



保健事業のご案内

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(月)～ 12月25日(木)	下記 医療機関	費 1,500円※生活保護世帯の人は免除 持 健康保険証、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 便潜血反応検査(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(土)～ 12月25日(木)	下記 医療機関	費 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 16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19日(日) 10:00～16:00	ハイ ワールド	申 当日直接会場へ

小児の「水痘」、高齢者の「肺炎球菌」予防接種が始まります

広報「きたもと」8・9月号でお知らせしたとおり、法律に基づく予防接種として、小児の「水痘」、高齢者の「肺炎球菌」予防接種を開始します。

開始時期 10月1日(水)から **実施場所** 下表医療機関 **申** 医療機関に直接

自己負担額 高齢者の肺炎球菌は、費用の一部自己負担(2,500円)があります。

※いずれの予防接種も、年齢や生年月日で接種できる人が決まっています。今年度の対象の人には、個人通知をしました。

大腸がん検診(個別)・インフルエンザ予防接種・小児水痘予防接種・ 高齢者肺炎球菌予防接種 実施医療機関

医療機関名	電話番号	大腸がん	インフルエ ンザ	小児水痘	高齢者 肺炎球 菌	医療機関名	電話番号	大腸がん	インフルエ ンザ	小児水痘	高齢者 肺炎球 菌
青木クリニック	592-1033	○	○	○	○	桃泉園北本病院	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	○	○		○	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	○	○		○
北里大学 メディカルセンター	593-1212		○	○	○	二ツ家整形外科	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	○	○		○
さくらこどもとおとな 診療所	591-2088	○		○	○	吉田医院	591-2200	○	○	○	○
さとうクリニック	590-5977	○	○	○	○	よしだ整形外科内科	590-5720		○	○	○
鈴木医院	592-1313	○	○	○	○						

※事前に予約が必要です。予防接種については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。

ヘルスアップ調理講習会

米粉を使った料理をつくります！

- 時**10月21日(火)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10月16日(木)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。

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**問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。



母子保健事業のご案内

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	10月28日(火) 初めての人:13:20~13:50 2回目以降の人:13:50~14:20	文化センター	費 1回あたり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。
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6月生	◎ 東側 10月23日(木)13:20~14:10 ◎ 西側 10月24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か月~6か月児のいる母親	10月23日(木)14:00~14:30 10月24日(金)14:00~14:30	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か月児健診	内 内科健診、歯科健診等 対 平成25年3月生	◎ 東側 10月16日(木)13:20~14:10 ◎ 西側 10月15日(水)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、健康診査票 現在使用している歯ブラシ、タオル
3歳児健診	内 内科健診、歯科健診、尿検査等 対 東側地区で平成23年8月・9月生	◎ 東側 10月22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4日(火)13:30~14:30	母子健康センター	持 母子健康手帳
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26年1月生の乳児のいる母親または家族	◎ 東側 11月10日(月)10:00~10:45 ◎ 西側 11月4日(火)10:00~10:45	保健センター 母子健康センター	持 母子健康手帳、9か月または10か月児健康相談票
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8日(土)10:00~12:00	母子健康センター	定 15人 費 無料 申 11月4日(火)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(前期)	内 妊娠中の栄養、赤ちゃんの保育について、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	10月21日(火)10:00~15:00	保健センター	持 母子健康手帳 申 10月14日(火)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。

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い合わせは
埼玉県中央域消防本部へ

☎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。

つどいの広場事業講習会

「絵本の世界へようこそ」 親子で絵本を楽しみましょう

- 時** 10月16日(木) 10:30~11:30(10:15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0歳~2歳の子どもと保護者(平成23年10月17日以降の生まれ)15組(申込順)
- 講** 吉田 睦さん
- 内** 絵本の大切さについてのお話、手遊び・絵本の読み聞かせなど
- 申 問** 10月9日(木) 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(金)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。

