



保健のご案内



事業名	内容・対象者	日時	場所	その他
インフルエンザ 予防接種	対 ①65歳以上の人 ②60歳以上65歳未満で心臓・じん臓・呼吸器・免疫等の機能障害のある人	10月20日(土)～ 12月25日(火)	15ページの 医療機関	定 1,500円※生活保護世帯の人は免除 持 保険証、健康手帳 申 希望する医療機関へ直接予約
大腸がん検診 (個別)	内 便潜血検査(2日法) 対 40歳以上で北本市に住居票等がある人※今年度集団検診を受けた人は対象外	11月1日(木)～ 12月25日(火)	15ページの 医療機関	定 40歳から69歳…600円、 70歳以上…300円 申 希望する医療機関へ直接予約
献血	対 18歳～69歳までの健康な人 ※65歳～69歳の人は60歳～64歳の間に献血したことのある人のみ	10月14日(日) 10:00～16:00	ハイ ワールド	申 当日直接会場へ

母子保健のご案内



事業名	内容・対象者	日時	場所	その他
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	10月26日(金) 初めての人の: 13:20～ 13:50 2回目以降の人の: 13:50～ 14:20	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 ※2回目以降は6カ月以上間隔をあけてください。
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24年6月生	◎東側 10月29日(月) 13:20～14:10 ◎西側 10月30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、健康診査質問票
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	10月29日(月) 13:30～14:10 10月30日(火) 13:30～14:10	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
1歳6カ月児健診	内 内科診察、歯科診察等 対 平成23年3月生	◎東側 10月16日(火) 13:20～14:10 ◎西側 10月19日(金) 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、健康診査質問票 現在使用している歯ブラシ、タオル
3歳児健診	内 内科診察、歯科診察、尿検査等 対 東側地区で平成21年8月・9月生	◎東側 10月31日(水) 13:20～14:10	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・業務担当へ
乳幼児育児相談	内 身体の発育など心配ごとの相談 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	11月6日(火) 13:30～14:30	母子健康 センター	持 母子健康手帳
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 平成24年1月生の乳児のいる母親または家族	◎東側 11月5日(月) 10:00～11:00 ◎西側 11月6日(火) 10:00～11:00	保健 センター 母子健康 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
マタニティ セミナー(後期)	内 お産の準備(呼吸法等)、赤ちゃんのもく浴実習 対 妊娠28週以降の妊婦や家族で希望する人	11月15日(木) 13:30～16:00	母子健康 センター	持 母子健康手帳、前期参加者は配布資料 申 11月8日(木)までに健康づくり課保健予防・業務担当へ
パパのための お風呂の入れ方 講習会	対 初めて父親になる人と家族で希望する人	11月24日(土) 10:00～12:00	母子健康 センター	定 15人 費 無料 申 11月19日(月)までに健康づくり課保健予防・業務担当へ

※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。

保健インフォメーション

ヘルスアップ調理教室

—エネルギー量を減らすコツ、調理に挑戦しませんか—

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 10月15日(月)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等でお申し込みください。

日時	内容	場所
10月19日(金) 10:00~13:00	米粉を使ったおいしい料理について、講話と調理実習	コミュニティセンター
10月25日(木) 10:00~13:00	減塩でもおいしく食べられる調理の工夫について、講話と調理実習	コミュニティセンター



平日の夜間、お子さんが病气やけがのとき

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~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。

平成7年6月1日~平成19年4月1日生まれの人へ 日本脳炎予防接種を受けましょう

平成17年度から21年度まで、全国的に日本脳炎の予防接種の積極的勧奨を差し控えていましたが、平成23年5月から全面的に再開されました。

平成7年6月1日~平成19年4月1日生まれの人については、実施機会を逃してしまった人が多いため、特例措置として20歳の誕生日の前々日まで、乳幼児期と合わせて計4回の接種をすることができます。

