

# 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	<b>内</b> 心臓病や股関節の異常等の早期発見、運動発達の検査 <b>対</b> 平成30年1月生	<b>東側</b> 5月24日(木)	13:20～14:10 保健センター 母子健康センター	<b>持</b> 母子健康手帳、健康診査票 <b>申</b> 対象児以外は、健康づくり課へ。
		<b>西側</b> 5月25日(金)		
離乳食の調理講習	<b>内</b> 離乳初期食の試食および説明 <b>対</b> 生後4か月～6か月児のいる保護者	5月24日(木)	保健センター	※乳児健診と同時開催。 ※離乳食の調理講習のみ参加は、当日直接調理室へ。
		5月25日(金)	母子健康センター	
1歳6か月児健診	<b>内</b> 内科健診、歯科健診等 <b>対</b> 平成28年10月生	<b>東側</b> 5月16日(水)	13:20～14:10 保健センター 母子健康センター	<b>持</b> 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 <b>申</b> 対象児以外は、健康づくり課へ。
		<b>西側</b> 5月17日(木)		
3歳児健診	<b>内</b> 内科健診、歯科健診、尿検査等 <b>対</b> 西側地区で平成27年3・4月生	<b>西側</b> 5月22日(火) 13:20～14:10	母子健康センター	<b>持</b> 母子健康手帳、健康診査票、早朝尿、目と耳のアンケート <b>申</b> 対象児以外は、健康づくり課へ。
フッ素塗布	<b>対</b> 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	5月30日(水) 初めて：13:20～13:50 2回目以降：13:50～14:20	文化センター	<b>費</b> 1回当たり1,404円 <b>持</b> 歯ブラシ、母子健康手帳、タオル <b>申</b> 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	<b>内</b> 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 <b>対</b> 平成29年8月生の乳児のいる母親または家族	<b>東側</b> 6月4日(月)	10:00～10:45 保健センター 母子健康センター	<b>持</b> 母子健康手帳 9か月または10か月児健康相談票
		<b>西側</b> 6月5日(火)		
乳幼児育児相談	<b>内</b> 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 <b>対</b> 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	6月4日(月) 13:30～14:30	保健センター	<b>持</b> 母子健康手帳
マタニティセミナー(後期)	<b>内</b> 出産準備(呼吸法等)、赤ちゃんのお風呂の入れ方(実習) <b>対</b> 妊娠28週以降の妊婦や家族で希望する人	5月29日(火) 13:30～16:00	保健センター	<b>持</b> 母子健康手帳 <b>申</b> 5月22日(火)までに健康づくり課へ直接または電話。

(広告)

## 北里大学メディカルセンター(KMC)

お問い合わせ 事務部総務課 ☎048-593-1212(代表)

### ■市民講座

参加費無料

申込み不要

駐車場無料

**日時** 平成30年5月19日(土) 13:00～14:30

**場所** 北里大学メディカルセンター南館2階AB会議室

**テーマ** 女性を悩ます子宮筋腫・子宮内膜症 ～腹腔鏡手術と薬物療法～

**講師** 産婦人科部長 **三木 明德**

後援：北本市、鴻巣市、桶川市、北本・桶川・鴻巣各市老人クラブ連合会

<交通>

北本駅西口発

「北里大学メディカルセンター」行き10分

桶川駅西口発

「北里大学メディカルセンター」行き15分

※人間ドックのご予約・ご相談を  
 随時受け付けております。(健康管理センター)

## 平成30年度 北本市集団検(健)診のお知らせ

**【会場・日程】** 検(健)診時間…8:00~14:30(予約制)

対象者、費用など詳細は今月号の広報きたもとと同時配布の「平成30年度北本市集団検(健)診のご案内(申込書付)」をご覧ください。

保健センター	7月17日(火)・18日(水)	8月2日(木)・3日(金)・4日(土)・5日(日)	9月11日(火)・12日(水)
母子健康センター	7月20日(金)・21日(土)・22日(日)・30日(月)・31日(火)	8月1日(水)	9月10日(月)

※対象者であり、希望する検(健)診が複数ある場合は、同日受診となります。

### 【検(健)診項目】

胃がん検診、肺がん検診、大腸がん検診、乳がん検診、子宮がん検診、30代までの健康力アップ健診(女性)

※大腸がんと子宮がん検診は、集団検診または個別検診のどちらかを選んで受診してください。

### 【個別検診】

個別検診の日程・申込み方法等は広報きたもと6・10月号(大腸がん検診)、9月号(子宮がん検診)でお知らせします。

**【申問】**「平成30年度北本市集団検(健)診のご案内」に付属している所定の申込書に記入し、5月28日(月・消印有効)までに健康づくり課(〒364-8633住所記載不要)へ直接または郵送してください(平日8:30~17:15、土曜日8:30~12:00。夜間・休日は受付不可)。申込書は、5月1日(火)から健康づくり課、各公民館、駅連絡所で配布します。申込書は、市ホームページからもダウンロードできます。

