、それは口の中も例外ではありません。加齢とともに体の機能が衰えると、抵抗力が落ち、歯周病や粘膜の病気にかかりやすく、歯を失う率も高くなります。また、口は主に「食べること」や「話すこと」、さらには「呼吸すること」と「表情をつくること」といった機能があります。しかし、高齢者はこれらの機能が低下してしまうことが少なくありません。特に、嚥下（食べ物を飲み込むこと）機能が衰えると、食べ物やだ液が気管に入ってしまうことがあります。このとき口腔内の細菌が肺に入って起こるのが誤嚥性肺炎で、高齢者に多い病気です。

できるだけ機能を良好に維持していくためには、定期的な口腔ケアが重要です。口腔ケアは、歯磨きや口腔内の洗浄でむし歯や歯周病を予防するだけでなく、食べるために必要な筋肉を鍛えるためのトレーニングやリハビリ、誤嚥性肺炎の予防といった身体機能の回復につながる内容も含まれています。

しかし、高齢で寝たきりの方や介護を受けている方の中で、自力で歯科医院を受診することができない方が多くいます。訪問歯科は、ご自身では通院が困難な方のご自宅、病院、施設にお伺いして一般的な治療から口腔ケアまで行うことができます。

運動や栄養摂取と同様に、口の中をきれいにするのは身体全体にとってもよいことです。口の機能を維持し元気に食事をすることで、生活の質（QOL）を高めることにもつながります。

提供：一般社団法人北足立歯科医師会



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

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

休日診療（当番医） 診療時間 9:00～17:00（時間厳守）

5月8日～6月7日

月日	医療機関名	科目	電話
5/12 （日）	藤倉医院	循・外・内	592-3045
	埼玉県央病院（桶川市）	内・外	048-776-0022
	なかた呼吸器科内科 クリニック（桶川市）	内・呼内	048-729-2811
5/19 （日）	ニッ家整形外科	整・リハ・リウ・内	590-3344
	埼玉県央病院（桶川市）	内・外	048-776-0022
	渡辺医院（桶川市）	内・小	048-787-2181

月日	医療機関名	科目	電話
5/26 （日）	よしだ整形外科内科	整・内・リハ・皮・リウ	590-5720
	桶川みらいクリニック （桶川市）	内・皮	048-789-0030
	伊奈病院（伊奈町）	内・外	048-721-3692
6/2 （日）	北本駅東口クリニック	内・呼内・皮・ 循内・糖内	593-0311
	埼玉県央病院（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

- 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。

埼玉県救急医療情報センター

【24時間】☎ **#7119番** ☎ **048-824-4199**

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。

- 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、健康保険証をお持ちください。

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