

保健・衛生ガイド

事業名	内容・対象者	とき	ところ	備考
乳児健診	内 心臓病や股関節の異常等の早期発見、運動発達検査 対 H23年10月生	◎東側 2月24日(金) 午後1時20分～2時10分	保健センター	持 母子健康手帳、健康診査質問票
		◎西側 2月28日(火) 午後1時20分～2時10分	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、中期食以降の相談 対 生後4カ月～6カ月児のいる母親	2月24日(金) 午後1時30分～2時10分	保健センター	※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
		2月28日(火) 午後1時30分～2時10分	母子健康センター	
1歳6カ月児健診	内 内科診察、歯科診察等 対 H22年7月生	◎東側 2月16日(木) 午後1時20分～2時10分	保健センター	持 母子健康手帳、健康診査質問票 現在使用している歯ブラシ、タオル
		◎西側 2月23日(木) 午後1時20分～2時10分	母子健康センター	
3歳児健診	内 内科診察、歯科診察、尿検査等 対 東側地区でH20年12月・H21年1月生 ※西側地区は3月に実施	◎東側 2月20日(月) 午後1時20分～2時10分	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、健康づくり課保健予防担当へ
ポリオ生ワクチン投与	対 1回目はH23年9月生、2回目はH23年3月生	◎東側 3月5日(月) 午後1時30分～2時10分	保健センター	持 ポリオ予診票、母子健康手帳(忘れた場合は接種できません) 申 対象児以外は、2月27日(月)から健康づくり課保健予防担当へ
		◎西側 3月13日(火) 午後1時30分～2時10分	母子健康センター	
ポリオワクチン追加接種	対 S50年～52年生(ポリオの免疫が低いため、ポリオの接種をお勧めします)	◎東側 3月5日(月) 午後2時～2時15分 ◎西側 3月13日(火) 午後2時～2時15分	保健センター 母子健康センター	定 15人程度(申込順) 費 無料 申 2月6日(月)から健康づくり課保健予防担当へ

※予防接種を受ける場合は「予防接種と子どもの健康」の注意書きを読んでお越しください。

※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。

内—内容 **対**—対象者(児) **定**—定員 **費**—費用 **持**—持ち物 **申**—申込み **問**—問合せ

精神保健講演会

～うつ病について～

うつ病の症状や対応について、分かりやすくお話しします。

◆とき 2月21日(火) 午後2時から4時

◆ところ 文化センター第1・2会議室

◆定員 80人

◆講師 済生会鴻巣病院医師 細川真和氏

◆費用 無料

◆申込み・問合せ 2月17日(金)までに健康づくり課保健予防担当(直通594-5544)へ電話等でお申し込みください。

男性のための調理教室

ひとりで簡単につくれる献立に挑戦しませんか。

◆とき 2月14日(火) 午前10時から午後1時

◆ところ 中丸学習センター(中丸公民館)

◆定員 25人(申込順)

◆費用 300円(保険料等)

◆持ち物 エプロン、三角巾、ふきん

◆申込み・問合せ 2月11日(土・祝)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でお申し込みください。

◆共催 北本市食生活改善推進員協議会、市





事業名	内容・対象者	とき	ところ	備考
フッ素塗布	対 1歳6カ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	2月7日(火) 初めての人：午後1時20分～1時50分 2回目以降の人：午後1時50分～2時20分	文化センター	費 1回あたり1,365円 持 歯ブラシ、母子健康手帳、タオル 申 当日直接会場へ

子育て中の親子のふれあいの場

～地域子育て支援拠点～

市では、子育て中の親子のふれあいの場として、市内4カ所に「地域子育て支援拠点」を開設しています。

おしゃべりをしたい時、友達と遊びたい時、ちょっと子育てに悩んだ時など、気軽にご利用ください。

○ママ&キッズサロン

とき	月曜日から金曜日 午前10時から正午、午後1時から4時 ※2月23日(休)はお休み、27日(月)は午前みの開催
対象	0歳から3歳のお子さんと保護者、妊娠中の人
ところ	北本駅西口ビル2階保育ステーション