市と契約を結んでいる医療機関であれば、無料です。

接種の際は予約が必要となります。ご希望の場合は、母子手帳をお持ちのうえ、市役所健康づくり課9番窓口においでください。

■個別予防接種・インフルエンザ予防接種・大腸がん検診(個別)実施医療機関■

医療機関名	電話番号	BCG	三種混合、麻しん、風しん	日本脳炎	インフルエンザ	大腸がん	医療機関名	電話番号	BCG	三種混合、麻しん、風しん	日本脳炎	インフルエンザ	大腸がん
青木クリニック	592-1033		○	○	○	○	桃園園北本病院	543-1011				○	
安里医院	542-2629	○	○	○	○	○	遠井医院	591-2109	○	○	○	○	○
天地クリニック	593-1762	○	○	○	○	○	榎原外科医院	542-6582				○	○
伊藤クリニック	593-5588				○	○	林田内科医院	592-7711	○	○	○	○	○
いなぎentクリニック	593-4567				○		ひらお内科クリニック	592-8861				○	○
大久保医院	591-8171		○※1		○	○	深井小児科内科医院	591-5958	○	○	○	○	○
大友外科整形外科	591-7000				○		藤倉医院	592-3045				○	○
北里研究所メディカルセンター病院	593-1212	○	○	○	○	○	二ツ家整形外科内科	590-3344				○	○
北本整形外科	591-8871				○		本藤整形外科	592-7667			○	○	○
北本共済病院	591-7111				○		まつぎぎ整形リウマチクリニック	540-6463				○	
北本共立診療所	592-1641		○			○	南福音診療所	591-7191	○	○	○	○	○
北本心ノ診療所	598-7573				○		山崎医院	591-2244	○	○	○	○	○
北本第一クリニック	591-7622				○	○	山田医院	593-0353	○	○	○	○	○
北本中央クリニック	591-2257	○	○	○	○	○	山本内科医院	591-5025		○※2	○	○	○
さくらこどもとおとな診療所	591-2088		○			○	吉崎医院	591-4477		○	○	○	
さとうクリニック	590-5977	○	○	○	○	○	吉田医院	591-2200	○	○	○	○	○
鈴木医院	592-1313	○	○	○	○	○	よしだ整形外科内科	590-5720	○	○	○	○	○

※1…三種混合未実施。MR(麻しん、風しん)は3期・4期を実施。 ※2…三種混合未実施。

※事前に予約が必要です。なお、市外の医療機関でも接種ができますので、詳細は健康づくり課にお問い合わせください。

つどいの広場事業講習会

「ベビーマッサージ」

肌と肌とのふれあいの中で、体温を感じながら、赤ちゃんとしあわせなひとときをすごしませんか？

- 時** 10月25日(木)10:15~11:40(10:00開場)
- 場** 北本駅西口ビル内保育ステーション
- 対 定** 市内在住の生後2カ月から6カ月までの子どもと保護者10組(申込順)
- 講** ベビーマッサージセラピスト長谷部裕子さん
- 内** ベビーマッサージ、わらべうた
- 申 問** 10月11日(木)9:30から子育て支援センター(☎590-7676)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。12日(金)以降は子育て支援センター窓口でも受け付けます。



「ミニ運動会!!」

走って、飛んで、親子で思いっきり体を動かそう!!

- 時** 10月26日(金)10:15~11:15(10:00開場)
- 場** 子育て支援センター(室内)
- 対 定** 市内在住の1歳6カ月から3歳の子どもと保護者15組(申込順)
- 講** 子育て支援センター職員
- 内** 親子体操、かけっこ競争、障害物競争、借り物競走他
- 申 問** 10月15日(月)9:30から子育て支援センター(☎590-7676)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。16日(火)以降は子育て支援センター窓口でも受け付けます。



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、ちょっぴり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

問合せ ☎ 592-9961

- 時** 月～金曜日
10:00～12:00、13:00～16:00※10月22日(月)は午前のみ開催、25日(木)はお休み
- 対** 0歳～3歳未満のお子さんと保護者、妊娠中の人
- 場** 北本駅西口ビル2階保育ステーション

Coccoひろば

問合せ ☎ 592-4039

- 時** 火、木、土曜日
10:00～15:00
- 対** 0歳～就学前のお子さんと保護者、妊娠中の人と配偶者
- 場** さいたまコープ北本店3階

モンキーポッド

問合せ ☎ 580-4777

- 時** 月、木、金曜日
10:00～15:00



- 対** 0歳～就学前のお子さんと保護者
- 場** ワコーレRG北本アネックス棟104号

中丸保育園子育て支援センター

問合せ ☎ 592-5578

- 時** 月～金曜日
10:00～15:00



- 対** 0歳～就学前のお子さんと保護者
- 場** 中丸保育園内

子育て支援センター

問合せ ☎ 590-7676

- 時** 月～金曜日
9:30～12:00、13:00～15:30※10月22日(月)は午前のみ開催、26日(金)はお休み
- 対** 0歳～3歳未満のお子さんと保護者、妊娠中の人
- 場** 北本市立東保育所内



