

## 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	<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> 令和元年11月生	<b>東側</b> 3月19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> 3月17日(火)				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	3月19日(木)	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。	3月17日(火)	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30年8月生	<b>東側</b> 3月12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 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> 3月10日(火)	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29年1・2月生 ※東側地区は4月に実施	<b>西側</b> 3月13日(金) 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	3月24日(火) 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1,430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> 令和元年6月生の乳児のいる母親または家族	<b>東側</b> 4月6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> 4月7日(火)	乳幼児育児相談
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	3月19日(木)	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。																																		
		3月17日(火)				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30年8月生	<b>東側</b> 3月12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 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> 3月10日(火)	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29年1・2月生 ※東側地区は4月に実施	<b>西側</b> 3月13日(金) 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	3月24日(火) 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1,430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> 令和元年6月生の乳児のいる母親または家族	<b>東側</b> 4月6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> 4月7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	4月6日(月) 13:30~14:30		保健センター	<b>持</b> 母子健康手帳		
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30年8月生	<b>東側</b> 3月12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 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> 3月10日(火)				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29年1・2月生 ※東側地区は4月に実施	<b>西側</b> 3月13日(金) 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	3月24日(火) 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1,430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> 令和元年6月生の乳児のいる母親または家族	<b>東側</b> 4月6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> 4月7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	4月6日(月) 13:30~14:30		保健センター	<b>持</b> 母子健康手帳									
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29年1・2月生 ※東側地区は4月に実施	<b>西側</b> 3月13日(金) 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	3月24日(火) 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1,430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> 令和元年6月生の乳児のいる母親または家族	<b>東側</b> 4月6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> 4月7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	4月6日(月) 13:30~14:30		保健センター	<b>持</b> 母子健康手帳																												
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	4月6日(月) 13:30~14:30		保健センター	<b>持</b> 母子健康手帳																																		

※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。

(広告)

## 安心・安全な国産畳表推奨店

熊本産たたみ表証明書 熊本県はい草の生産日本一  
ついでます!

畳替えの季節です

### 神戸畳店

北本市中丸5-70  
591-4651

お気軽に、ご相談ください、

©2010熊本県くまモン#K26719



## 便利屋トータルサービス鴻巣店

- 不要品片づけ作業
- 庭木の剪定・伐採・抜根
- 住まいの修理
- 引越・荷物運び
- 網戸・障子・襖
- 家具移動・組立・各種解体
- 室内外の簡易作業
- ハウスクリーニング

まずはお気軽にお電話ください。(7:00~22:00)

TEL048(538)7874 鴻巣市原馬室422-6  
ケータイ080(5058)2635 (担当 くぼた)

# 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、ちょっと子育てに悩んだ時など、気軽にご利用ください。



## 北本市北本駅子育て支援センター



「3月ひろば」～手遊びや季節の製作を楽しもう～

- ・ねんねひろば(0歳児のお子さんと保護者) 第2火曜日11:00～11:30
- ・よちよちひろば(1歳児のお子さんと保護者) 第3火曜日11:00～11:30
- ・てくてくひろば(2歳児以上のお子さんと保護者) 第4火曜日11:00～11:30

## 企画「簡単スクラップブック」

- 時 3月19日(木)10:30～11:30(10:15開場)
- 対 0歳児～就学前のお子さんと保護者
- 定 10組 持 写真を数枚
- 申 3月9日(月)～13日(金)9:00～17:00に電話または窓口。応募多数の場合は抽選。当選者のみ3月16日(月)に電話で連絡。

## 講習会「マタニティ&産後ヨガ」～ママのためのリフレッシュタイム～

- 時 3月26日(木)10:30～11:30(10:15開場)
- 講 米国ヨガアライアンスRYT200修了インストラクター 三橋美知子さん
- 対 市内在住の安定期に入っている妊婦さん～産後2か月を過ぎている人とお子さん
- 定 10組
- 持 動きやすい服、バスタオル、フェイスタオル、飲み物
- 申 3月9日(月)～19日(木)9:00～17:00に電話または窓口。応募多数の場合は抽選。当選者のみ3月23日(月)に電話で連絡。

