



健康豆知識 第65回

成人矯正

現代社会において多くの方が「健康で文化的な生活を送ること」を望み、健康であるとともに美しくありたいと思っています。昔から美しい人を表現するのに、「明眸皓齒」という言葉が使われています。明るく澄んだ目と白く美しい歯は美しさに重要な要素と考えられていました。矯正治療は、乱杭歯(歯の凸凹)、出っ歯や受け口などの歯並びを綺麗に並べてかみ合わせを改善することや、前歯の位置を改善することで口もとの形を綺麗に整えることを大きな目的としています。

かつては矯正治療を受けるのは子供の割合が多かったようですが、最近では健康志向や美意識の高まりから成人になってから矯正治療をされる方が増えてきており、皆さんにとってより身近な治療になってきています。

歯並びが悪いと、次のような障害が起こります。①食べ物を上手くかめない(咀嚼機能障害)。②歯が磨きにくく虫歯や歯周病および口臭の原因になる。③言葉がはっきりしない(発音障害)。④外見の悪さから劣等感におちいる(心理的障害)。矯正治療はこれらの問題を改善してトラブルが起こりにくくすることで、健康を一段と増進させる治療です。

基本的には年齢による制限はなく、ご高齢の方でも治療は可能ですが、歯や歯茎が健康な状態でない場合は、治療に制限があったり、治療が受けられないこともあります。使用する矯正装置は金属のワイヤーやマウスピースを用いたものなど、その他にも様々なものがあります。歯並びやかみ合わせが悪くお困りの方は、ぜひ一度お近くの歯医者さんにご相談ください。

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 #7119番、#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、048-824-4199、048-833-7911へおかけください。
相談時間 24時間365日

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[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 #7119番、#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 24時間365日

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 (日・祝)	福音診療所	耳	592-2862
	埼玉県中央病院(桶川市)	内・外	048-776-0022
	今成医院(伊奈町)	内	048-723-8280
2/12 (月・休)	天地クリニック	内・小・胃	593-1762
	桶川K・Nクリニック(桶川市)	麻・整	048-787-7715
	埼玉県中央病院(桶川市)	内・外	048-776-0022
2/18 (日)	遠井医院	内・小・循	591-2109
	朝日内科歯科医院(桶川市)	内・小・消	048-774-9385
	伊奈病院(伊奈町)	内・外	048-721-3692
2/25 (日)	青木クリニック	内・循・呼・小	592-1033
	原田耳鼻咽喉科医院(桶川市)	耳	048-787-5616
	埼玉県中央病院(桶川市)	内・外	048-776-0022

月日	医療機関名	科目	電話
3/4 (日)	さくらこどもとおとな診療所	内・循・小	591-2088
	豊田医院(桶川市)	内・小・胃・循	048-728-2377
	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

【24時間】
☎ #7119番
☎ 048-824-4199
 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。
場所・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。

注目情報

お知らせ

募集

イベント

スポーツ

保健・子育て

安心・安全

掲示板

まちの話題

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、受診した方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(治療中の人をご遠慮ください)	3月14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 3月7日(水)までに健康づくり課へ。

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	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 対 平成29年10月生	東側 2月22日(木) 13:20~ 西側 2月23日(金) 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 申 対象児以外は健康づくり課へ。
離乳食の調理講習	内 離乳初期食の試食および説明 対 生後4か月~6か月児のいる保護者	2月22日(木) 14:00~ 2月23日(金) 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28年7月生	東側 2月15日(木) 13:20~ 西側 2月16日(金) 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 申 対象児以外は健康づくり課へ。
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12月・平成27年1月生 ※西側地区は3月に実施	東側 2月21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	2月27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29年5月生の乳児のいる家族	東側 3月5日(月) 10:00~ 西側 3月6日(火) 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
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	3月6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 初めて父親になる人と家族で希望する人	2月24日(土) 10:00~12:00	保健センター	定 15人 費 無料 申 2月19日(月)までに健康づくり課へ直接または電話。

※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

時 2月23日(金) 10:00~13:00 **場** 勤労福祉センター
内 健康を維持するためのバランス食をみんなで作ります
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19日(月)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。



里親制度をご存知ですか ～里親を必要としている子どもがいます～

○里親とは

親の病気や離婚、虐待など様々な事情により、乳児院や児童養護施設などで生活している子どもたちを家庭に迎え入れ、一時的または継続的に養育する人のことです。

○里親になるには

一定の要件を満たす必要があります。特別な資格は必要ありませんが、里親登録の前に研修を受講していただくことになります。

<里親入門講座を開催します!!>

里親になって子どもを育ててみたい、里親制度に興味があるなどの人のために里親入門講座を開催します。どなたでも受講できます。

時 2月24日(土) 13:30~16:00

場 中央児童相談所 大会議室(上尾市上尾村1242-1)

内 里親制度の概要説明、里親の養育体験談、質問や情報交換など

申 埼玉県中央児童相談所(☎048-775-4152)へ電話。

里親制度の詳細は、
埼玉県ホームページでご覧いただけます。



埼玉県
ホームページ

予防接種のお知らせ

新小学1年生のお子さんの保護者の方へ 予防接種はお済みですか？

麻しん(はしか)・風しん混合ワクチンの2回目を幼稚園や保育園の年長の年(小学校入学前年度)の3月31日までに接種してください。麻しん(はしか)と風しんをそれぞれ接種することもできます。

