

## 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	<b>内</b> 心臓病や股関節の異常等の早期発見、運動発達の検査 <b>対</b> 平成25年2月生	<b>東側</b> 6月27日(木) 13:20~14:10	保健センター	<b>持</b> 母子健康手帳、健康診査票
		<b>西側</b> 6月28日(金) 13:20~14:10	母子健康センター	
離乳食の調理講習	<b>内</b> 離乳食(初期)の試食および説明、中期食以降の相談 <b>対</b> 生後4か月~6か月児のいる母親または家族	6月27日(木) 14:00~14:30	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
		6月28日(金) 14:00~14:30	母子健康センター	
1歳6か月児健診	<b>内</b> 内科健診、歯科健診等 <b>対</b> 平成23年11月生	<b>東側</b> 6月20日(木) 13:20~14:10	保健センター	<b>持</b> 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
		<b>西側</b> 6月18日(火) 13:20~14:10	母子健康センター	
3歳児健診	<b>内</b> 内科健診、歯科健診、尿検査等 <b>対</b> 東側地区で平成22年4・5月生	<b>東側</b> 6月19日(水) 13:20~14:10 ※西側は7月に実施	保健センター	<b>持</b> 母子健康手帳、健康診査票、早朝尿、目と耳のアンケート <b>申</b> 対象児以外は、健康づくり課保健予防・業務担当へ
フッ素塗布	<b>対</b> 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	6月25日(火) 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	<b>費</b> 1回当たり1,365円 <b>持</b> 歯ブラシ、母子健康手帳、タオル <b>申</b> 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	<b>内</b> 身長・体重測定、運動発達の相談、離乳後の栄養相談、育児の心配ごと相談等 <b>対</b> 平成24年9月生の乳児のいる母親または家族	<b>東側</b> 7月1日(月) 10:00~11:00	保健センター	<b>持</b> 母子健康手帳、9か月または10か月児健康相談票
		<b>西側</b> 7月2日(火) 10:00~11:00	母子健康センター	
乳幼児育児相談	<b>内</b> 身体の発育や運動発達、食事や排せつのつけ、心配ごとの相談 <b>対</b> 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	7月2日(火) 13:30~14:30	母子健康センター	<b>持</b> 母子健康手帳
パパのためのお風呂の入れ方講習会	<b>対</b> 初めて父親になる人と家族で希望する人	6月15日(土) 10:00~12:00	母子健康センター	<b>定</b> 15人 <b>費</b> 無料 <b>申</b> 6月10日(月)までに健康づくり課保健予防・業務担当へ
献血	<b>対</b> 16歳~69歳の健康な人 ※65歳~69歳の方は60歳~64歳の間に献血したことのある人のみ	6月19日(水) 14:30~16:30	北本市役所	<b>申</b> 当日直接会場へ

## 子宮頸がん・乳がん・大腸がん検診の無料クーポン券を郵送しました

がん検診の受診促進を図るため、該当年齢の人には、無料で検診を受けられるクーポン券をお送りしました。対象となる人はぜひご利用ください。

※対象の人でクーポン券が届いていない人、転入された人のうち前住所でクーポン券を使用していない人は、健康づくり課にお問い合わせください。

☎健康づくり課保健予防・業務担当 (☎594-5544)

### 子宮頸がん検診(女性)対象者

年齢	生年月日
20歳	平成4年4月2日~5年4月1日
25歳	昭和62年4月2日~63年4月1日
30歳	昭和57年4月2日~58年4月1日
35歳	昭和52年4月2日~53年4月1日
40歳	昭和47年4月2日~48年4月1日

### 乳がん(女性)・大腸がん検診(男性・女性)対象者

年齢	生年月日
40歳	昭和47年4月2日~48年4月1日
45歳	昭和42年4月2日~43年4月1日
50歳	昭和37年4月2日~38年4月1日
55歳	昭和32年4月2日~33年4月1日
60歳	昭和27年4月2日~28年4月1日

## 健康診査等のご案内

【実施期間】6月3日(月)～9月30日(月) 【実施場所】下記実施医療機関

事業名	対象	内容・費用	問合せ先
健康診査(個別)	40歳以上(昭和49年3月31日以前生まれ)の北本市国民健康保険または後期高齢者医療加入の人	内 問診、身体計測、尿検査、血圧測定、血液検査等 費 40歳～69歳 1,500円 70歳以上 800円	保険年金課 国民健康保険担当 (☎594-5575)
生活健康度測定(個別)	65歳以上で要介護、要支援の認定を受けていない人	内 問診、診察 必要に応じて、貧血検査、心電図検査 費 無料	高齢介護課 介護担当 (☎594-5540)
肝炎ウイルス検診	40歳以上(昭和49年3月31日以前生まれ)で今までC型肝炎ウイルス検査を受けたことがない人	内 B型C型肝炎血液検査 費 無料	健康づくり課 保健予防・業務担当 (☎594-5544)
胸部レントゲン検査	65歳以上(昭和24年3月31日以前生まれ)の人	内 胸部レントゲン撮影 費 無料	
前立腺がん検診(個別)	平成25年4月1日現在で50～74歳までの偶数年齢の男性で、市の検診の他に受診機会のない人	内 血液検査(PSA検査) 費 50歳～68歳 500円 70歳～74歳 200円 ※生活保護世帯の人は無料	

