



保健事業のご案内



事業名	内容・対象者	日時	場所	その他
こころの相談	内 心の健康に不安があり受診したほうがよいか悩んでいる人等の相談に応じます 対 市内在住の人で本人またはその家族(治療中の人はご遠慮ください)	7月23日(水) 13:30~15:00	母子健康センター	定 3人 費 無料 講 相談員 岡本浩之さん(精神科医) 申 7月16日(水)までに健康づくり課保健予防・業務担当へ ※事前予約制です

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	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26年3月生	東側 7月24日(木) 13:20~14:10	保健センター	持 母子健康手帳、健康診査票
		西側 7月25日(金) 13:20~14:10	母子健康センター	
離乳食の調理講習	内 離乳食初期の試食および説明、中期食以降の相談 対 生後4か月~6か月児のいる保護者	7月24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
		7月25日(金) 14:00~14:30	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 平成24年12月生	東側 7月18日(金) 13:20~14:10	保健センター	持 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
		西側 7月17日(木) 13:20~14:10	母子健康センター	
3歳児健診	内 内科健診、歯科健診、尿検査等 対 西側地区で平成23年5・6月生	西側 7月22日(火) 13:20~14:10 ※東側は8月に実施	母子健康センター	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
フッ素塗布	対 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	7月29日(火) 初めての人の人: 13:20~13:50 2回目以降の人の人: 13:50~14:20	文化センター	費 1回当たり1,404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か月以上間隔をあけてください
9か月児育児相談	内 身長・体重測定、運動発達の観察、離乳完了期の栄養相談、育児の心配ごと相談等 対 平成25年10月生の乳児のいる母親または家族	東側 8月4日(月) 10:00~10:45	保健センター	持 母子健康手帳、9か月または10か月児健康相談票
		西側 8月5日(火) 10:00~10:45	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	8月4日(月) 13:30~14:30	保健センター	持 母子健康手帳
マタニティセミナー(前期)	内 妊娠中の栄養、赤ちゃんの保育と観察、歯の健康づくり 対 妊娠27週までの妊婦や家族で希望する人	7月16日(水) 10:00~15:00	母子健康センター	持 母子健康手帳 費 300円(食材料費) 申 7月9日(水)までに健康づくり課保健予防・業務担当へ
マタニティセミナー(後期)	内 出産の準備(呼吸法等)、赤ちゃんのお風呂の入れ方(実習) 対 妊娠28週以降の妊婦や家族で希望する人	7月30日(水) 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 7月23日(水)までに健康づくり課保健予防・業務担当へ

熱中症にご注意を!



熱中症は暑い環境にさらされることにより発症します。室内でも気温に気をつけるようにしましょう。節電への取組みから、熱中症対策がおろそかにならないようご注意ください。

熱中症予防5つのポイント

1. 高齢者は上手にエアコンを使いましょう
 2. 急に暑くなる日、湿度が高い日は注意しましょう
 3. 水分・塩分をこまめに補給しましょう
 4. 「おかしい!?'と思ったら病院に相談しましょう
 5. 周りの人の体調にも気配りしましょう
- ☎健康づくり課保健予防・業務担当(☎594-5544)

人間ドック・脳ドック検診補助金交付制度

補助金交付制度

対象 30歳以上の国民健康保険または後期高齢者医療制度にご加入の人で、保険税・保険料の滞納のない人

補助額等 ①医療機関が定める検診料の7割(ただし上限2万円)を一年度につき1回交付。
②人間ドック検診・脳ドック検診のいずれか一方が一年度(毎年4月1日～3月31日)に1回交付。

検査項目

・人間ドック…血液、尿、循環器、消化器、呼吸器等の総合的な検診で、特定健康診査の検査項目をすべて含むもの。
・脳ドック…MRI、MRA等の画像診断、問診、診察、血液検査等の検査で脳ドックと称するもの。

申請方法

北本市・桶川市・伊奈町の指定医療機関で受ける場合 受診する医療機関に直接予約をし、予約票を受け取ります。その後、予約票と印鑑、国民健康保険または後期高齢者医療制度の被保険者証をお持ちのうえ、保険年金課で申請手続きをしてください。申請受理後、「受給者証」を発行しますので、検診日に医療機関の窓口へ提出し、自己負担分をお支払いください。

