

■休日当番医（6月8日～7月7日）

変更の可能性があります。事前に電話で確認をとり、健康保険証をお持ちください。

月日	医療機関名	科目	電話
6/9 (日)	山田医院	内 / 小	593-0353
	埼玉県中央病院（桶川市）	内 / 外	048-776-0022
	おかべ耳鼻咽喉科医院（桶川市）	耳	048-772-3492
6/16 (日)	ニツ家整形外科	整 / リハ / リウ / 内	590-3344
	埼玉県中央病院（桶川市）	内 / 外	048-776-0022
	蔵田医院（桶川市）	内	048-771-1446
6/23 (日)	伊藤クリニック	胃 / 外 / 内 / 整 / リハ / 皮 / 泌	593-5588
	桶川駅前こどもクリニック（桶川市）	小	048-789-3222
	伊奈病院（伊奈町）	内 / 外	048-721-3692
6/30 (日)	北本中央クリニック	内 / 小 / 循環内 / 消 / 呼 / 血内	591-2257
	埼玉県中央病院（桶川市）	内 / 外	048-776-0022
	神崎皮フ科クリニック（桶川市）	皮	048-778-3911
7/7 (日)	藤倉医院	循 / 胃腸 / 内	592-3045
	埼玉県中央病院（桶川市）	内 / 外	048-776-0022
	小島医院（桶川市）	内 / 小	048-771-1212

救急相談・医療機関案内

#7119番

24時間
365日

- ・急な病気やけがの際に医者に行くべきか迷ったときの相談
- ・診療可能な医療機関の案内（歯科・精神科を除く）
- ・IP 電話・ダイヤル回線・PHS は 048-824-4199

小児初期救急当番医

597-3301

平日 20:00
～ 22:00

- ・当番医療機関のお問合せは埼玉県央広域消防本部へ
- ・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

健康豆知識 第140回

『本当は怖い骨粗鬆症の話』

提供：桶川北本伊奈地区医師会

「骨粗鬆症」と聞くと皆さんはどのような印象を持ちますか？「お年寄りの病気」「女性になる病気」「背が低くなる」など、人によってイメージはまちまちだと思いますが、「生命予後に関わる重大な病気」と考える方はあまりいないのではないのでしょうか？もちろん骨粗鬆症で直接亡くなることはまずありませんが、それによって起こる状態によっては「生活の質」「生命予後」が大きく変化してしまうのです。

骨粗鬆症が大きく関係する骨折が4つあります。症状としては①腰曲がり・身長低下、②股関節の骨折、③肩の骨折、④手首の骨折です。それぞれ転倒で起こることが多いのですが、①は重いものを持つて起こることもあれば、いつの間にか進行していることもあります。これらの問題は、それぞれが生活の質を大きく落としてしまう可能性があることです。背骨が曲ると前屈みになり転倒しやすくなりますし、また逆流性食道炎という胃腸の病気にもなりやすくなります。

現在はいくさんの薬が開発され、以前では望めなかった成果が出るようになっていきます。でも、本当は薬で骨粗鬆症を治すのではなく、骨粗鬆症を未然に防ぎ、ひどい骨粗鬆症を起こさないことが大切です。日本人の寿命が伸びている中、骨粗鬆症を完全に無くすることはできませんが、骨粗鬆症への進行を遅らせることにより、健康で楽しい人生を送る一助になることは間違いありません。高齢者だけでなく、比較的若い女性や男性でも起こっていることがありますので、ご自身の骨密度に関心を持っていたら良いと思います。