「音遊び♪」

- 親子で音楽に触れ合い、楽しいひと時を過ごしましょう!
- 時** 10月17日(金) 10:15~11:00(10:00開場)
 - 場** 北本市子育て支援センター
 - 対 定** 市内在住の1歳の子どもと保護者(平成24年10月18日~平成25年10月17日生まれ)12組(申込順)
 - 内** 音楽に親しみ、リズムに合わせて身体を動かす。親子で楽器に触れ、音を楽しむ。
 - 申 問** 10月6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。7日(火)以降は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。

11月から北本市の子育て支援センターとママ&キッズサロンの 管理運営は、指定管理者が行います

東保育所に隣接する子育て支援センターと、北本駅にあるママ&キッズサロンは、11月1日から、児童館の指定管理者と同じシダックス大新東ヒューマンサービス株式会社が管理運営を行います。

11月1日から、児童館、北本市子育て支援センター、北本市北本駅子育て支援センターを連携しながら、運営を図っていきます。なお、指定管理者制度の導入により、ママ&キッズサロンは、北本駅子育て支援センターに名称が変更されます。

問 こども課子育て支援担当(☎594-5537)



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
※10月16日(木)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
※10月9日(木)は午後のみ開催、17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25回

「歯周病の予防」

歯周病は、歯ぐきに腫れや出血がみられ、また膿が出たり、時には強い痛みを伴い、最後には歯がグラグラになって抜けてしまう病気です。

中高年の病気とされている人も多いのですが、10代の若者の約50%が歯周病の一手前の歯肉炎にかかっていたり、思春期の約30人に1人が若年性歯周炎という重い歯周病にかかるという報告もあります。

また、歯周病があると糖尿病を悪化させたり動脈硬化や心筋梗塞のリスクを高めるとも言われています。肥満・高血圧などと同様に他の病気と重なる事で心臓病や脳卒中のリスクを高める生活習慣病の1つと考えられます。

歯周病予防には、まずプラーク(歯垢)を取り除くことです。プラークは、口の中のさまざま細菌の巣です。

基本的には毎日の歯磨きが大切ですが、定期的に健診を受け、正しく歯磨きができていないかチェックし、残っているプラークや歯石があれば取り除きましょう。

また、歯ブラシ以外にも歯間ブラシ・部分磨きブラシ・デンタルフロスなどの補助清掃器具も使用するよりきれいになります。

これらの器具は歯科医師や歯科衛生士の指導のもと正しく使しましょう。

次に重要なのは生活習慣の改善です。喫煙は歯ぐきの血流を悪くし、歯周病を悪化させます。食生活では、甘い物や軟らかい物ばかり食べているとプラークが付きやすく、歯周病のリスクも高めます。不摂生な生活やストレスも原因の1つと考えられています。

毎日の歯磨き、食生活の改善、禁煙、規則正しい生活を送り、歯周病だけでなく生活習慣病の予防にも心がけましょう。

提供…一般社団法人北足立歯科医師会



休日診療(当番医)

診療時間 9:00~17:00(時間厳守)

10月8日~11月7日

月日	医療機関名	科目	電話
10/12 (日)	南福音診療所	内・小	591-7191
	埼玉県央病院(桶川市)	内・外・整外	048-776-0022
	伊藤医院(桶川市)	内・小	048-771-1059
10/13 (月・祝)	北本共済病院	内・胃腸・外・整外・脳外・泌・皮・麻・放	591-7111
	埼玉県央病院(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
10/19 (日)	山本内科医院	内	591-5025
	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
10/26 (日)	北本第一クリニック	内・胃腸	591-7622
	埼玉県央病院(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
11/2 (日)	大友外科整形外科	整外・皮・リハ・外	591-7000
	埼玉県央病院(桶川市)	内・外・整外	048-776-0022
	加藤医院(桶川市)	内・循	048-773-1787

月日	医療機関名	科目	電話
11/3 (月・祝)	山田医院	内・小	593-0353
	おかべ耳鼻咽喉科医院(桶川市)	耳鼻	048-772-3492
	伊奈病院(伊奈町)	内・外	048-721-3692

- 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