

歯科健康診査の追加募集をします

歯や口腔内を健康に保つことは、おいしく食べる、会話を楽しむなど、豊かで質の高い生活を送るためには欠かせないものです。ご自分のお口の中の状態を知るために、この機会をぜひご利用ください。

時定 2月19日(日) 14:30から5人
2月20日(月) 14:00から10人
14:30から10人

場 母子健康センター(コミュニティセンター1階)

対 健診当日20歳以上(平成28年7月、8月に市の歯科健診を受診した人を除く)

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 健康づくり課保健予防・業務担当(☎594-5544)へ電話または直接。

卒業献血キャンペーン

冬場は特に血液が不足します。献血へのご協力をお願いします。

期 2月1日(水)～4月30日(日)

場 県内の献血ルーム

対 高校卒業(見込み)の人

持 学校で配られたチラシ

他 献血にご協力いただくと、埼玉県限定の素敵なプレゼントを差し上げます!
※プレゼントはなくなり次第終了。

【キャンペーン記念品】

ケース付イヤホン



20歳までに日本脳炎予防接種を忘れず受けましょう!

予防接種のお知らせ 

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19年4月1日以前の生まれの人は、接種機会を逃してしまった人が多いため、特例措置として20歳の誕生日の前日まで、乳幼児期と合わせて計4回接種することができます。接種が済んでいるかどうか母子健康手帳でご確認ください。

市と契約を結んでいる医療機関であれば、無料で接種ができます。

接種の際には予診票が必要となります。ご希望の場合は母子健康手帳をお持ちのうえ、健康づくり課11番窓口へ。

成人肺炎球菌の定期予防接種実施期限が迫っています!

対象者	<p>①平成28年度中に、以下の各年齢になる人(平成28年3月末に個別通知しています)</p> <p>65歳(昭和26年4月2日生～昭和27年4月1日生) 70歳(昭和21年4月2日生～昭和22年4月1日生) 75歳(昭和16年4月2日生～昭和17年4月1日生) 80歳(昭和11年4月2日生～昭和12年4月1日生) 85歳(昭和6年4月2日生～昭和7年4月1日生) 90歳(大正15年4月2日生～昭和2年4月1日生) 95歳(大正10年4月2日生～大正11年4月1日生) 100歳(大正5年4月2日生～大正6年4月1日生)</p> <p>②60～64歳で、心臓、腎臓、呼吸器、免疫機能で身体障害者手帳1級の人 ※ただし、①・②ともに、<u>今までに肺炎球菌予防接種を受けたことがある人は対象となりません。</u></p>
費用	2,500円
接種場所	市と契約を結んでいる医療機関(お問い合わせ、または、市ホームページをご参照ください)
接種期限	平成29年3月31日まで ※①の人は、平成29年4月1日以降は対象となりません。
その他	接種の際は事前に医療機関へ予約が必要となります。



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	<p>内心の健康に不安があり受診した方がよいか悩んでいる人等の相談に応じます。</p> <p>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</p>	3月8日(水) 9:30~11:00	母子健康センター	<p>定 3人</p> <p>費 無料</p> <p>講 相談員 岡本浩之さん(精神科医)</p> <p>申 3月1日(水)までに健康づくり課保健予防・業務担当へ。</p>

