

イベント

ファミサポイベント

①登録説明会
地域の子育てサポーター募集！
説明を聞きにお越しください。

時 4月16日（土）10:00～（約1時間）
持 証明写真（縦3cm×横2.5cm）2枚
保険証または免許証

②講習会「事故と安全管理（AED講習）」
時 5月20日（金）9:30～12:30
内 小児救急救命法 講 北本消防署職員

対 定 ファミサポ会員、ファミサポに興味がある人10人
申 4月28日（木）までに申込み。

①②共通
場 児童館

問 北本市ファミリー・サポート・センター
（☎ 592-9965）へ。

応急手当講習（普通救命講習Ⅰ）

時 5月21日（土）9:30～12:30
受付 9:20～（WEB講習は10:20～）

場 埼玉県央広域消防本部
内 AEDを用いた心肺蘇生法

対 定 中学生以上の北本市、鴻巣市、桶川市の在住・在勤者15人（先着順）

持 筆記用具 ※WEB講習受講者はWEB講習受講証明書
申 問 4月15日（金）9:00～5月14日（土）に北本消防署（☎ 592-5005）へ電話または直接。

スポーツ

第44回北本市ソフトテニス大会市長杯

時 ①中学生の部
5月5日（木・祝）8:30～
※予備日5月7日（土）

②小学生・一般の部
5月14日（土）9:00～
※予備日5月21日（土）

場 総合公園
内 リーグ戦、またはトーナメント戦

対 市内在住、在学、在勤の人および北本市ソフトテニス連盟会員

費 1ペア一般2,000円、中学生800円、小学生600円（大会当日持参）

申 ①は学校単位で4月25日（月）までに生涯学習課生涯スポーツ担当（☎ 594-5568）へ申込み。
※連盟会員はクラブごとに申込み。

問 北本市ソフトテニス連盟（沼田 ☎ 070-1075-9503）

第66回北本市バドミントン大会

時 5月15日（日）8:50受付、9:30競技開始、18:00終了予定

場 体育センター
内 男女ともダブルス戦。

男・女1部…上級者、男・女2部…中級者、男・女3部…初級以上
中級目標者、男・女4部…初級者、女子サークル、中学生の部（男女）、

小学生の部（男女）、シニアの部（年齢合計110歳以上、個人の年齢は50歳以上）

対 市内・市外問わず小学生以上どなたでも。

費 大人・大学生…1人1,500円
高校生…1人1,000円
小・中学生…1人500円

申 5月6日（金）までに申込書を体育センター窓口の受付箱に投函。

問 北本市バドミントン連盟（勅使河原 ☎ 090-2221-1160）

体育センター教室

①筋肉若がえり体操教室
足の裏の筋肉から全身の筋肉をよみがえらせて若がえりを目指します。
時 毎週金曜日 10:00～11:00
定 20人（先着順）

②簡単はじめてエアロ教室
シンプルな動きで行う簡単な有酸素運動です。
時 毎週土曜日 11:00～11:45
定 20人（先着順）

③ズンバ教室
ラテン系の動きと音楽を中心に世界中の曲を使ったダンスフィットネス。
時 毎週日曜日 11:00～12:00
対 20人（先着順）

①②③共通
費 1回券 500円チケット
6枚綴り 2,400円（券売機で購入）

持 運動のできる服装、シューズ
場 申 問 4月8日（金）から体育センター（☎ 593-2511）へ電話または直接。

健康豆知識 第114回

「マスク皮膚炎」

マスクの着用、手洗い、うがいが日常化してすでに2年以上経過しています。マスク着用化に伴う皮膚のトラブルは湿疹、毛包炎、ほてりによる潮紅などがあり、今号では皮膚炎について解説します。

まずマスクには主に不織布、布、ウレタンという3つの種類があります。感染予防の効果が高い観点から不織布の着用が推奨されていますがホルムアルデヒドやチメロサルといったアレルギー物質が用いられていることがわかっています。また呼吸のしやすさ、蒸れにくく使用感の良い点からウレタンを好む方も多いですがやはり原料となるイソシアネートでアレルギー症状が報告されており万人に使えるわけではありません。

接触皮膚炎は一次刺激性とアレルギー性に大別され、前者は原因物質の皮膚刺激による限局的なかぶれ、後者はアレルギー反応が関与するため接触部位を超えて皮膚炎の範囲が拡大するものです。今のところ外来診療で診るのはほとんど一次刺激性の接触皮膚炎でマスクが当たっている鼻、頬、顎部に紅斑、かゆみ、つぶり感、ヒリつき、フケといった症状を認めました。中でも一日8時間以上着用する方に多くみられ、オープンスペースなどで人との距離を保てる場所ではマスクを外すことも必要でしょう。もともとベースにアトピー性皮膚炎や脂漏性皮膚炎といった敏感肌の方がかぶれやすく、マスクの使い回しから皮脂、汗、ファンデーションなどが付着した状態で使い続けることは避けましょう。

また顔に見られる皮膚トラブルがすべてマスクによるものとは限りません。両頬から鼻の頭にかけて広がる蝶形紅斑（全身性エリテマトーデス）、口腔内乾燥を伴う環状の紅斑（シェーグレン症候群）、毛細血管拡張による紅斑（酒さ）など異なる疾患の可能性もあります。自己判断はせず治りが悪い発疹なら専門の皮膚科でご相談ください。

提供：一般社団法人 桶川北本伊奈地区医師会

休日診療（当番医）診療時間 9:00～17:00（時間厳守）

月日	医療機関名	科目	電話
4/10 （日）	大友外科整形外科	整 / 皮 / リハ / 外	591-7000
	埼玉県央病院（桶川市）	内 / 外	048-776-0022
	伊奈中央病院（伊奈町）	内	048-721-3022
4/17 （日）	深井小児科内科医院	小 / 内	591-5958
	ベニバファミリークリニック（桶川市）	内 / 小 / 消内 / 皮 / 外	048-787-0002
	伊奈病院（伊奈町）	内 / 外	048-721-3692
4/24 （日）	いなぎ ent クリニック	耳 / 気 / 放 / 形外	593-4567
	いけだファミリークリニック桶川（桶川市）	内 / 小	048-788-1167
	埼玉県央病院（桶川市）	内 / 外	048-776-0022
4/29 （金・祝）	桃園園北本病院	内 / 整	543-1011
	いげクリニック（桶川市）	内 / 循	048-777-3000
	埼玉県央病院（桶川市）	内 / 外	048-776-0022

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。

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

電話相談 #7119 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

4月8日～5月7日

月日	医療機関名	科目	電話
5/1 （日）	桃園園北本病院	内 / 整	543-1011
	大谷記念病院（桶川市）	内	048-728-2411
	伊奈病院（伊奈町）	内 / 外	048-721-3692
5/3 （火・祝）	桃園園北本病院	内 / 整	543-1011
	埼玉県央病院（桶川市）	内 / 外	048-776-0022
	伊奈病院（伊奈町）	内 / 外	048-721-3692
5/4 （水・祝）	桃園園北本病院	内 / 整	543-1011
	埼玉県央病院（桶川市）	内 / 外	048-776-0022
	伊奈病院（伊奈町）	内 / 外	048-721-3692
5/5 （木・祝）	桃園園北本病院	内 / 整	543-1011
	埼玉県央病院（桶川市）	内 / 外	048-776-0022
	伊奈病院（伊奈町）	内 / 外	048-721-3692

- 桶川北本伊奈地区で広域的に実施しています。
- 新聞各紙で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、健康保険証をお持ちください。