



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(治療中の人のご遠慮ください)	9月24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 9月17日(水)までに健康づくり課保健予防・業務担当へ

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5月生	東側 9月25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 9月26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	9月25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
		9月26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25年2月生	東側 9月18日(木) 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 9月16日(火) 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7・8月生	西側 9月17日(水) 13:20~14:10 ※東側は10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	9月29日(月) 初めて:13:20~13:50 2回目以降: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25年12月生の乳児のいる母親または家族	東側 10月6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 10月7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	10月6日(月) 13:30~14:30	保健センター	持 母子健康手帳
献血	対 16歳~69歳の健康な人 ※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	9月29日(月) 10:00~16:00	北本駅西口	申 当日直接会場へ
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	9月24日(水) 13:30~16:00	保健センター	持 母子健康手帳 申 9月17日(水)までに健康づくり課保健予防・業務担当へ

ヘルスアップ調理講習会

薄味でもおいしく食べるための“コツ”が学べます!

時 9月25日(木)10:00~13:00 **場** 中丸公民館**定**25人(申込順) **費**300円(保険料等)**持** エプロン、三角巾、ふきん**内** 生活習慣病に関する講話、調理実習**申** 9月19日(金)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等でお申し込みください。

体力アップであなたも健康美人

楽しく運動を体験してみませんか?

時 10月14日(火)・20日(月) 2日間1コースの運動教室です。いずれも9:30~11:45(9:10受付)**場** コミュニティセンターホール**内** ストレッチ、ウォーキング、健康講話 他**対** 市内在住の18歳~50歳の女性40人**費** 無料 **持** 運動用シューズ(室内履き)、飲み物、タオル、筆記用具、動きやすい服装(ジーンズ不可)**申** 10月3日(金)まで健康づくり課保健予防・業務担当(☎594-5544)へ電話等でお申し込みください。※当日は保育があります。

平成26年度 子宮がん検診(個別)のお知らせ

対象年齢	20歳以上										
内容	内診 子宮頸部細胞診※子宮体部細胞診について…頸部細胞診を受診し、医師が必要と判断した場合に実施。										
費用	<table border="0"> <tr> <td>頸がん</td> <td>20～69歳</td> <td>1,000円</td> <td>70歳以上</td> <td>500円</td> </tr> <tr> <td>頸がんおよび体がん</td> <td>20～69歳</td> <td>1,500円</td> <td>70歳以上</td> <td>700円</td> </tr> </table> <p>※生活保護世帯の人は、無料となりますので、検診当日に受給証をご提示ください。</p>	頸がん	20～69歳	1,000円	70歳以上	500円	頸がんおよび体がん	20～69歳	1,500円	70歳以上	700円
頸がん	20～69歳	1,000円	70歳以上	500円							
頸がんおよび体がん	20～69歳	1,500円	70歳以上	700円							
実施期間と場所	<p>10月1日(水)～12月25日(木)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・北本市…吉田医院(☎591-2200) ・鴻巣市…内山医院(☎596-0212)、はやしだ産婦人科医院(☎541-8000)、平野産婦人科医院(☎548-4422) ・桶川市…小林産婦人科クリニック(☎048-773-4135)※各医療機関の診療日を必ずご確認ください。 										
申込方法	<p>期間：9月16日(火)～12月18日(木)</p> <p>健康づくり課へ直接または電話で申込みをし、受診券を受け取った後、上記医療機関へ予約してください。受診の際には、必ず受診券をお持ちください。</p> <p>※子宮頸がん検診無料クーポン券をお持ちの人は、健康づくり課への申込みは不要です。上記医療機関に直接予約のうえ、無料クーポン券と健康保険証をお持ちいただき、受診してください。</p>										
問合せ	健康づくり課保健予防・業務担当(☎594-5544)										

(注意事項)※平成25年度子宮がん検診、平成26年度子宮がん検診(平成26年7月実施分)を受診された人は、お申し込みできません。※定期的に通院中の人、妊娠中の人、職場検診等で同様の検診がある人は、ご遠慮ください。

歯科健康診査を実施します!