## 中丸保育園子育て支援センター



### 中丸保育園講習会

#### ①ベビーマッサージ

- 時 3月23日(月)10:00受付、10:30開始
- 内 ベビーマッサージ
- 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 20組 費 無料
- 持 バスタオル、オイル、飲み物

#### ②親と子の運動遊び&キッズマッサージ

- 時 3月26日(木)10:00受付、10:30開始
- 内 ダンスやパラバルーンを使った運動遊び
- 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 15組(先着順) 費 無料
- 持 飲み物、縄跳び
- 申 ①②とも電話にて受付。

## 北本市子育て支援センター



### 講習会「親子でフラダンス」

- 時 3月16日(月)10:30～11:30(10:15開場)
- 内 お子さんと一緒に楽しく踊って心も体もリフレッシュしましょう♪
- 講 草野朋子さん(キエレ主宰)
- 対 市内在住の1歳～就学前のお子さんと保護者
- 定 15組(先着順)
- 持 動きやすい服、飲み物、汗ふきタオル ※フラ用パウスカートは無料でお貸しします。
- 申 3月9日(月)9:30～電話または窓口。

### 企画「音遊びの日」

- 時 3月25日(水)11:30～11:45
- 内 音遊びを楽しみましょう！

### 3月の年齢別ひろば 10:30～11:30

- ～パラバルーンを楽しみましょう♪～
- ・くじら、ぺんぎんひろば 第1水曜日 (平成30年4月1日以前の生まれ)
- ・めだかひろば 第2水曜日 (平成30年4月2日～平成31年4月1日生まれ)
- ・ねんねひろば 第3水曜日 (平成31年4月2日以降の生まれ) 予約は不要です。年齢別に参加できる遊びをみんなで楽しんでみませんか♪

## Coccoひろば



### 3月のひろば

- ・わいわいデー：第3火曜日11:00～11:30 3月はお楽しみ会。
- ・ばぶばぶデー：第1木曜日(赤ちゃんの日) あんよ前のお子さんが対象です。兄姉と一緒にご利用の場合は12:00からご利用できます。
- ・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	内容
10:00～ 参加券配布			
お誕生会	3月生まれの0～3歳児と保護者10組(先着順)	3月16日(月)11:00～11:15	ハートのフォトブースでの記念撮影と手形をとって、お子さんの成長をお祝いしましょう
育児相談(1人30分程度)	—	3月9日(月)10:00～11:30	悩んでいることがあったら気軽に声をかけてください
申込み不要			
はかってみよう	乳幼児とその保護者	3月9日(月)9:00～13:00	お子さんの成長記録を残しましょう
つくってみよう (20分程度の簡単な工作)	全来館者15人(先着順)	3月14日(土)15:00～16:00	プラバンでキーホルダーを作りましょう
チャレンジ(しんぶんしのやりなげ)	全来館者	月・火・木・金・土 15:00～17:00	自分の記録にチャレンジしよう
ママの輪	0歳の乳児とその保護者	3月17日(火)10:30～11:00	ふれあい遊びや、おしゃべりを楽しみましょう はじめての人もお待ちしています
申込受付中			
手作り講座(スーパーボール)	小学生各時間 8人	3月20日(金・祝) 10:00、11:00、13:15、14:15	ふしぎ、ふしぎ、スーパーボールが作れます
3月20日(金・祝)10:00～受付(電話可)			
手作り講座(アロマジェル)	小学生各時間 8人	4月5日(日)10:00～11:00	すてきな香りのアロマジェルが簡単に作れます

### 4月事業予定

4月1日(水)10:00～受付(電話可)			
栄養相談	乳幼児とその保護者 4組(先着順)	4月10日(金) 9:00～11:00	栄養士による栄養、食育相談
育児講座(小麦粘土を作ろう)	市内在住の1歳以上の乳幼児とその保護者20組(先着順)	4月14日(火)10:30～11:30	粘土の作り方を覚えて遊びましょう (レジャーシート、粘土の容器をご用意ください)
育児相談(1人30分程度)	乳幼児とその保護者 4組(先着順)	4月27日(月) 9:30～11:30	子育てに関する相談など、お話ししましょう

