

年末・年始当番歯科医 (一般社団法人埼玉県北足立歯科医師会) 診療時間10:00~12:00

月日	地区	医療機関名	電話
12/30(水)	北本	もとき歯科医院	593-4883
	鴻巣	ハッピー歯科	048-598-5814
	桶川	オオタ歯科医院	048-786-6757
	上尾	赤羽歯科	048-774-9811
		高橋歯科医院	048-774-7738
		千代歯科医院	048-771-3174
伊奈	高野歯科医院	048-721-8148	
12/31(木)	北本	大塚歯科医院	592-8319
	鴻巣	生田歯科医院	048-541-1005
		大本歯科医院	048-577-7513
	桶川	朝日内科歯科医院	048-774-9385

月日	地区	医療機関名	電話
12/31(木)	上尾	榎本歯科医院	048-726-1002
		おかだ歯科医院	048-771-1488
		林歯科医院	048-774-2895
令和3年 1/1 (金・祝)	北本	たかはし歯科クリニック北本	590-2525
	鴻巣	グリーン歯科	048-543-8899
	上尾	市川歯科医院	048-775-5212
1/2(土)	北本	友愛歯科クリニック	592-7148
	鴻巣	小室歯科医院	048-543-7966
1/3(日)	上尾	マチダデンタルオフィス	048-773-8811
	鴻巣	市川歯科医院	048-541-1063
	桶川	いのうえ歯科クリニック	048-787-9000
	上尾	新海歯科医院	048-725-2365

休日診療(当番医) 診療時間9:00~17:00(時間厳守) 12月8日~令和3年1月7日

月日	地区	医療機関名	科目	電話
12/13(日)	北本	深井小児科内科医院	小・内	591-5958
	桶川	桶川日出谷診療所	脳外	048-786-7715
	桶川	埼玉県中央病院	内・外	048-776-0022
12/20(日)	北本	吉田医院	内	591-2200
	桶川	埼玉県中央病院	内・外	048-776-0022
	伊奈	伊奈中央病院	内	048-721-3022
12/27(日)	北本	青木クリニック	内・循環 呼・小	592-1033
	桶川	ベニバナファミリー クリニック	内・小・消内 皮・外	048-787-0002
	伊奈	伊奈病院	内・外	048-721-3692
12/29(火)	北本	さくらこどもとおとな 診療所	内・循・小	591-2088
	桶川	いけだファミリー クリニック桶川	内・小	048-788-1167
	桶川	埼玉県中央病院	内・外	048-776-0022
12/30(水)	北本	鈴木医院	内・小	592-1313
	桶川	埼玉県中央病院	内・外	048-776-0022
	伊奈	伊奈病院	内・外	048-721-3692
12/31(木)	北本	榎原医院	内・胃腸 肛門	542-6582
	桶川	埼玉県中央病院	内・外	048-776-0022
	伊奈	伊奈病院	内・外	048-721-3692

月日	地区	医療機関名	科目	電話
令和3年 1/1 (金・祝)	北本	安里医院	内・小	542-2629
	桶川	埼玉県中央病院	内・外	048-776-0022
	伊奈	伊奈病院	内・外	048-721-3692
1/2(土)	北本	南福音診療所	内・小	591-7191
	桶川	埼玉県中央病院	内・外	048-776-0022
	伊奈	伊奈病院	内・外	048-721-3692
1/3(日)	北本	山崎医院	小・内	591-2244
	桶川	ベニバナファミリー クリニック	内・小・消内 皮・外	048-787-0002
	桶川	埼玉県中央病院	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 年末年始(12月30日~1月3日)は、各市町の当番医が担当します。