日本人が歯を失う原因の第1位は歯周病です。30代以降では、すでに8割の人がかかっていると言われていますが、自覚症状が少ないので、気づいたときにはかなり進行していることもあります。口の中の健康は全身の健康状態に大きな影響を及ぼします。この機会をぜひご利用ください。

時 9月29日(月)13:30～15:00(予約制) 場 文化センター 対 健診当日20歳以上 定 70人(先着順) 内 むし歯・歯周病・歯周ポケットの診査、ブラッシング指導 費 70歳未満300円、70歳以上150円 申 9月5日(金)より、健康づくり課保健予防・業務担当(☎594-5544)へ直接または電話でお申し込みください。

小児の水痘、成人の肺炎球菌予防接種が定期化されます!

平成26年10月1日から、小児の水痘、成人の肺炎球菌について、定期予防接種として、契約医療機関で個別に実施します。(契約医療機関の詳細は広報「きたもと」10月号)

水痘 ①接種当日1歳～3歳の誕生日前日までの人 2回
②接種当日3歳～5歳の誕生日前日までの人 1回(特例措置:平成27年3月31日までに接種してください。)
ただし、①、②とも今までに水痘にかかった人は対象となりません。また、任意で既に接種した人は、その回数を差し引いて接種します。*対象の人には個別に通知します。

肺炎球菌 平成27年3月31日までの接種対象者

①平成26年度中に以下の各年齢になる人(以下の誕生日に該当する人)*対象の人には個別に通知します。
65歳(昭和24年4月2日～昭和25年4月1日) 70歳(昭和19年4月2日～昭和20年4月1日)
75歳(昭和14年4月2日～昭和15年4月1日) 80歳(昭和9年4月2日～昭和10年4月1日)
85歳(昭和4年4月2日～昭和5年4月1日) 90歳(大正13年4月2日～大正14年4月1日)
95歳(大正8年4月2日～大正9年4月1日) 100歳(大正3年4月2日～大正4年4月1日)
101歳以上(大正3年4月1日以前)

②接種当日60～64歳で、心臓、腎臓、呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障害を有する人(心臓・腎臓・呼吸器・免疫機能でおおむね身体障害者手帳1級程度の人)

ただし、①、②とも今までに任意で肺炎球菌予防接種を受けた人は対象となりません。

※接種の際、費用の一部自己負担が発生します。(詳細は広報「きたもと」10月号)

※平成27年4月1日以降、毎年度順次対象の生年月日が変わり、5年間かけて65歳以上の人全員に接種の機会を設けます。(任意で接種した人を除く) 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

知っておこう!こどもの防犯

埼玉県警ひまわりの皆さんによる人形劇とお話を聞きますか?

時 9月29日(月)10:30~11:00(10:15開場)

場 北本駅西口ビル内保育ステーション

対 市内在住の1歳~就学前の子どもと保護者(平成20年4月2日~平成25年9月29日の生まれ) **内** 防犯の話、人形劇

定 15組(申込順) **講** 埼玉県警察本部 防犯指導班ひまわり

申 9月9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。10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。定員となり次第締め切ります。

ミニ運動会

走って、跳んで、親子で思い切り体を動かそう!!

時 9月19日(金)10:15~11:30(10:00開場)

場 北本市子育て支援センター

対 市内在住の1歳6か月~就学前の子どもと保護者(平成20年4月2日~平成25年3月19日の生まれ)

定 15組(申込順) **内** リズム遊び、障害物競争等

申 9月5日(金)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。8日(月)以降は北本市子育て支援センター窓口でも受け付けます。定員となり次第締め切ります。

出張ぺんぎんひろば

1歳児のお子さん同士、楽しく遊びましょう!

時 9月30日(火)10:30~11:30(10:15開場)

場 中丸公民館

対 市内在住の1歳児と保護者(平成24年4月2日~平成25年4月1日の生まれ)

定 20組(申込順)

内 親子ふれあい遊び、体操、集団遊び等

申 9月12日(金)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。16日(火)以降は北本市子育て支援センター窓口でも受け付けます。定員となり次第締め切ります。

双子ちゃん集まれ!~第2弾~

子どもの遊び場としてはもちろん、多胎児ならではの情報交換や友達づくりの場として親子で気軽に遊びに来てみませんか?

