

- 新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、実施日程などを変更する場合があります。
- 咳や発熱など症状がみられる場合は、健(検)診受診をお控えください。

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を考えて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(治療中の人はご遠慮ください)	7月8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 7月3日(金)までに健康づくり課へ(事前予約制)。
献血	対 16歳~69歳の健康な人 ※65歳~69歳の方は60歳~64歳の間に献血したことがある人のみ	7月28日(火) 13:00~16:00	市役所	申 当日直接会場へ。

母子保健のご案内



時間で人数を分ける、体温測定を行うなどの感染対策をしています。

乳幼児健診の日程および対象者が変更になっています。ご注意ください。

※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、運動発達の検査 対 令和2年3月生	東側 7月16日(木) 13:20~14:10	保健センター	持 母子健康手帳、健康診査票、体温計、バスタオル 申 対象児以外は、健康づくり課へ。 他 離乳食の調理講習は中止しています。
		西側 7月17日(金) 13:20~14:10	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 ①平成30年9・10月生 ②平成30年10月生 ③平成30年11月生 ④平成30年11月生	①西側 7月7日(火) ※13:10~13:40 ※13:40~14:10	母子健康センター	持 母子健康手帳、健康診査票、体温計、現在使用している歯ブラシ、タオル、バスタオル 申 対象児以外は、健康づくり課へ。 ※受付時間を確認してください。安心安全のため、分散化しています。詳しくは個別通知をご覧ください。
		②東側 7月10日(金) ※13:10~13:40 ※13:40~14:10	保健センター	
		③西側 7月13日(月) ※13:10~13:40 ※13:40~14:10	母子健康センター	
		④東側 7月14日(火) ※13:10~13:40 ※13:40~14:10	保健センター	
3歳児健診	内 内科健診、歯科健診、尿検査等 対 西側地区で平成29年1・2月生	西側 7月20日(月) ①13:10~13:40(1月生) ②13:40~14:10(2月生)	母子健康センター	持 母子健康手帳、健康診査票、体温計、早朝尿、目と耳のアンケート、バスタオル 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	7月16日(木) 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1,430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。
乳幼児育児相談	内 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 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	8月3日(月) 13:30~14:30	保健センター	持 母子健康手帳 申 予約制。健康づくり課へ。
プレママセミナー	内 妊娠中の栄養・生活、赤ちゃんとの暮らしについて 対 妊娠27週までの妊婦や家族で希望する人	7月15日(水) 10:00~12:00	市役所	持 母子健康手帳 申 7月8日(水)までに健康づくり課へ電話または直接。

※8月の9か月児育児相談は中止となります。詳しくは個別通知をご覧ください。

蚊を介する感染症の予防対策

～感染症流行地域へ渡航する場合には万全な対策を～

これから蚊が発生する季節を迎えます。

ウイルスなどの病原体に感染した人や動物の血を吸った蚊に刺されることで、さまざまな感染症にかかる恐れがあります。

蚊が媒介する感染症にかからないためには、住民一人ひとりが、感染症の流行地域で蚊に刺されない、住まいの周囲に蚊を増やさない対策をすることが重要です。

○感染症流行地域では、蚊に刺されないようにしましょう。

- ・海外へ渡航する際には、渡航前に現地での流行状況を把握しましょう。もし蚊を媒介とする感染症の流行地域へ渡航される場合には、蚊に刺されないように万全な対策をしましょう。
- ・屋外の蚊が多くいる場所で活動する場合は、できるだけ肌を露出せず、虫よけ剤を使用するなど、蚊に刺されない対策をしましょう。

○住まいの周囲に、蚊を増やさないようにしましょう。

- ・蚊は、植木鉢の受け皿や屋外に放置された空き缶に溜まった雨水など、小さな水たまりで発生するので、日ごろから住まいの周囲の水たまりを無くすように心がけましょう。

※蚊の活動はおおむね10月下旬で終息します。これらの対策は10月下旬までを目安に行いましょう。

熱中症予防5つのポイント

①高齢者は上手にエアコンを

高齢者や持病のある人は、暑さで体力が低下し、室内でも熱中症になることがあります。節電中でも上手にエアコンを使っていきましょう。

②暑くなる日は要注意

梅雨明けで急に暑くなる日は、体が暑さに慣れていないため要注意です。また、夏の猛暑日も注意が必要です。

③水分はこまめに補給

のどが渇く前に水分を補給しましょう。

④「おかしい!？」と思ったら病院へ

「おかしい!？」と思ったら、涼しいところに避難し、医療機関に相談しましょう。

⑤周りの人にも気配りを

ご近所で声をかけ合うなど、周りの人の体調にも気を配りましょう。

埼玉県熱中症

検索

食中毒にご用心

生や加熱不十分の肉によるカンピロバクターや腸管出血性大腸菌^{オー}O-157などの菌による食中毒が毎年発生しています。みんなで食中毒を予防しましょう!