指定医療機関以外の場合 医療機関で受診後、領収書、検診結果の写しと国民健康保険または後期高齢者医療制度の被保険者証、印鑑および補助金振込先の口座番号等がわかるものをお持ちのうえ、保険年金課で申請手続きをしてください。※領収書と検診結果の写しについては、「人間(脳)ドック検診」と明記されていること。審査終了後、補助金を指定口座に振り込みます。

※指定医療機関は市ホームページをご覧ください。

☎保険年金課国民健康保険担当(☎594-5541)、後期高齢者医療担当(☎594-5542)

食中毒が心配な季節です

生や加熱不足の肉を原因とした食中毒は毎年発生しています。

特に、気温が高く湿気が多いこの時期は、カンピロバクターや腸管出血性大腸菌(O157、O111)などの細菌を原因とした食中毒が発生しやすくなります。

食中毒予防の3原則を守って、食中毒を予防しましょう！

食中毒予防の3原則は、食中毒菌を、

○つけない

食材や手はもちろん、肉や魚を扱ったまな板や包丁もこまめに洗いましょう。

○増やさない

調理したらすぐに食べ、保存する場合は冷ましてから冷蔵庫へ入れましょう。

○やっつける

肉は中心部まで十分に加熱しましょう。

☎鴻巣保健所生活衛生・薬事担当(☎541-0249)

集団検(健)診の追加申込みのお知らせ

下記のとおり集団検(健)診の追加申込みを受け付けます。定員になり次第締め切ります(先着順)。

☎7月9日(水)～15日(火)に健康づくり課保健予防・業務担当(☎594-5544)へ電話または直接窓口にてお申し込みください(土・日曜日、祝日は除く)。

内容	募集人員	月日	会場
肺がん	各検(健)診項目 150人程度 (1日あたり約20人)	9月9日(火)・10日(水)・11日(木)	保健センター(勤労福祉センター1階)
大腸がん			
乳がん			
子宮がん	※空き状況により、ご希望に添えないことがあります。	9月12日(金)・28日(日)・29日(月)・30日(火)	母子健康センター(コミュニティセンター1階)
30代までの健康力アップ健診(女性)			

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、予診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(11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。

☎健康づくり課保健予防・業務担当(☎594-5544)

子宮頸がんワクチン予防接種について

平成25年4月1日から、小学6年生～高校1年生相当の女性を対象に法律に基づき実施している、「子宮頸がんワクチン予防接種」に関し、昨年6月14日に厚生労働省から、「当面の間、積極的な勧奨を行わないこと」とする旨、通知がありました。これは、ワクチン接種後の様々な反応の発現状況が明らかになるまでの間の措置であり、現在も継続中です。市から個別の勧奨通知等はいりませんが、希望される場合は、今までどおり接種することは可能です。

接種の有効性とリスクをよくご理解のうえ、接種についてご判断ください。

広報きたもと4月号でご案内しました「平成26年度北本市内予防接種実施医療機関一覧」について、一部訂正し、お詫びいたします。

	誤	正
北本共済病院	四種混合・ポリオ接種	四種混合のみ接種
深井小児科内科医院	ポリオのみ接種	四種混合・ポリオ接種

つどいの広場事業講習会

「親子で人形劇を楽しむ」

人形劇やペープサート、トーンチャイムの演奏など鴻巣女子高等学校の皆さんと一緒に楽しく過ごしましょう！

時 7月23日(水) 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 人形劇、ペープサート観劇、トーンチャイムの演奏体験

対定 市内在住の0歳～就学前の子どもと保護者(平成20年4月2日以降の生まれ)15組(申込順)

講 鴻巣女子高等学校 人形劇部

申問 7月7日(月) 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。8日(火)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。定員となり次第締め切ります。

「小麦粉粘土を作って遊ぼう！」

まぜまぜ、こねこね、小麦粉を使って粘土を作り、感触遊びを楽しもう♪

時 7月15日(火) 10:15～11:30(10:00開場)

場 北本市子育て支援センター

内 小麦粉粘土作り、パネルシアター等

対定 市内在住の2歳～就学前の子どもと保護者(平成20年4月2日生まれ～平成24年7月15日生まれ)16組(申込順)