## 歯と口の健康週間イベント 『お口の健康まつり2018 in 鴻巣』

お口の健康に関する知識を高めて今後の生活に役立てていただく企画や、楽しいアトラクションもあります。



多くの皆さんのご参加をお待ちしています。

**時** 6月3日(日) 13:00~16:00

**場** 北足立歯科医師会口腔保健センター(鴻巣市赤見台1-15-23)

**内** ○歯科健診・歯科相談 ○歯みがき指導とフッ素塗布

○むし歯予防図画・ポスター・標語コンクール

○咀嚼力判定 ○石膏指模型 ○口腔がん検診

○鴻巣市8020よい歯のコンクール表彰式

○歯っぴー川柳 ○かみかみおやつ ○アトラクション

**費** 参加は全て無料

**他** 駐車場はありませんので、なるべく公共交通機関をご利用ください。

**問** 一般社団法人北足立歯科医師会 ☎596-0275

## 健康づくりは食生活から! ヘルスアップ調理講習会

骨粗しょう症やロコモティブシンドロームを予防するための、カルシウムたっぷりの献立をご紹介します!



**時** 5月23日(水) 10:00~13:00

**場** コミュニティセンター

**定** 25人(申込順) **費** 300円(保険料等)

**持** エプロン、三角巾、ふきん

**申問** 5月16日(水)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。

(広告)

### 大切な電気類に困ったら、ご相談を。

- ・壁スイッチ、コンセントの調子が悪い。
- ・コンセントが断線して電気製品が使えない。
- ・蛍光灯の交換が不安など。



まつ 松店  
TEL 080-7694-6622  
受付時間帯  
土曜日のみ  
9:00~17:00まで

〒364-0026  
北本市荒井1丁目165

※基本の地域エリアは、北本市内です。  
北本市に隣接した地域は、伺います。  
※地域エリアによっては断る場合があります。

※作業は、ご相談後に実施します。  
※作業内容等によっては、  
遅らせて頂くこともあります。

## 北本市広報紙・ホームページ広告募集

市広報紙・ホームページに広告を掲載しませんか?  
申込み方法など、詳細は市ホームページをご覧ください。

広報紙発行部数

26,000部/月

ホームページ閲覧回数

66,000回/月

問 秘書広報課広報広聴係 ☎594-5505

## 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



#### 消防署見学をしよう☆

- 時 5月15日(火)10:15～11:30 ※現地集合
- 場 埼玉県央広域消防本部北本消防署
- 対 市内在住の2歳～就学前のお子さんと保護者10組
- 申 5月2日(水)9:30から電話または窓口。

#### お子さんの危険と対処法～実際にAEDを使って学べます～

- 時 5月22日(火)10:30～11:30(10:15開場)
- 講 埼玉県央広域消防本部北本東分署
- 対 市内在住の0歳～就学前のお子さんと保護者15組 ※動きやすい服装で
- 申 5月8日(火)9:30から電話または窓口。

#### 音遊びの日 ～音にまつわる遊び～

- 時 5月28日(月)11:30～11:45

#### 5月のひろば 10:30～11:30

- ・くじらひろば 5月9日(水)  
(平成28年4月1日以前の生まれ)
- ・ペンギんひろば 5月16日(水)  
(平成28年4月2日～平成29年4月1日生まれ)
- ・めだかひろば 5月23日(水)  
(平成29年4月2日～平成30年4月1日生まれ)
- ・ねんねこひろば 9月から実施予定です。お楽しみに☆  
(平成30年4月2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 5月17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、折り紙

#### ②親子ふれあい遊び

- 時 5月24日(木)10:30から(10:00受付)
- 定 18組
- 持 飲み物、縄跳び、折り紙



#### ①②共通

- 費 無料
- 講 ベビープランニングケア  
インストラクター佐々木圭子さん
- 他 ①②とも「折り紙のモビール作り」があります。
- 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



#### ベビーマッサージ

～ママと赤ちゃんの言葉を越えたコミュニケーション～

- 時 5月24日(木)10:30～11:30(10:15開場)
- 対 市内在住の、首が据わっている3か月～9か月の赤ちゃん和妈妈15組 講 古橋明代さん
- 持 赤ちゃん用のスキンケアオイルまたはローション、防水シート、バスタオル1枚、赤ちゃんの飲み物(母乳の場合は不要)
- 申 5月14日(月)～17日(木)10:00～16:00に電話または窓口。応募多数の場合は抽選。

#### 5月のひろば 11:00～11:30

～手遊びやふれあい遊びなどを楽しみましょう～

- ・ねんねこひろば(0歳児) 5月15日(火)
- ・よちよちひろば(1歳児) 5月22日(火)
- ・てくてくひろば(2～3歳児) 5月29日(火)

### Coccoひろば



#### 子どもと一緒に楽しむわらべうたと絵本

～絵本の選び方・読み方～

- 時 5月31日(木)10:30～11:30(10:15受付)
- 講 北本子どもの本を楽しむ会
- 対 定 未就園児と保護者10組(要申込み・先着)
- 費 無料 持 飲み物
- 申 5月8日(火)10:00から電話または窓口。