☎ 鴻巣保健所生活衛生・薬事担当 (☎541-0249)

■食中毒予防の3原則

食中毒菌を、

- ◎**つけない** 食材や手はもちろん、肉や魚を扱った後のまな板や包丁もこまめに洗う。
- ◎**増やさない** 調理したらすぐに食べる。保存する場合は急いで冷ましてから冷蔵庫へ。
- ◎**やっつける** 食品は中心部まで十分加熱する。

■肉の注意点

- 焼く直前まで低温に保つ。
- 中までしっかり焼く。
- トングや箸は使い分ける。



- ◎**生野菜にも食中毒菌が付いていることがあります。冷蔵庫で保管し、流水でよく洗浄してから食べましょう。**

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



企画「夏まつり」

- 時 7月22日(水)10:30～11:30(10:15受付)
内 夏祭りの雰囲気をみんなで一緒に楽しみましょう♪
対 市内在住の0歳～就学前までのお子さんと保護者
定 お子さん40人(先着順)
他 遊んだものはお持ち帰りできます

講習会「リフレッシュ健康体操」

- 時 7月28日(火)10:30～11:30(10:15開場)
内 ママが音楽・リズムにのって体を健康に動かしましょう
講 健康運動指導士 樋田 雪江さん
対 市内在住の0歳～就学前までのお子さんと保護者
定 15組(先着順)
持 汗拭きタオル、飲み物、動きやすい服装
他 素足で行います
申 7月14日(火)9:30～電話または直接。

企画「音遊びの日」

- 時 7月29日(水)11:15～11:30
内 音にまつわる遊びをして楽しみましょう♪

7月の年齢別ひろば 10:30～11:30

- ・くじらひろば 第1水曜日
(平成30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30年4月2日～平成31年4月1日生まれ)
- ・めだかひろば 第3水曜日
(平成31年4月2日～令和2年4月1日生まれ)

企画「誕生日会」

- 時 8月6日(木)9:30～15:30
内 誕生日の壁面をバックにお誕生日写真を撮りませんか?♪

企画「英語で遊ぼう」

- 時 8月17日(月)11:10～11:30
内 親子で英語に親しみ遊ばしましょう
申 7月27日(月)9:30～電話または直接。

中丸保育園子育て支援センター



～ベビーマッサージ～

- 時 7月16日(木)(10:00受付、10:30開始)
講 ベビーマッサージ体験インストラクター
佐々木圭子さん
定 6組(先着順)
費 無料
持 バスタオル、オイル、飲み物
申 電話で受付。
他 感染症対策のため閉所していましたが、6月15日から
開所しています。詳細はお問い合わせください。

北本市北本駅子育て支援センター



7月ひろば ～スタンプ遊びを楽しもう～

- ・ねんねひろば(0歳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歳以上のお子さんと保護者)
第4火曜日11:00～11:30

いっしょにわらべうたと絵本を楽しもう

- 時 7月16日(木)10:30～11:30(予約不要)
内 絵本の紹介や読み聞かせ等
講 北本子どもの本を楽しむ会
他 支援室は通常通り開室しています

優しいストレッチ

- 時 7月22日(水)11:20～(15分程度)(予約不要)
内 育児中のママ、気軽に体を動かしましょう!
講 センター職員
持 抱っこひも(必要な人)
他 支援室は通常通り開室しています

Coccoひろば



「絵の具であそぼう!」

- 時 7月21日(火)11:00～11:30(受付10:45より)
内 いろんな道具や手足でスタンプを押してあそびます。
汚れてもいい格好でダイナミックにあそびましょう。
対 未就学児のお子さんとその保護者5組
費 無料 持 着がえ
申 7月6日(月)～11日(土)に電話または直接。応募多数の
場合は抽選。抽選の結果は14日(火)までに電話で連絡。

7月のひろば

- ・わいわいデー お休みです
- ・ばぶばぶデー 毎月第1木曜日(赤ちゃんの日)
- ・すくすくデー 毎月第2木曜日・第3土曜日
手形(足形)を押してカードを作ります(14:30まで)。
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、妊婦さんとそのご家族