持 大きめのボウル(できれば24cm以上の物)

申問 7月7日(月) 9:30から北本市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。8日(火)以降は子育て支援センター窓口でも受け付けます。

親子で楽しく♪ チャレンジクッキング！

食事の大切さを学び、食事づくりをとおして、お子さんと楽しい時間を過ごしませんか？

時場

月日	会場	時間
7月22日(火)	中丸公民館	各会場 9:30～13:00
7月23日(水)		
7月29日(火)	コミュニティセンター	
7月30日(水)	勤労福祉センター	
7月31日(木)		

内 栄養士講話、調理実習と試食

対 小学校3年生・4年生とその保護者

定 各15組(申込順)

費 300円(1人につき)

持 エプロン、三角巾、ふきん

申問 7月4日(金)～17日(木)に直接または電話で健康づくり課保健予防・業務担当(☎594-5544)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

※ 7月23日(水)はお休み

対 0歳～就学前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

北本市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

※ 7月15日(火)はお休み

対 0歳～就学前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22回

ひざのスポーツ外傷について

ひざの構造

ひざには大腿骨(太ももの骨)と脛骨(すねの骨)があります。横から見ると大腿骨は丸い形をしており、脛骨は平らな形をしています。骨の表面には軟骨がついており、大腿骨の丸い骨が、脛骨の平らな所を転がることでひざが曲がったりのびたりしています。この大腿骨が脛骨の上できちんとこがるようにさせてくれている4つの靭帯があります。前後の動きをさせているのが前十字靭帯と後十字靭帯、横の動きをさせているのが内側側副靭帯と外側側副靭帯です。また丸い大腿骨が平らな脛骨とより広い面積で接するように、内側と外側にそれぞれ半月板という軟骨が大腿骨と脛骨の間に挟まっています。

ひざの外傷

スポーツの際にひざに無理な力が関わった場合、ひざを作っている骨、軟骨、半月板がいたむことがあります。①骨折…骨が折れたり、靭帯がついて

るところの骨がはがれたりすることを言います。

②軟骨損傷…大腿骨や脛骨の表面にある軟骨に傷がついたりはがれたりすることを言います。

③靭帯損傷…ひざをさせている靭帯が切れたりのびたりすることを言います。

④半月板損傷…大腿骨と脛骨の間にある半月板がきれたりつぶれたりすることを言います。

いずれの損傷もけがをしたときは痛みが主な症状ですが、靭帯損傷や半月板損傷ではけがをした後、ふくたつてからひざのぐらつきやひっかかり感などの症状が出てきます。このぐらつきやひっかかりによって新たな損傷がおこります。そのため受傷時に正確な診断と適切な治療が必要です。ひざを痛めた場合は必ず整形外科にかかりましょう。

提供…一般社団法人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。

休日診療(当番医) 診療時間 9:00～17:00(時間厳守)

7月8日～8月7日

月日	医療機関名	科目	電話
7/13(日)	ニッ家整形外科	整外・リハ・リウ・内	590-3344
	栗原クリニック(桶川市)	内・循内・小児	048-786-2168
7/20(日)	伊奈病院(伊奈町)	内・外	048-721-3692
	まつざき整形リウマチクリニック	整外・リハ・リウ・内	540-6463
	埼玉県中央病院(桶川市)	内・外・整外	048-776-0022
7/21(月・祝)	今成医院(伊奈町)	内	048-723-8280
	藤倉医院	循内・外・内	592-3045
	埼玉県中央病院(桶川市)	内・外・整外	048-776-0022
7/27(日)	桶川K・Nクリニック(桶川市)	脳外・皮・リハ・麻・整外	048-787-7715
	北本心ノ診療所	心内・精	598-7573
	朝日内科歯科医院(桶川市)	内・小・消化器	048-774-9385
	伊奈病院(伊奈町)	内・外	048-721-3692

月日	医療機関名	科目	電話
8/3(日)	いなぎentクリニック	耳鼻咽喉・気管食道・形外	593-4567
	埼玉県中央病院(桶川市)	内・外・整外	048-776-0022
	鳥山こどもクリニック(伊奈町)	小	048-723-5557

- 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、健康保険証をお持ちください。

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。

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、健康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