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。

接種の際には、母子健康手帳と予診票が必要です。

問 健康づくり課(☎594-5544)



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	①平成29年度中に、以下の各年齢になる人(平成29年3月末に個別通知しています) 65歳(昭和27年4月2日生～昭和28年4月1日生) 70歳(昭和22年4月2日生～昭和23年4月1日生) 75歳(昭和17年4月2日生～昭和18年4月1日生) 80歳(昭和12年4月2日生～昭和13年4月1日生) 85歳(昭和7年4月2日生～昭和8年4月1日生) 90歳(昭和2年4月2日生～昭和3年4月1日生) 95歳(大正11年4月2日生～大正12年4月1日生) 100歳(大正6年4月2日生～大正7年4月1日生) 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>
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30年3月31日まで ※①の人は、平成30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。



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。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。



北本市子育て支援センター

笑顔で就園～不安に思っていることを出し合い話しましょう～

- 時 2月27日(火) 10:30～11:30(10:15開場)
- 講 元保育所所長 保育アドバイザー 菊地米子さん
- 対 市内在住の0歳～就学前のお子さんと保護者
- 定 15組
- 申 2月13日(火)9:30から電話または窓口。

手づくりおもちゃ～親子で思い出スノードームを作りましょう☆～

- 時 2月28日(水) 10:30～11:30(10:15開場)
- 対 2歳以上のお子さんと保護者 定 8組
- 申 2月15日(木)から電話または窓口。

音遊びの日～音合わせをして楽しみましょう♪～

- 時 2月20日(火) 11:45～12:00
- 対 0歳～就学前のお子さんと保護者

2月のひろば 10:30～11:30

- ・くじら・ぺんぎんひろば 2月7日(水)
(平成28年4月1日以前の生まれ)
- ・めだかひろば 2月14日(水)
(平成28年4月2日～平成29年4月1日生まれ)
- ・ねんねこひろば 2月21日(水)
(平成29年4月1日以降の生まれ)

中丸保育園子育て支援センター

①ベビーマッサージ

- 時 2月15日(木) 10:30から(10:00受付)
- 定 28組 持 バスタオル、オイル、飲み物

②親子ふれあい遊び

- 時 2月20日(火) 10:30から(10:00受付)
- 定 18組 持 縄跳び、飲み物



①②共通

- 費 無料
- 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
- 他 ①②とも「ペットボトルを使ったおもちゃ作り」があります。500mlのペットボトル1本とはさみをお持ちください。
- 申 電話にて受付。定員になり次第締め切り。

北本市北本駅子育て支援センター

無料バザー

- 時 2月15日(木) 10:30から(応募多数の場合は2部制)
※支援室は通常どおり開室
- 他 食品や破損・故障のあるおもちゃ等は出品不可。
- 申 出品希望者は要事前申込み。

手作り講座 ～パネルシアターを作ります～

- 時 2月22日(木) 10:30～11:30(10:15開場)
- 対 市内在住の妊婦さん～就学前のお子さんと保護者
- 定 10組
- 申 2月13日(火)～15日(木) 10:00～16:00に電話または窓口。応募多数の場合は抽選。

年齢別ひろば「おひな様見学」

- 時 2月27日(火) 11:00～12:00
- 場 びっくりひな祭り会場(エルミこうのす)
※現地集合・解散
- 対 市内在住の0～3歳児と保護者10組
- 申 2月19日(月)～22日(木) 10:00～16:00に電話または窓口。応募多数の場合は抽選。

Coccoひろば

保育付講座「骨盤調整プログラム」

- 時 2月10日(土) 10:30～11:45(10:00受付)
- 講 キタガク講師 沼田紘子さん
- 定 講座10人、保育7人(両方要申込み・先着順)
- 費 保育料一人500円(市外は600円)
- 持 タオル、バスタオル、飲み物、保育に必要なもの
- 申 10:00～16:00に電話または窓口。

- ・わいわいデー：第2火曜日11:00～12:00
(集団遊び)2月はお買い物ごっこです。
- ・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北本店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

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
ハイハイひろば	0歳児と保護者10組(先着順)	2月8日(木)	集会室・会議室	当日10:00～受付で参加券配布
よちよちひろば	1歳児と保護者10組(先着順)	2月15日(木)		
とことこひろば	2・3歳児と保護者10組(先着順)	2月22日(木)		
お誕生会	2月生まれの0～3歳児と保護者10組(先着順)	2月20日(火)11:00～11:15	乳幼児室	
はかってみよう	乳幼児と保護者	2月19日(月)9:00～10:25 12:00～13:30	乳幼児室	申込み不要
今月の壁面製作		2月13日(火)10:45～11:30		
チャレンジ (わりばしダーツ)	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)	2月10日(土)15:00～16:00	集会室・会議室	
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18日(日)14:30～15:30	体育遊戯室	
3月事業予定				
栄養相談	乳幼児と保護者4組(先着順)	3月9日(金)9:00～11:00	乳幼児室・相談室	3月1日(木)10:00～受付電話可
育児講座 (スクラップブック)	市内在住の乳幼児と保護者10組(先着順)	3月14日(水)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。好きな時に、好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4日(日)15:00～	ストーリーテリングや絵本の読みきかせなどを楽しむ会
2月のおはなし会 ～おにのはなし～	0歳～大人	2月18日(日)15:00～	絵本の読みきかせ、紙芝居、簡単な工作など
えいごのうたとピクチャーカード	0歳～3歳	2月27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枚さしあげます!