## 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



イベント	対象・定員	日時	内容
<b>毎日の読みきかせ</b>			
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。「この本読んで！」いつでも声をかけてください。
<b>毎月のおはなし会</b>			
小学生のためのおはなし会	小学生～大人	4月5日(日)15:00～	昔話の語りや絵本の読みきかせなどを楽しむ会
毎月のわらべうたの会	赤ちゃん～大人	3月8日(日)15:00～	わらべうたや手あそびなどを楽しむ会
3月のおはなし会 ～山笑う～	0歳～大人	3月15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	3月24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!
<b>毎週のおはなし会</b>			
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 各回 約30分

\*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!

\*第2土曜日と第4金曜日のおはなし会は、北本市子どもの本を楽しむ会、北本市子ども文庫連絡会との協働おはなし会です。



## 健康豆知識 第89回

### 認知症にならないために

現在、認知症治療薬の開発が世界的に行われています。しかし、未だ実用化されたものではありません。そのため最近では、認知症の治療ではなく「予防」方法の研究が行われるようになってきました。我が国における認知症患者数は、団塊の世代が後期高齢者となる2025年には約700万人に急増するといわれています。この急増の多くを占めるのは高齢発症のアルツハイマー病です。そこで今回は、この高齢発症のアルツハイマー病(混合性認知症を含む)に限定して、その予防方法について述べたいと思います。

アルツハイマー病のリスクファクター(危険因子)については、これまで各種研究から様々な要因が指摘されてきました。しかし現在、世界中で認められている一番の要因は「年齢」です。すなわち、認知症は病気ではなく「老化」の一形態かもしれないということです。老化に関しては、最近、日本老年医学会が提唱している「フレイル」という概念があります。これは簡単に言うと、高齢化に伴う体重の減少・筋力の低下などの身体的要素のほか、気力の低下などの精神的要素、独居などの社会的要素にも着目した概念です。フレイルと認知症の間には密接な関連がありますが、ここで重要なのは、フレイルは適切な治療や予防を行うことで改善する可能性があることです。また別のある調査では、家族関係や地域関係が良好なエリア(環境)では、他の都市部に比してBPSD(認知症に伴う暴言や暴力、興奮、徘徊、幻覚、妄想などの症状)が発症しにくいという報告があります。

以上のような事実を見ると、認知症の予防のためには良好な家族関係に加え、地域活動への参加、適度な運動をし、他人と会話を楽しむことが非常に重要と思われる。加えて、食事をしっかりととり、十分な夜間睡眠をとることも大切なことだと思います。

高齢者本人、介護者にとって、たとえ「物忘れはあっても」いいお祖父さん、いいお祖母さんでいることが望ましい生活と考えております。

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 **#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、お父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

電話番号 **#7119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)

3月8日～4月7日

月日	医療機関名	科目	電話
3/8 (日)	山崎医院	小・内	591-2244
	埼玉県中央病院(桶川市)	内・外	048-776-0022
	豊田医院(桶川市)	内・小・胃・循	048-728-2377
3/15 (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
	ようだ眼科医院(桶川市)	眼	048-771-8880
3/20 (金・祝)	よしだ整形外科内科	整・内・リハ・皮・リウ	590-5720
	府川医院(桶川市)	耳・アレ	048-786-2672
	伊奈病院(伊奈町)	内・外	048-721-3692
3/22 (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
	桶川日出谷診療所(桶川市)	脳神経外科	048-786-7715
3/29 (日)	林田内科医院	内・小・循・消・リハ	592-7711
	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

月日	医療機関名	科目	電話
4/5 (日)	きたもと内科クリニック	内・消	592-1641
	ペニバナファミリークリニック(桶川市)	内・小・消・内・皮・外	048-787-0002
	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