### 【受診方法】

#### ○国民健康保険・後期高齢者医療加入者

①受診券(対象者には市から5月下旬に受診券を郵送予定)、②健康保険証、③介護保険証(65歳以上の人)をお持ちいただき、希望する下表の医療機関へ直接お申し込みください。

#### ○その他の保険の加入者

ご加入の保険組合が健康診査を行います。詳しくは、お勤め先や保険組合にお問い合わせください。  
健康診査以外の他の検診(査)を受けることができます。希望する下表の医療機関へ直接お申し込みください。  
生活健康度測定においては、市から受診券を発行しますので、高齢介護課へお問い合わせください。

※複数の健診を受診する場合は、同時に受けてください。

## 健康診査・検査など実施医療機関(28か所)

医療機関名	電話番号	医療機関名	電話番号	医療機関名	電話番号
青木クリニック	592-1033	さくらこどもとおとな診療所	591-2088	ニツ家整形外科	590-3344
安里医院	542-2629	さとうクリニック	590-5977	本藤整形外科	592-7667
天地クリニック	593-1762	鈴木医院	592-1313	まつぎ整形リウマチクリニック	540-6463
伊藤クリニック	593-5588	桃泉園北本病院	543-1011	南福音診療所	591-7191
大久保医院	591-8171	遠井医院	591-2109	山田医院	593-0353
北本共済病院	591-7111	榎原医院	542-6582	山本内科医院	591-5025
北本共立診療所	592-1641	林田内科医院	592-7711	吉田医院	591-2200
北本整形外科	591-8871	ひらお内科クリニック	592-8861	よしだ整形外科内科	590-5720
北本第一クリニック	591-7622	深井小児科内科医院	591-5958		
北本中央クリニック	591-2257	藤倉医院	592-3045		

## ヘルスアップ調理講習会

美味しいバランス献立に挑戦しませんか

テーマ カルシウム

時 6月26日(水)10:00～13:00

場 コミュニティセンター

定 25人 費 300円(保険料等) 持 エプロン、三角巾、ふきん

申 問 6月19日(水)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。

## お子さんの予防接種について

お子さんの予防接種の際には保護者の同伴が原則必要ですが、仕事の都合等で保護者が同伴できない場合もあることから、普段のお子さんの健康状態をよくご存知の親族(成人)の同伴が認められています。

ただし、その際は、母子健康手帳、予約票の他に委任状が必要です。委任状は市役所健康づくり課窓口(9番窓口)でお受け取りいただけるほか、市ホームページからもダウンロードできます。

問 健康づくり課保健予防・業務担当(☎594-5544)

## 7月実施 集団検診(女性)

30代までの健康力アップ健診(女性)、子宮がん検診、乳がん検診の申込みを6月5日(水)まで受け付けています。詳しくは、広報きたもと5月号または市ホームページに掲載しています。

問 健康づくり課保健予防・業務担当(☎594-5544)

## つどいの広場事業講習会

### ママのためのストレッチ ～夏に向かってリフレッシュ！～

家庭でもできるストレッチを体験しよう！

**時** 6月14日(金)10:15～11:15(10:00開場)

**場** 北本駅西口ビル内保育ステーション

**内** 準備体操、講師によるストレッチ

**対** 市内在住の0歳～2歳の子どもと保護者

**定** 12組(申込順) **講** 渡辺すみ江さん

**持** バスタオル1枚、汗ふきタオル1枚、飲み物

**申** 6月4日(火)10:00から北本駅西口ビル内保育ステーション(☎592-9961)へ電話でお申し込みください。5日(水)以降は北本駅西口ビル内保育ステーション窓口でも受け付けます。なお、定員となり次第締め切ります。

### リトミック大好き!!

親子でリズムに合わせておもいっきり身体を動かそう！

**時** 6月21日(金)10:15～11:00(10:00開場)

**場** 子育て支援センター

**内** 音楽に親しみ、リズムに合わせて身体を動かしたり、歌いながら身体で表現し、親子でリトミックを楽しむ。

**対** 市内在住の2歳児の子ども(平成22年4月2日～平成23年4月1日生まれ)と保護者

**定** 12組(申込順)

**申** 6月6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。7日(金)以降は子育て支援センター窓口でも受け付けます。なお、定員となり次第締め切ります。

### パパと遊ぼうDay!

だ～いすきなパパと一緒に遊びませんか？  
いつも忙しいパパも、かわいいお子さんと楽しいひと時を過ごしましょう！

**時** 7月6日(土)10:30～11:30(10:15開場)

**場** 文化センター

**対** 市内在住の0歳～未就園児の子どもと保護者

**定** 20組(申込順)

**申** 6月14日(金)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。17日(月)以降は子育て支援センター窓口でも受け付けます。なお、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講習会