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	7月生まれの0歳～3歳とその保護者10組(先着順)	7月20日(月)11:00～11:30	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
申込み不要			
はかってみよう	乳幼児とその保護者	7月13日(月)9:00～11:30	お子さんの成長記録を残しましょう
レッツソング	全来館者	7月13日(月)11:45～12:00	みんなで楽しく歌いましょう
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)	7月11日(土)15:00～16:00	けん玉を作ります
けん玉クラブ (希望者は検定実施)	6歳以上15人(先着順)	7月19日(日)14:30～15:30	検定に合格して名人になろう
ママの輪	0歳の乳児とその保護者	7月8日(水)10:00～10:45	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おります
チャレンジ (ピンポン球はこび)	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
夏まつり	全来館者	7月26日(日)9:00～18:00	たくさんのゲームを用意してお待ちしています。普段とちがう児童館を楽しみましょう
7月10日(金)10:00～申込受付 電話可			
簡単工作 (ストロービーズキーホルダー)	小学生各時間5人	7月24日(金・祝) 10:00・11:00・13:15・14:15	ストローでかわいいキーホルダーを作りましょう
おもしろ科学	小学生各時間5人	8月10日(月・祝)10:00～11:00	磁石で遊ぼう!(パート1)
おもしろ科学	小学生各時間5人	8月16日(日)10:00～11:00	磁石で遊ぼう!(パート2)
8月事業予定			
8月3日(月)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)	8月14日(金)9:00～11:00	栄養士による栄養、食育相談
育児相談(1人30分程度)	乳幼児とその保護者4組(先着順)	8月24日(月)9:30～12:00	子育てに関する相談など、お話ししましょう
簡単工作(スライム)	小学生各時間5人	8月9日(日) 10:00・11:00・13:15・14:15	いろいろな色のスライムを作りましょう
申込み不要			
はかってみよう	乳幼児とその保護者	8月3日(月)9:00～11:30	お子さんの成長記録を残しましょう
今月の壁面製作(アイス)	乳幼児とその保護者(先着15組)	8月6日(木)10:30～11:00	作品を児童館に飾りましょう
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)	8月8日(土)15:00～16:00	ティッシュボックスでパクパクキャッチを作ります

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
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 ※8月から	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
毎月のおはなし会			
ひとりで聞ける子向のおはなし会	ひとりで聞ける子、小学生もぜひ!保護者もどうぞ	8月2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
毎週のおはなし会(8月以降の開催となります)			
わらべうたとよみかせ	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、親子で楽しむ会
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
児童館・こども図書館の休館日のお知らせ			
9月5日(土)	受変電設備の年次点検のため臨時休館になります。		

※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個で北本市立こども図書館特製シールを1枚さしあげます!

※毎日の読みきかせ、毎週のおはなし会も行っています。

※第2土曜日と第4金曜日のおはなし会は、北本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。

※新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から、7月中の行事、おはなし会、フロアでの読み聞かせはお休みします。



健康豆知識 第93回

水虫の話

梅雨時から夏にかけ、足は蒸れてムズがゆく水虫の騒ぎ出す季節となりました。水虫の患者数は全国で2千万人以上、その半数は女性といわれています。痛くも痒くもない場合が多く、知らない間に爪や手、股間などへ広がっていく場合もあります。放っておくと当然菌をまき散らすことになり、他の人へうつしてしまうことになるでしょう。

一般に水虫といわれる病気は、白癬菌（糸状菌）というカビの菌の一種による感染症です。類似の症状を呈するものにカンジダ菌（分芽胞菌）があり正しく診断されないと、カビを治す薬の中には白癬菌しか効かないものもあるので注意が必要です。

汗がたまってできる湿疹を水虫と思い込み、市販の薬で悪化させてしまう人もよく見られます。爪の水虫では厚硬爪甲、爪甲鉤湾症、爪の乾癬、苔癬といった一見区別がつきにくいものも少なくないので、水虫を疑ったから自己判断せず、皮膚科専門医を受診することが大切です。

元来、水虫は弱い菌ですが免疫力が落ちている時や、皮膚や爪にわずかでも傷があると容易に繰り返し感染します。手足の保護膜まで取れてしまうほど洗いすぎたり、症状に気付きにくい爪のオシャレもほどほどにした方がいいでしょう。

病院に行く時間がなかなか取れない人も多いと思いますが自分や家族の足、爪を見て不安に感じたら、まずは早めに診断を受け治療されることをお勧めします。

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

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)

7月8日～8月7日

月日	医療機関名	科目	電話
7/12 (日)	本藤整形外科	整・リウ・リハ・皮	592-7667
	小島医院 (桶川市)	内・小	048-771-1212
	伊奈病院 (伊奈町)	内・外	048-721-3692
7/19 (日)	遠井クリニック	内・小・循	591-2109
	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
7/23 (木・祝)	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
	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

- 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。

月日	医療機関名	科目	電話
7/24 (金・祝)	さくらこどもとおとな診療所	内・循・小	591-2088
	埼玉県中央病院 (桶川市)	内・外	048-776-0022
	希望(のぞみ)病院 (伊奈町)	内・神内・リハ	048-723-0855
7/26 (日)	北本整形外科	整・皮・リハ	591-8871
	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
8/2 (日)	山田医院	内・小	593-0353
	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

- 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