

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)はご遠慮ください	9月13日(水) 9:30~11:00	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6日(水)までに健康づくり課へ。(事前予約制)

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、運動発達検査 対 平成29年4月生	東側 8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 申 対象児以外は、健康づくり課へ。
		西側 8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 対 生後4か月~6か月児のいる保護者	8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。
		8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28年1月生	東側 8月16日(水) 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 申 対象児以外は、健康づくり課へ。
		西側 8月18日(金) 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 東側地区で平成26年6・7月生	東側 8月21日(月) 13:20~14:10 ※西側は9月に実施	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	8月29日(火) 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28年11月生の乳児のいる母親または家族	東側 9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 9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、食事や排泄のつけ、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	9月5日(火) 13:30~14:30	母子健康センター	持 母子健康手帳
パパのためのお風呂の入れ方講習会	対 父親になる人と家族で希望する人	8月26日(土) 10:00~12:00	保健センター	定 15人 費 無料 申 8月21日(月)までに健康づくり課へ直接または電話で。

鴻巣献血サポートクラブ

期 8月1日(火)~31日(木) **場** 鴻巣献血ルーム(埼玉県運転免許センター内)

対 16歳~64歳の人

内 埼玉県内の医療機関から輸血用血液の要請が増加しており、この要請に応えるため、当献血ルームでは、複数回の献血をお願いする「鴻巣献血ルームサポートクラブ」というスタンプカードを8月1日から始めます。

8月31日まで入会記念品をご用意してお待ちしていますので、この機会にぜひ、献血にご協力をお願いします。

問 鴻巣献血ルーム ☎543-5511



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、ちょっと子育てに悩んだ時など、気軽にご利用ください。



北本市子育て支援センター

講習会「Kid's ヘアアレンジ・前髪cut」

～ママさん向け簡単にできる
ヘアアレンジ前髪の切り方・簡単で
かわいいアレンジの仕方～

- 時** 8月22日(火)10:30～11:30(10:15開場)
講 美容師 浜野佳代さん **定** 15組
対 市内在住の1歳～就学前のお子さんと保護者
 (女の子向け)
持 くし。ヘアゴムとアクセサリは必要であれば。
申 8月8日(火)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。

8月のひろば 10:30～11:30

自由に参加できます。申込み不要。定員なし。
スタッフと集まった親子で楽しみましょう♪

- ・くじらひろば 第1水曜日
(平成27年4月1日以前の生まれ)
- ・ぺんぎんひろば 第2水曜日
(平成27年4月2日～平成28年4月1日生まれ)
- ・めだかひろば 第4水曜日
(平成28年4月2日～平成29年4月1日生まれ)

中丸保育園子育て支援センター

ベビーマッサージ／親子ふれあい遊び

- ①ベビーマッサージ
時 8月24日(木)10:30から(10:00受付) **定** 28組
持 バスタオル、オイル、お子さんと保護者の飲み物、ビーズなどスノードームの中に入れるもの
- ②親子ふれあい遊び
時 8月29日(火)10:30から(10:00受付) **定** 30組
持 お子さんと保護者の飲み物、なわとび、ビーズなどスノードームの中に入れるもの
- ①②共通
講 ベビーボンディングケアースペシャリスト 佐々木圭子さん
費 無料
他 講習後、スノードーム作りをします。
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。

北本市北本駅子育て支援センター

8月のひろば 10:30～11:30

- ・英語であそぼう～
時 8月17日(木) **講** イサジ マークデビットさん
対 市内在住の1歳～就学前のお子さんと保護者
定 15組 **申** 8月7日(月)～10日(木)
- ・お楽しみ会
時 8月23日(水) **講** 鴻巣女子高校人形劇部
対 市内在住の0歳～就学前のお子さんと保護者
定 20組 **申** 8月14日(月)～17日(木)
- ・無料バザー
時 8月28日(月)※出品希望者はお電話ください
- ・キッズヨガ
時 8月30日(水)
講 YOGAed.キッズヨガインストラクター 三橋美知子さん
対 2歳～就学前のお子さんと保護者 **定** 10組
申 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。

Coccoひろば

水族館に行こう!

- 時** 8月8日(火)10:00～11:30(10:00受付)現地集合・解散
場 桶川西高校(桶川市川田谷1531-2駐車場あり)
対 定0歳～未就学児親子20組(先着順)
 ※小学生参加希望はご相談ください。
費 無料 **持** 飲み物
申 10:00～16:00にCoccoルーム(☎592-4039)へ電話または直接。
- ・わいわいデー：お休みです。
 - ・ばぶばぶデー：第1木曜日(赤ちゃんの日)
 - ・すくすくデー：第2木曜日・第3土曜日10:00～14:45
 お子さんの成長の記録として手形(足形)を押してカードを作ります。身長・体重も測れます。

Coccoひろば

☎592-4039

時 火、木、土曜日10:00～15:00 **場** コープみらいコープ本店3階
対 0歳～就学前のお子さんと保護者、妊娠中の人と配偶者

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) **場** 中丸保育園内
対 0歳～就学前のお子さんと保護者、妊娠中の人

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) **場** 東保育所隣接
対 0歳～就学前のお子さんと保護者、妊娠中の人

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) **場** 北本駅西口ビル2階
対 0歳～就学前のお子さんと保護者、妊娠中の人