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
乳児健診	<p>内心臓病や股関節の異常等の早期発見、運動発達の検査等</p> <p>対平成28年10月生</p>	東側 2月23日(木) 13:20~14:10	保健センター	<p>持 母子健康手帳、健康診査票</p> <p>申 対象児以外は健康づくり課保健予防・業務担当へ。</p>
		西側 2月24日(金) 13:20~14:10	母子健康センター	
離乳食の調理講習	<p>内離乳初期食の試食および説明</p> <p>対生後4か月~6か月児のいる保護者</p>	2月23日(木) 14:00~14:30	保健センター	<p>※乳児健診と同時開催</p> <p>※離乳食講習のみ参加は、当日直接調理室へ。</p>
		2月24日(金) 14:00~14:30	母子健康センター	
1歳6か月児健診	<p>内内科健診、歯科健診等</p> <p>対平成27年7月生</p>	東側 2月16日(木) 13:20~14:10	保健センター	<p>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</p> <p>申 対象児以外は健康づくり課保健予防・業務担当へ。</p>
		西側 2月21日(火) 13:20~14:10	母子健康センター	
3歳児健診	<p>内内科健診、歯科健診、尿検査等</p> <p>対東側地区で平成25年12月・平成26年1月生 ※西側地区は3月に実施</p>	東側 2月17日(金) 13:20~14:10	保健センター	<p>持 母子健康手帳、健康診査票、早朝尿、目と耳のアンケート</p> <p>申 対象児以外は、健康づくり課保健予防・業務担当へ。</p>
フッ素塗布	<p>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</p>	2月28日(火) 初めて: 13:20~13:50 2回目以降: 13:50~14:20	文化センター	<p>費 1回当たり1,404円</p> <p>持 歯ブラシ、母子健康手帳、タオル</p> <p>申 当日直接会場へ。</p> <p>※2回目以降は6か月以上間隔をあげてください。</p>
9か月児育児相談	<p>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</p> <p>対平成28年5月生の乳児のいる家族</p>	東側 3月6日(月) 10:00~10:45	保健センター	<p>持 母子健康手帳、9か月または10か月児健康相談票</p>
		西側 3月7日(火) 10:00~10:45	母子健康センター	
乳幼児育児相談	<p>内身体の発育や運動発達、食事や排泄のしつけ、心配ごとの相談</p> <p>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</p>	3月7日(火) 13:30~14:30	母子健康センター	<p>持 母子健康手帳</p>
パパのためのお風呂の入れ方講習会	<p>対初めて父親になる人と家族で希望する人</p>	2月25日(土) 10:00~12:00	保健センター	<p>定 15人 費 無料</p> <p>申 2月20日(月)までに健康づくり課保健予防・業務担当へ直接または電話。</p>

※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。

健康づくりは
食生活から!

ヘルスアップ 調理講習会

健康を維持するためのバランス食をみんなで作ります。

時 2月22日(水) 10:00~13:00 **場** 勤労福祉センター

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 2月17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で。





健康豆知識 第53回

入れ歯および差し歯について

入れ歯や差し歯と聞くとどのようなイメージがありますか？入れ歯だと中年期から老年期くらいの感じで、差し歯だと入れ歯よりも若い人が入れるイメージがあるのではないかなと思います。「入れ歯や差し歯」とは、歯科では補綴治療という範囲のもので、歯が抜けた部位に歯を補って(見た目の回復)、元に戻す(人工の歯によって欠けたところをつぎ合わせる)という意味があります。

入れ歯、差し歯などの補綴治療には大きく分けて、クラウンブリッジ・部分入れ歯・総入れ歯があります。

クラウンブリッジとはいわゆるかぶせものや差し歯が含まれ、歯の欠けた部分が大きくて、詰める治療では見た目や歯の働きを回復できないと診断された歯に適用されます。

差し歯とは根に人工の歯を保持させる方法ですが、根が健全であれば適用が可能です。

ブリッジとは作りが橋と似通っているので、歯が抜けた部分を河川、抜けた歯の両はじの歯を土手と見立て、土手に橋の支えを設け、川の上に橋本体(人工の歯)を置いて、橋渡しを完成するという事です。

入れ歯には部分入れ歯と総入れ歯があります。部分入れ歯とは1本抜けた状態から1本だけ残った状態まで適用される、取り外せる入れ歯のことで色々なタイプがあります。次に総入れ歯ですが、歯が全て抜けてしまった状態に適用され、部分入れ歯や差し歯と違う点は、入れ歯を固定するために使える歯がないことで、あごの土手や周りの筋肉などが入れ歯を安定させる源になります。

提供：一般社団法人北足立歯科医師会 

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 7:00～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輪番で対応しますので、診療日によっては市外の医療機関が当番医となります

その他 健康保険証をお持ちください。

休日や夜間の急な病気やけがのとき

大人の救急電話相談

夜間の急な病気やけがに関して、相談員の看護師がアドバイスします。

電話番号 #7000番

(プッシュ回線、ひかり電話、携帯電話をご利用の場合)※ダイヤル回線、IP電話、PHSをご利用の場合は、048-824-4199へおかけください。

相談時間 月～土曜日18:30～22:30
日曜日・祝日・年末年始9:00～22:30

休日診療(当番医) 診療時間9:00～17:00(時間厳守)