時 10月9日(木)10:30~11:30(10:15開場)

場 北本市子育て支援センター

対 市内在住の0歳~就学前の多胎児と保護者

定 10組(申込順)

内 情報交換やスキンシップ遊び、絵本の読み聞かせ等

申 9月9日(火)9:30から北本市子育て支援センター(☎590-7676)へ電話または窓口へお申し込みください。

●中丸保育園子育て支援センター講習会● ベビーマッサージ&歌遊び抱っこダンス 「親子で簡単にできるペアワーク」

時 9月5日(金)10:30~11:30

場 南部公民館

対 首が据わった0歳~1歳のお子さんとその保護者 **定** 15組(申込順)

持 オムツ・飲み物・バスタオル・抱っこひも・家で使っているオイル(マッサージ用)

講 ベビーボンディングスペシャリスト 佐々木圭子氏

申 9月2日(火)10:00~15:00に中丸保育園子育て支援センター(☎592-5615)へ電話もしくは直接お申し込みください。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

※9月29日(月)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



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

※9月19日(金)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24回

食物アレルギー(アナフィラキシー)とその対応

食物アレルギーとは食物に含まれる特定のタンパク質を異物(自分とは違うもの)と体が判断し、体を守るための仕組みである「免疫」が過剰に働くことによりさまざまな症状を引き起こす状態です。

アナフィラキシーとは特定の食物を食べた後、短い時間のうちに全身にあらわれる激しい急性のアレルギー反応です。さらに血圧低下や意識消失などのショック症状を引き起こし生命に係わる状態まで進んだものをアナフィラキシーショックと言います。

小麦や甲殻類など特定の食物を食べた後2時間以内に運動することでアナフィラキシー症状が出る食物依存性運動誘発性アナフィラキシーという病気もありますが、アナフィラキシーの多くは食後1時間以内に起こります。原因食物には鶏卵・牛乳・小麦・そば・ピーナッツなどがあります。

アナフィラキシーの症状として多いのはじんましん、赤み、かゆみなどの「皮膚の症状」。せき、げいぜい、息苦しさを「呼吸器の症状」と目のかゆみやむくみ、くちびるの腫れなどの「粘膜の症状」です。そのほか腹痛、嘔吐などの「消化器の症状」、さらに血圧低下などの「循環器の症状」な

どがあります。全身じんましんにせいでいなどの呼吸困難を伴うなどアナフィラキシーの症状を認めた場合、過去にアナフィラキシーをおこした原因食物を誤って食べてしまった場合は、症状が進みアナフィラキシーショックとなることを防ぐため、適切な判断と早い対応が必要となります。食物が口の中に残って吐き出さず、吐き出さず水でゆすぎ、手で触っていたら水で洗い流す。患者を走らせたりせず、処置のできる部屋に運び、仰向けで寝かせ足を高くして楽な姿勢にします。医療機関で治療を受けるまでの補助治療剤としてエピペンというアドレナリンの自己注射薬を医師より処方されている人に対しては太もも前側の筋肉に注射します。基本的には患者自身や保護者が使用することが原則ですが、緊急の場合保育園、学校の居合わせた関係者が本人の代わりに注射することは認められています。エピペンは原因食物を食べてから30分以内に投与が必要とす。エピペンを応急処置として使用したあとは必ず一刻も早く病院を受診してください。

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のけがのとき

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、お子さんが病気のけがのとき

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
埼玉県央広域消防本部へ

☎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) 9月8日～10月7日

月日	医療機関名	科目	電話
9/14(日)	吉田医院(北本市)	内	591-2200
	埼玉県央病院(桶川市)	内・外・整外	048-776-0022
	桶川日出谷診療所(桶川市)	脳神・整外・皮・外	048-786-7715
9/15(月・祝)	北本共立診療所(北本市)	内・消・循・放	592-1641
	プラムの里診療所(桶川市)	内	048-787-2882
	伊奈病院(伊奈町)	内・外	048-721-3692
9/21(日)	耳鼻咽喉科岡田医院(北本市)	耳鼻咽喉	591-3855
	埼玉県央病院(桶川市)	内・外・整外	048-776-0022
	伊奈中央病院(伊奈町)	内・胃腸	048-721-3022
9/23(火・祝)	北本整形外科(北本市)	整外・皮・リハ	591-8871
	埼玉県央病院(桶川市)	内・外・整外	048-776-0022
	ゆげクリニック(桶川市)	内・循環器	048-777-3000
9/28(日)	天地クリニック(北本市)	内・小・胃	593-1762
	大谷記念病院(桶川市)	内	048-728-2411
	伊奈病院(伊奈町)	内・外	048-721-3692

月日	医療機関名	科目	電話
10/5(日)	山崎医院(北本市)	小・内	591-2244
	埼玉県央病院(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

- 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