保健トピック

ヘルスアップ調理講習

生活習慣病を予防するための食事を学べます

生活習慣病を予防するためのバランス食について、丁寧にお伝えします。

今月は「減塩」をテーマに薄味でも美味しく食べられるメニューを実習します。お気軽にご参加ください。

時 6月25日（火）10:00～13:30

場 勤労福祉センター

定 25人（先着順）

持 エプロン、三角きん、ふきん

費 300円

申 間 6月18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。

☎健康づくり課母子保健担当（☎594-5544）

■母子保健のご案内

※3歳児健診の対象月齢を「3歳0か月～2か月」から「3歳5～6か月」に変更しました。これに伴い、令和6年4～7月は3歳児健診を休止します。
※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 令和6年2月生まれのお子さん	東側 6月27日（木）	保健センター	時 1日～15日生まれのお子さんは13:10～13:40 16日～末日生まれのお子さんは13:30～14:10 持 母子健康手帳、健康診査票、バスタオル 申 対象児以外は健康づくり課へ。 他 ・離乳食講習を同時実施しています。 ・対象児の保護者に子育て応援ギフトを配布します。持あかちゃん訪問時にお渡しした申請書、身分証明証（申請者および持参者）
		西側 6月28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 令和4年11月生まれのお子さん	東側 6月17日（月）	保健センター	時 1日～15日生まれのお子さんは13:10～13:40 16日～末日生まれのお子さんは13:30～14:10 持 母子健康手帳、健康診査票、バスタオル 申 対象児以外は健康づくり課へ。 他 対象児の保護者に、こども商品券を配布します。※商品券のお問合せは、子育て支援課子育て支援担当（☎594-5537）へ。
		西側 6月18日（火）	母子健康センター	
9か月児育児相談	内 身長・体重測定、運動発達・離乳食・育児の心配 ごとの相談等 対 令和5年9月生まれのお 子さんがいる母親または 家族	東側 7月1日（月）	保健センター	時 1日～15日生まれのお子さんは10:00～10:25 16日～末日生まれのお子さんは10:20～10:45 持 母子健康手帳、バスタオル、 9か月または10か月児健康相談票
		西側 7月2日（火）	母子健康センター	
乳幼児育児相談	内 身長・体重測定、運動発達・食事の相談、育児の 心配ごとの相談等 対 0～3歳児健診前までの お子さんがいる母親または 家族で希望する人	7月2日（火） （予約制）	母子健康センター	時 13:10～14:40 持 母子健康手帳、バスタオル 申 予約制。健康づくり課へ電話、 直接またはQRコードから。 
フッ素塗布	対 満1歳から小学校入学前 までのむし歯のないお子 さん	6月25日（火） 7月9日（火）	文化センター	時 初めてのお子さんは13:20～13:50 2回目以降のお子さんは13:50～14:20 費 1,430円 / 回 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。
プレママセミナー	内 妊娠中の栄養・生活、あ かちゃんとの暮らしにつ いて 対 妊娠27週までの妊婦と 家族で希望する人	7月19日（金） （予約制）	市役所	時 10:00～12:00 持 母子健康手帳 定 8組（先着順） 申 7月12日（金）までに健康づくり課へ電話 または直接。

ピンクリボンの会
きたもと茶話会

～がんになったあなたと
あなたの家族等のために～

治療中の乳がん患者の
人や罹患者、見守る人な
ど、皆さんのお話を聞か
せてください。
時 6月22日（土）
10:00～12:00
場 文化センター
費 無料

☎不要。
当日直接会場へ。
☎北里大学メディカルセ
ンター乳がん看護認定
看護師が参加します。
☎茶話会実行委員会
つのだ 角田（☎pinkribbonki
tamoto@gmail.com）

子宮頸がん・乳がん検診の無料
クーポン券をご利用ください

対象年齢の人に無料で検診を
受けられるクーポン券をお送
りました。ぜひご利用ください。
※対象でクーポン券が届いてい
ない人、または4月20日以
降に北本市に転入した人は、
お問い合わせください。

☎①子宮頸がん検診
平成15年4月2日
～翌年4月1日生まれの人
②乳がん検診
昭和58年4月2日
～翌年4月1日生まれの人
☎健康づくり課
健康推進担当
（☎594-5545）