#### 5月のひろば

- ・わいわいデー：第2火曜日11:00～12:00  
(集団遊び)今月はダンボール遊びです。
- ・ばぶばぶデー：5月17日(木)(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・FAX593-2035

- 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、妊娠中の人とその家族

### 中丸保育園子育て支援センター

☎592-5615・FAX592-9386

- 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・FAX590-7677

- 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・FAX501-2766

- 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・FAX598-4786

- 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)

北本市立児童館

検索

QRコード  
をチェック



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)	5月10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)	5月17日(木)			
とことこひろば	2・3歳児と保護者10組(先着順)	5月24日(木)			
お誕生会	5月生まれの0～3歳児と保護者10組(先着順)	5月21日(月)11:00～11:15	乳幼児室		
はかってみよう	乳幼児と保護者	5月14日(月)9:00～13:00	乳幼児室	申込み不要	
今月の壁面製作		5月8日(火)10:45～11:30			
チャレンジ (万歩計アタック)	4歳児～小学生	月・火・木・土15:00～17:00	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)	5月12日(土)15:00～16:00	集会室・ 会議室		
育児相談(1人30分程度)	—	5月14日(月)10:00～11:00	乳幼児室・ 相談室		
6月事業予定					
栄養相談	乳幼児と保護者4組(先着順)	6月8日(金)9:00～11:00	乳幼児室・ 相談室		6月1日(金)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)	6月27日(水)10:30～11:30	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)	6月17日(日)14:30～15:30	体育遊戯室	申込み不要	

## こども図書館の催し

問 こども図書館  
(☎598-7642・FAX598-4785)

北本市立こども図書館

検索

QRコード  
をチェック



※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	すきな時に、すきな本や紙芝居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	6月3日(日) 15:00～	ストーリーテリングや絵本の読みきかせなど
5月のおはなし会 ～おかあさん～	0歳～大人	5月20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	5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	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
5月の行事			
ブックトーク 親子で読もう!	小学校低学年と 保護者	5月12日(土)15:00～	「ひとりで字が読めるようになって、親子で読みきかせ!」をテーマにブックトーク

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!

※5月31日(木)は空調設備点検のため、児童館・こども図書館は休館です。



## 健康豆知識 第67回


### 血糖値と歯周病との関連性

お口の中の状態と体の健康はとても関係しています。今回は、体の病気の糖尿病と口の中の歯周病の関係についてのお話です。

私たちは毎日食事をします。ごはんやパンなどは糖質(炭水化物)といい、体の中で分解されブドウ糖となり、血液中に送られ、運動や脳の活動に必要な栄養素となります。このブドウ糖の血液中の量を血糖値といいます。血糖値は高くても低くてもいけません。血糖値が高く続くと糖尿病という病気になり、体の血管を壊し、心臓の病気を起こしてしまいます。低い場合には、めまいや気を失ったりします。人の体では血糖値を一定に保つように、インスリンやグルカゴンと呼ばれる物質が働いて血糖値が調節されています。糖尿病になると体の免疫力が低くなってしまい、かぜなどの感染症にかかりやすくなったり傷がなおりにくくなるだけでなく、歯周病にもなりやすくなります。

歯周病は、歯磨きが出来ていないと汚れがたまり、歯ぐきがはれて、血や膿が出る病気です。歯周病になると血糖値を下げるインスリンが働かなくなり、糖尿病になりやすくなってしまいます。

歯周病にならないためには、歯医者さんで歯石などの溜まった汚れを取ってもらう必要があります。しかし、最も大切なのは、毎日の歯磨き(ブラッシング)をしっかりと行うことです。それでも少しずつ汚れは溜まっていきますので、お口の中の健康だけでなく、体の健康を保つためにも、お口の中はきれいに保ち、定期的に歯医者さんでチェックをしてもらう必要があります。

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

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域消防本部へ

☎597-3301(自動音声案内)

診療日 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

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

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)

5月8日～6月7日

月日	医療機関名	科目	電話
5/13 (日)	天地クリニック	内・小・胃	593-1762
	埼玉県中央病院(桶川市)	内・外	048-776-0022
	木村クリニック(伊奈町)	内・心内・脳神・リハ	048-723-8884
5/20 (日)	山崎医院	小・内	591-2244
	大野整形外科(桶川市)	整・リハ・リウマチ	048-728-1611
	伊奈病院(伊奈町)	内・外	048-721-3692

月日	医療機関名	科目	電話
5/27 (日)	本藤整形外科	整・リウ・リハ・皮	592-7667
	伊奈病院(伊奈町)	内・外	048-721-3692
	埼玉県中央病院(桶川市)	内・外	048-776-0022
6/3 (日)	北本共済医院	内・消・胃・外・整・泌	591-7111
	埼玉県中央病院(桶川市)	内・外	048-776-0022
	世沢整形外科(伊奈町)	整・内・リハ	048-723-9191

- 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

[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