北本市児童館

☎598-7643

時 月～金曜日9:00～17:00(祝日を除く) **場** 児童館2階(乳幼児室)
対 0歳～就学前のお子さんと保護者、妊娠中の人

児童館の催し

問 児童館 (☎598-7643)
※詳細は児童館のホームページをご覧ください。



イベント	対象・定員	日時	場所	申込み
お誕生会	8月生まれの0～3歳児と保護者10組(先着順)	8月21日(月)11:00～11:15	乳幼児室	当日10:00～受付で参加券配布
はかってみよう	乳幼児と保護者	8月14日(月)9:00～10:30 12:00～13:30	乳幼児室	申込み不要
今月の壁面製作		8月8日(火)10:45～11:30		
チャレンジ (バランスゲーム)	小学生	月・火・木・土15:00～17:00	体育遊戯室	
	4歳児～6歳児(未就学児)	土15:00～17:00		
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)	8月12日(土)15:00～16:00	集会室・会議室	
育児講座	—	8月23日(水)10:30～11:30	乳幼児室	
児童館まつり実行委員会	小学3年生～6年生	8月18日(金)15:30～16:30	集会室・会議室	
けん玉クラブ(技練習・技披露)	—	8月20日(日)14:30～15:30	体育遊戯室	
9月事業予定				
栄養相談	乳幼児と保護者4組(先着順)	9月8日(金)9:00～11:00	乳幼児室・相談室	9月1日(金)10:00～受付 電話可
育児講座(ベビーマッサージ)	市内在住の乳幼児と保護者10組(先着順)	9月19日(火)10:30～11:30	集会室・会議室	

こども図書館の催し

問 こども図書館 (☎598-7642)
※各回約30分です。



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	9月3日(日)15:00～	昔ばなしや絵本の読みきかせなどを楽しむ会
8月のおはなし会 ～おばけ～	赤ちゃん～大人	8月20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	8月22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	小さい子向け 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、親子でたのしむ会
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
子ども読書まつり～2017夏～ ページをめくればどきどきわくわく			
8月31日(木)まで、この本よんで～おすすめの本の展示～			

※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!

児童館・こども図書館 特別休館日のお知らせ 9月30日(土)受変電設備の年次点検のため、臨時休館になります。



健康豆知識 第59回

『乗り物酔い』

楽しいはずの旅行が乗り物酔いのため、つらい経験となった方は多いのではないでしょうか。乗り物酔いは、自動車、船、飛行機などの一般的な乗り物で多くが起りますが、他に遊園地や宇宙でも起こります。

乗り物酔いは、10歳前後の学童期に起こりやすく、男性より女性に多く、成人までつづく人は、約10%とされています。赤ちゃんの頃は、揺らすとケラケラと笑い声をあげて喜ぶのに、なぜ学童期になると起こるのでしょうか。それは、内耳の平衡感覚機能の発達にともない感覚の混乱が生じるためと言われています。乗り物酔いで生じる吐き気や嘔吐、冷や汗、便意などのつらい症状は、身体が生きていくためのいろいろな機能を調節する神経(自律神経)が引き起こす症状です。自律神経は、身体に危険なことが起こると作動する警報装置で、この警報装置が内耳からの情報に敏感に作動してしまい、乗り物酔いの症状を引き起こすのです。

(対策と治療)

乗り物では様々な動きが発生し、身体の平衡感覚の感知器である内耳に回転、加速、重力などの刺激が加わります。これらの刺激に身をまかせると混乱が生じやすく、自律神経が過剰に反応し乗り物酔いの症状が引き起こります。対策としては、乗り物により発生する内耳への刺激をやわらげる動きや体位をとることで、運転手がほとんど酔わないのは、進む方向を目で見て内耳に過度の刺激が加わらないように無意識に姿勢を保持しているからです。ですので、進む方向をある程度意識して運転手と同じ頭の動きをする、下を向かない、外の近くの流れる景色を見ないなどの対応が効果的です。発育成長にともない自然と乗り物酔いは軽減しますが、小児期より遊びの中で回転、加速、重力などの刺激に慣れて、酔いにくい身体にすることも必要です。最近公園では、ブランコ、シーソー、回転ジムなどの遊具が危険遊具として消えつつあるのが残念です。

薬による治療は、薬で眠りやすい状態にすることで酔いをおさえます。乗る30分前に服用します。体調を整え乗り物酔いの不安を取り除くために、ガムをかむなどの暗示効果もある程度期待できます。

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 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)

8月8日～9月7日

月日	医療機関名	科目	電話
8/11 (金・祝)	藤倉医院	循・外・内	592-3045
	埼玉県中央病院(桶川市)	内・外	048-776-0022
	伊奈病院(伊奈町)	内・外	048-721-3692
8/13 (日)	南福音診療所	内・小	591-7191
	埼玉県中央病院(桶川市)	内・外	048-776-0022
	伊奈病院(伊奈町)	内・外	048-721-3692
8/20 (日)	大友外科整形外科	整・皮・リハ・外	591-7000
	埼玉県中央病院(桶川市)	内・外	048-776-0022
	伊奈中央病院(伊奈町)	内	048-721-3022
8/27 (日)	大久保医院	内	591-8171
	加藤医院(桶川市)	内・循	048-773-1787
	伊奈病院(伊奈町)	内・外	048-721-3692

月日	医療機関名	科目	電話
9/3 (日)	さくらこどもとおとな診療所	内・循・小	591-2088
	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

- 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。

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、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