#### 親子でハッピータイム3♡「ファーストサイン講座」

ファーストサインは、親子のコミュニケーションの手段として大変注目されています。ベビーマッサージ教室「おひさま」天野悦子先生による赤ちゃんとのコミュニケーションを親子で楽しく学びましょう。

**時** 6月25日(火)10:30～12:00(10:00開場)

**場** 南部公民館

**対** 0歳～1歳半の子どもと保護者 **定** 15組(申込順)

**講** ベビーマッサージ教室「おひさま」天野悦子先生

**申** 6月3日(月)10:00から中丸保育園(☎592-5615)へ電話もしくは直接お申し込みください。なお、定員となり次第締め切ります。

### 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4か所に「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  
※ 6月14日(金)はお休み、17日(月)は午前のみ開催

**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** コープみらいコープ北本店3階

### 中丸保育園子育て支援センター

問合せ ☎ 592-5615



**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  
※ 6月21日(金)はお休み、17日(月)は午前のみ開催

**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9回

### 柔道とケガについて

平成24年4月から全国の中学校保健体育学習の中に武道とダンスが必修となりました。

武道により、日本の伝統・文化の中の礼儀作法の基本を学童期に学び修得することは、日本人として貴重な体験になることでしょう。

中学校武道は原則として柔道・剣道・相撲等から選択することになっていきます。施設や設備、用具や過去の実績、関心度から、埼玉県では約60%以上が柔道を選択しているようです。

柔道は、受け身がきちんとできなければ相手と組んで攻防の展開もできません。

最近では、小学校の児童の中で身体が固く、身体の動きがスムーズでなく、運動の調整力や平衡バランスの低下している小児が増加しているようです。

このような中で、柔道の経験のない生徒が中学校に入学し、体育授業の中での柔道授業の教育を受けることは、指導する体育教師(先生)も大変であろうと考えます。

指導者不足から柔道の高段者の外部指

導者も参入している学校も多いようです。昨今は指導者の指導のあり方も問われる時代となりました。

指導者教育も重要な課題となります。過去の報告では、中学校での柔道活動で、部活中に発生した頭部外傷(頭のケガ)や頸椎、頸髄損傷(首のケガ)を中心に重度に陥りやすい急性外傷のみならず、体や四肢手・足の外傷(ケガ)も多く発生しています。

幸いにも中学校体育活動中での重症なケガは少ないようですが、武道中の外傷や疾病の安全対策や応急処置も学べる講習会も必要となるでしょう。

基本的な礼儀作法や柔道の受け身を十分に習得することは、今後成長して社会活動の中で、対人関係や、自分自身のケガの予防に役立つことと考えます。

武道は、今後中学校の授業のみならず、幼稚園、小学校から基本を学ぶことが、心身共に健やかに成長するうえで「脳と心と体」の発育・発達に有用であろうと考えます。

提供：桶川北本伊奈地区医師会

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 #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、048-833-7911へおかけください。

相談時間

月～土曜日 19:00～翌朝7:00まで  
日曜日・祝日・年末年始 9:00～翌朝7:00まで

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～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。

## 休日診療(当番医) 診療時間 9:00～17:00(時間厳守)

6月8日～7月7日

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・整外		048-776-0022
	木村クリニック(伊奈町) 内・心内・脳神外・リハ		048-723-8884
6/16 (日)	さくらこどもとおとな診療所 内・循環器・小		591-2088
	伊藤医院(桶川市) 内・小		048-771-1059
	伊奈病院(伊奈町) 内・外		048-721-3692
6/23 (日)	鈴木医院 内・小		592-1313
	大野整形外科(桶川市) 整外・リハ・リウマチ		048-728-1611
	埼玉県中央病院(桶川市) 内・外・整外		048-776-0022
6/30 (日)	南福音診療所 内・小		591-7191
	小林産婦人科クリニック(桶川市) 産・内・小児		048-773-4135
	伊奈病院(伊奈町) 内・外		048-721-3692

月日	医療機関名	科目	電話
7/7 (日)	安里医院 内・小		542-2629
	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

### 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