健康豆知識 第1回

糖尿病と歯周病

糖尿病とは血液中の糖分をエネルギーに変えるインスリンという物質の働きが低下し、血液中に糖分が溢れてしまう病です。高血糖の状態が続くと血管が傷つけられ、失明や慢性腎不全の原因にもなります。現在、日本では、糖尿病が強く疑われる人や可能性を否定できない人を合わせると、210万人いると推定されています。糖尿病の主な原因は、高カロリーの食事や運動不足による肥満などです。近年、歯周病は糖尿病を悪化させることが明らかになってきました。それだけではありません。糖尿病が悪化すると歯周病も悪化させてしまうのです。歯周病菌が歯と歯ぐきの間の溝(歯周ポケット)から入り込み、増加すると、血液中の免疫細胞が歯周病菌の出す毒素に触れ、TNF-αと呼ばれる物質を出します。このTNF-αはインスリンの働きを妨げます。つまり歯周病でTNF-αが増加すると、インスリンの働きが低下し糖尿病が一気に進行してしまうことがあります。また、血糖値が高いと歯ぐきの毛細血

管の血流が悪化、免疫機能が低下し、歯周病菌が退治できなくなってしまう。こうして歯周病が悪化するにつれて、さらにTNF-αが多く放出され糖尿病もますます悪化してしまう、という悪循環を繰り返してしまふのです。糖尿病治療をしている人で歯周病が悪化すると血糖のコントロールが悪くなる場合があります。逆に、歯周病が改善してくると、血糖のコントロールが改善することがあります。糖尿病の早期段階では自覚症状が乏しく、自分では糖尿病だと気がつかない場合があります。糖尿病に罹患していると、口腔内の乾燥や喉の渇き、独特な口臭といった口に関連した症状もみられることがあります。バランスのとれた食生活を心がけていますか？自分の血糖値をきちんと把握していますか？そして、定期的な歯科健診を受け、自分のお口の健康を維持することが糖尿病予防にもつながります。

提供…北足立歯科医師会



にこにこサロン ～外で遊ぼう!!～

秋空の下、走り回ったり、お散歩したり、親子で思い切り遊んでみませんか？

時 10月19日(金) 10:30～11:30

場 総合公園

対定 市内在住の0歳～未就園の子どもと保護者20組の親子(申込順)

申問 10月9日(火) 9:30から子育て支援センター(☎590-7676)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。10日(水)以降は子育て支援センター窓口でも受け付けます。※雨天の場合は中止です。雨天による開催の有無については、当日、主催者側から申込者に電話で9:00ごろ連絡します。

休日診療(当番医) 診療時間 9:00～17:00(時間厳守)

10月7日～11月4日

月日	医療機関名	科目	電話
10/7 (日)	いなぎentクリニック	耳鼻咽喉・気管 食道・形成外科	593-4567
	埼玉県中央病院(桶川市)	内・外・整外	048-776-0022
	伊藤医院(桶川市)	内・小	048-771-1059
10/8 (月・祝)	北本共立診療所	内循環器・消 放	592-1641
	埼玉県中央病院(桶川市)	内・外・整外	048-776-0022
	大野整形外科(桶川市)	整外・リハ・リウマチ	048-728-1611
10/14 (日)	天地クリニック	小・内・胃	593-1762
	小林産婦人科 クリニック(桶川市)	産婦・内・小	048-773-4135
	伊奈病院(伊奈町)	内・外	048-721-3692
10/21 (日)	吉田医院	内	591-2200
	埼玉県中央病院(桶川市)	内・外・整外	048-776-0022
	世沢整形外科(伊奈町)	整外・内・リハ	048-723-9191
10/28 (日)	藤倉医院	内・外・循内	592-3045
	埼玉県中央病院(桶川市)	内・外・整外	048-776-0022
	桶川中央クリニック(桶川市)	内	048-786-6628

月日	医療機関名	科目	電話
11/3 (土・祝)	さとうクリニック	内・消・小	590-5977
	加藤医院(桶川市)	内・循内・小	048-773-1787
	伊奈病院(伊奈町)	内・外	048-721-3692
11/4 (日)	ひらお内科クリニック	内・神経内科・ 心療内科	592-8861
	埼玉県中央病院(桶川市)	内・外・整外	048-776-0022
	おかべ耳鼻咽喉科医院(桶川市)	耳鼻咽喉	048-772-3492

埼玉県救急医療情報センター

☎048-824-4199(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24時間体制でご案内しています。

- 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。

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。

ところ・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