2月8日～3月7日

月日	医療機関名	科目	電話
2/11 (土・祝)	北本第一クリニック	内・胃	591-7622
	上日出谷植原整形外科(桶川市)	整・リハ	048-789-2200
	伊奈病院(伊奈町)	内・外	048-721-3692
2/12 (日)	北本心ノ診療所	心内・精	598-7573
	埼玉県中央病院(桶川市)	内・外	048-776-0022
	みやうち内科・消化器内科クリニック(伊奈町)	内・消内	048-783-3751
2/19 (日)	本藤整形外科	整・リウ・リハ・皮	592-7667
	埼玉県中央病院(桶川市)	内・外	048-776-0022
	希望病院(伊奈町)	内・神内・循内・リハ・小・消	048-723-0855

月日	医療機関名	科目	電話
2/26 (日)	きたもと脳神経外科クリニック	脳	592-8808
	埼玉県中央病院(桶川市)	内・外	048-776-0022
	石くぼ医院(伊奈町)	内・消内・内視鏡内	048-872-6121
3/5 (日)	福音診療所	耳	592-2862
	坂部医院(桶川市)	内・小	048-771-1055
	埼玉県中央病院(桶川市)	内・外	048-776-0022

- 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左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

「親子でダンス」

～子どもと一緒に身体を動かしましょう～

曲に合わせて簡単な振り付けをしていきます。親子でダンサー、アイドルになったように踊ってみませんか？

時 2月16日(木) 10:30～11:30(10:15開場)

場 北本市北本駅子育て支援センター

対 市内在住の2歳～就学前のお子さんと保護者

定 15組 講 中村のり子さん

申 2月6日(月)～9日(木) 10:00～17:00に北本市北本駅子育て支援センター(☎592-9961)へ電話または直接。応募多数の場合抽選。当選者のみ2月10日(金)に電話で連絡。



「こどもの足と靴えらびについて」

～足に合わない靴を履き続けるとトラブル多発?～

時 2月27日(月) 10:30～11:30(10:15開場)

場 北本市北本駅子育て支援センター

対 市内在住の0歳～就学前のお子さんと保護者

定 15組 講 株ムーンスター

申 2月13日(月)～16日(木) 10:00～17:00に北本市北本駅子育て支援センター(☎592-9961)へ電話または直接。応募多数の場合抽選。当選者のみ2月17日(金)に電話で連絡。



① ベビーマッサージ ② 親子遊び ～冬の乾燥対策～

時 対 ① 2月7日(火) 10:30～12:00 生後2か月～
② 2月9日(木) 10:30～12:00 1歳～

場 中丸保育園子育て支援センター

講 ベビーボンディングケアインストラクター 佐々木圭子さん

定 各日25組(申込順)

持 ①のみバスタオル、抱っこ紐、家で使っているオイル(あれば)、お子さんと保護者の飲み物

申 中丸保育園子育て支援センター(☎592-5615)へ電話。定員となり次第締め切り。



【講習会】ママのための スクラップブック ～てづくりアルバムでみんな笑顔～

大好評だったアルバムづくり、今年もやります♥

時 2月24日(金) 10:30～11:30(10:15開場)

場 北本市子育て支援センター

講 アルバムアドバイザー 栗田友美さん

対 市内在住の0歳～1歳未満のお子さんと保護者

定 15組 費 500円(当日持参)

申 2月10日(金) 9:30から北本市子育て支援センター(☎590-7676)へ直接または電話。



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。

Coccoひろば ☎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

- ・ばぶばぶデー：毎月第1木曜日(あんよ前のお子さん) 兄弟がいる人は12:00からどうぞ
- ・わいわいデー：毎月第2火曜日(こむぎ粉ねんどあそび) 10:00～13:00 1歳児親子 12:00～15:00 2・3歳児親子 ※汚れてもよい服装で参加

北本市子育て支援センター ☎590-7676

時 月～金曜日 9:30～15:30(祝日を除く)
対 0歳～就学前のお子さんと保護者、妊娠中の人
場 東保育所隣接

～2月のひろば開催日～

11:00～11:45「年齢別ひろば」
11:45～12:00「おしゃべりひろば」
今月のペンぎんひろばは、育児サークルのベテランママと一緒に楽しむ合同ひろばです。