◆問合せ ☎ 592-9961

○Coccoひろば

とき	火、木、土曜日 午前10時から午後3時
対象	0歳から就学前のお子さんと保護者、妊娠中の人と配偶者
ところ	さいたまコープ北本店3階

◆問合せ ☎ 592-4039

○モンキーポッド

とき	月、第2・4火、木、金曜日 午前10時から午後3時
対象	0歳から3歳のお子さんと保護者
ところ	ワコーレ RG 北本アネックス棟104号

◆問合せ ☎ 580-4777

○中丸保育園子育て支援センター

とき	月曜日から金曜日 午前10時から午後3時
対象	0歳から就学前のお子さんと保護者
ところ	中丸保育園内

◆問合せ ☎ 592-5578

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合せは埼玉県中央広域消防本部指令課へ

☎ 597-3301(直通)

診療日 毎週月曜日から金曜日(祝日、年末年始[12月29日～1月3日まで]を除く)

診療時間 午後8時から午後10時

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 健康保険証を持参してください。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。

口腔のがんについて

あまり知られてはいませんが、口の中にもがんができるのです。

日本では口腔がんはがん全体の2%に過ぎませんが、直接生命にかかわる重大な病気であることは違いありません。また、幸いにも最悪の事態は避けられた場合でも、口腔がんのために「食べる」「飲む」「呼吸する」といった私たちの「生活の質」に直接深く結びついているお口の働きが大きく妨げられ、「生活の質」が著しく低下してしまう場合があります。

口腔がんは痛みを伴わないものが多く、口内炎と区別がつかないことがあります。口内炎では通常長くても2週間程度で治りますが、持続する場合は注意が必要です。歯肉からの出血では、歯周病との区別が必要です。

また、舌や歯肉、頬の粘膜が赤くなったり、白くなる症

状を呈する場合、粘膜の状態ががんを発生しやすい状態に変化した「前がん病変」である可能性があります。

かみづらい感じや頬、舌の動かしづらさを感じる、舌などにしびれや麻痺を感じるなどの変化が現われることもあります。

お口の中は鏡などを使えば自分で簡単に見ることができるところです。口腔がんは胃がんや肺がんなどと違って、直接目で見て調べることができることから比較的早期発見が容易ながんと言えます。お口の中を日常的にチェックし、異常を発見した時はすぐに歯科医院や歯科口腔外科を受診しましょう。

提供：北足立歯科医師会





事業名	内容・対象者	とき	ところ	備考
9カ月児 育児相談	内 身長・体重測定、運動発達の相談、離乳完了期の栄養相談、育児の心配ごと相談等 対 H23年5月生の乳児のいる母親または家族	◎東側 3月5日(月) 午前10時～11時	保健センター	持 母子健康手帳、9カ月または10カ月児育児相談質問票
		◎西側 3月6日(火) 午前10時～11時	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	3月6日(火) 午後1時30分～2時30分	母子健康センター	持 母子健康手帳
パパのための お風呂の入れ方 教室	対 初めて父親になる人と家族で希望する人	2月25日(土) 午前10時～正午	母子健康センター	定 15人 費 無料 申 2月21日(火)までに健康づくり課保健予防担当へ
献血	対 18歳から69歳までの健康な人 ※65歳から69歳の方は60歳から64歳までの間に献血したことのある人のみ	2月16日(木) 午前9時30分～正午	北本市役所	申 当日直接会場へ

※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。

内—内容 **対**—対象者(児) **定**—定員 **費**—費用 **持**—持ち物 **申**—申込み **問**—問合せ

つどいの広場事業講習会

再就職支援セミナー 「自分らしい働き方を考えよう」

働く??どんな働き方があるかな?子育て中でも働けるかな?

様々な働き方の特徴を知って、自分に合った働き方を考える第一歩にしてみましよう。

◆とき 2月23日(木) 午前10時15分から11時45分(開場10時)

◆ところ 駅西口ビル内保育ステーション

◆対象 市内在住で0歳から3歳までの子どもと保護者

◆定員 10組(申込順)

◆講師 埼玉県女性キャリアセンターカウンセラー

◆申込み 2月9日(木)午前8時30分からこども課子育て支援担当(☎591-1111・内線2379)へ電話でお申し込みください。定員となり次第締め切ります。

中丸保育園子育て支援センター

親子で遊ぼう!! ハッピータイム

親子で一緒に手遊びやふれあい遊びをしたり、パネルシアターを見たりして楽しく過ごしましょう。

◆とき 2月24日(金) 午前10時15分から11時30分(開場10時)

◆ところ 南部公民館和室

◆対象 0歳から5歳までの子どもと保護者

◆定員 20組(申込順)

◆申込み 2月6日(月)から中丸保育園へ直接お申し込みください。定員となり次第締め切ります。

◆問合せ 中丸保育園子育て支援センター(☎592-5578)