- ・めだかひろば：毎月第1水曜日(平成27年4月2日～平成28年4月1日)
- ・ペンぎんひろば：毎月第2水曜日(平成26年4月2日～平成27年4月1日)
- ・くじらひろば：毎月第3水曜日(平成26年4月1日以前の生)
- ・ねんねひろば：毎月第4水曜日(平成28年4月2日以降の生)

中丸保育園子育て支援センター ☎592-5615

時 月～金曜日 10:00～15:00(祝日を除く)
対 0歳～就学前のお子さんと保護者、妊娠中の人
場 中丸保育園内



北本市北本駅子育て支援センター ☎592-9961

時 月～金曜日 9:00～17:00(祝日を除く)
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 北本市北本駅子育て支援センター

北本市児童館 ☎598-7643

※児童館で地域子育て支援拠点事業を実施しています。
時 月～金曜日 9:00～17:00(祝日を除く)
対 0歳～就学前のお子さんと保護者、妊娠中の人
場 児童館2階(乳幼児室)

児童館の催し

☎児童館(☎598-7643)
※詳細はホームページの児童館だよりをご覧ください。



はかってみよう



親子であそぼ



つくってみよう



にこにこサロン

イベント	対象・定員	日時	場所	申込み
にこにこサロン(簡単な工作)	乳幼児と保護者10組(先着順)	2月8日(水)10:30~10:45	乳幼児室	申込み不要
はかってみよう	乳幼児と保護者	2月13日(月)10:30~11:30		
親子であそぼ		2月27日(月)10:30~10:45		
チャレンジ(けん玉)	小学生	月・火・木・土15:00~18:00	体育遊戯室	
つくってみよう(20分程度の簡単な工作)	4歳児~小学生15人(先着順)	2月11日(土・祝)15:00~16:00	集会室	
育児相談(1人30分程度)	—	2月13日(月)10:00~11:30	乳幼児室・相談室	
けん玉クラブ(希望者は検定実施)	6歳以上15人(先着順)	2月19日(日)14:45~15:45	体育遊戯室	
3月事業予定				
UVレジン	小学生以上(各回5人)	3月20日(月・祝) 11:00/12:00 13:00/14:00	集会室・会議室	3月10日(金)10:00~ 窓口へ。※材料費あり。
栄養相談	乳幼児と保護者4組(先着順)	3月10日(金) 9:00~11:00	乳幼児室・相談室	3月1日(水)10:00~ 受付(電話可)
育児講座	乳幼児と保護者10組(先着順)	3月15日(水)10:30~11:30	乳幼児室	申込み不要

※詳しくは児童館だより、またはホームページをご覧ください。

こども図書館の催し

☎こども図書館(☎598-7642)
※各回約30分です。



おはなし会



これよんで!



テーマ展示



わらべうたの会

イベント	対象・定員	日時	内容
毎日の読みきかせ			
これよんで	赤ちゃん~大人	毎日いつでも	「この本 読んで!」いつでも声をかけてください。すきな時に、すきな本を職員が読みきかせします。
毎月のおはなし会			
小学生のためのおはなし会	小学生~大人	3月5日(日)15:00~	昔ばなしや絵本の読みきかせなどを楽しむ会
2月のおはなし会 ~てがみ~	0歳~大人	2月19日(日)15:00~	絵本の読みきかせ、紙芝居、かんたんな工作など
えいごのうたとピクチャーカード	0歳~3歳	2月28日(火)11:30~	えいごのうたや絵カードで楽しくすごしましょう!
毎週のおはなし会			
わらべうたとよみきかせ	ちいさい子向け 保護者と一緒に	毎週水曜日 対0・1歳 10:30~ 対2・3歳 11:30~	わらべうたや手あそび、読みきかせなどを、親子でたのしみ会
おはなし会	ひとりで聞ける子 小学生もぜひ! 保護者もどうぞ	毎週金曜日 16:00~ 毎週土曜日 14:00~	ひとりで聞ける子向けの絵本の読みきかせ、紙芝居、パペットなど

※おはなし会に参加したらスタンプを押してね! スタンプ4個でこども図書館特製シールを1枚プレゼント!