利用方法 電話で確認をとり、保険証をお持ちください。

場 圃 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

- 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。

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	日程	場所	受付時間・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8月生まれのお子さん	東側 12月17日(木)	保健センター	時 1日～15日生まれのお子さんは13:10～13:40 16日～31日生まれのお子さんは13:40～14:10 持 母子健康手帳、健康診査票、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です。
		西側 12月18日(金)	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 令和元年5月生まれのお子さん	東側 12月14日(月)	保健センター	時 1日～15日生まれのお子さんは13:10～13:40 16日～31日生まれのお子さんは13:40～14:10 持 母子健康手帳、健康診査票、バスタオル、タオル 申 対象児以外は健康づくり課へ。 他 歯ブラシを使用した歯科指導は中止しています。
		西側 12月15日(火)	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29年10月・11生まれのお子さん	東側 12月10日(木)	保健センター	時 10月生まれのお子さんは13:10～13:40 11月生まれのお子さんは13:40～14:10 持 母子健康手帳、健康診査票、バスタオル、目と耳のアンケート、早朝尿 申 対象児以外は健康づくり課へ。
9か月児育児相談	内 身長・体重測定、運動発達の相談、離乳完了期の栄養相談、育児の心配ごと相談等 対 令和2年3月生まれのお子さんがある母親または家族	東側 1月7日(木)	保健センター	時 1～15日生まれのお子さんは10:00～10:25 16～31日生まれのお子さんは10:25～10:45 持 母子健康手帳、バスタオル、9か月または10か月児健康相談票
		西側 1月8日(金)	母子健康センター	
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	12月22日(火)	文化センター	時 初めのお子さんは13:20～13:50 2回目以降のお子さんは13:50～14:20 費 1回あたり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、心配事の相談 対 0～3歳未満のお子さんがある母親または家族で希望する人	1月8日(金) (予約制)	母子健康センター	時 13:30～14:30 持 母子健康手帳、バスタオル 申 予約制。健康づくり課へ電話、直接またはQRコードから。
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	12月16日(水)	市役所	時 10:00～12:00 持 母子健康手帳 申 12月11日(金)までに健康づくり課へ電話または直接。
プレママ・プレパパセミナー	内 出産の準備(呼吸法等)、赤ちゃんのお風呂の入れ方(実習) 対 妊娠28週以降の妊婦、父親になる人、家族で希望する人	12月21日(月)	保健センター	時 13:30～16:00 持 母子健康手帳 申 12月14日(月)までに健康づくり課へ直接または電話。





健康豆知識 第98回

「白内障の治療」

白内障って聞いたことがありますか？眼の中の水晶体というレンズが濁る病気です。全体的に霞んで見えづらい、明るいところがまぶしい、夜の運転時ヘッドライトがまぶしい、などの症状があります。基本的に加齢とともに起こりますが、ステロイドなどの薬やぶどう膜炎などの病気やぶつけるなどの外傷が原因のこともあります。50歳ぐらいから少しずつ濁りが進行していき、少なからず症状が出てくると言われています。徐々に進行してくるため自分では気づきにくいことがあり、健康診断で視力低下を指摘されたり、運転免許の更新ができなかったことで眼科を受診されることが診断の契機になることがほとんどです。

治療は「目薬」か「手術」となります。目薬は進行を遅らせることはできませんが、症状の改善を目指すなら手術となります。

眼の手術ってやっぱり怖いですが、でも白内障の手術は安全性が確立されているため、3mmの小さな傷口で10分もかからず、ほぼ痛みもなく手術が終了されます。「遠視・近視・乱視」の屈折異常もある程度治療できるので、手術を受けた患者さんはよく見えるようになるため大変喜ばれます。

「単焦点レンズ」を選ぶと、遠くにピントを合わせれば近くは見えづらいため老眼鏡が必要になり、近くにピントを合わせれば遠くは見えづらいため近視用眼鏡が必要になります。眼鏡をかけることに抵抗がなければくっきり見える単焦点レンズがおすすめです。

「多焦点レンズ」はピントが複数あり、遠くも近くも眼鏡がなくてもある程度見えるため老眼の治療ができる便利なものです。ただし、お金がかかる、夜の運転が少し見えづらい、鮮明度が単焦点レンズよりは劣るというデメリットはあります。しっかり説明を受けられ納得して手術を受けられることをお勧めします。

白内障を放置しておくとも認知症が進みやすい、転んで怪我をしやすくなると言われていています。一度眼科で検査をされてはいかがでしょうか。

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

子宮がん・大腸がん 個別検診実施中

健康づくり課保健予防担当 (☎594-5544)

子宮がん

対 20歳以上(受診日現在)

申 12月18日(金)までに健康づくり課へ電話または直接お申し込みのうえ、各医療機関の診療日を必ず確認し、12月25日(金)までに受診してください。

大腸がん

対 40歳以上(受診日現在)

申 各医療機関へ直接予約し、12月11日(金)までに検体容器をお受け取りください。

実施医療機関・費用など詳しくは市ホームページをご覧ください。



お手元に無料クーポンをお持ちの方は、ぜひこの機会にご利用ください。



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「手形」

時 12月7日(月)10:00～12:00/13:00～15:00
内 サンタクロースにお子さんのかわいい手形を残してみませんか♪

講習会「多言語であそぼう」～世界のこぼをくらしの中に～

時 12月22日(火)10:30～11:30(開場10:15～)
内 多言語活動を親子で体験しよう
講 ヒップファミリークラブ研究員・助産師 ながい あつこ 長井 敦子さん
対 定 市内在住の0歳～就学前までのお子さんとその保護者10組(先着順)
持 飲み物
申 12月8日(火)9:30～電話または直接。

企画「音遊びの日」

時 12月23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♪

12月の年齢別ひろば 10:30～11:30

- ・くじらぺんぎんひろば 第1水曜日
(平成31年4月1日以前の生まれ)
- ・めだかひろば 第2水曜日
(平成31年4月2日～令和2年4月1日生まれ)
- ・ねんねこひろば 第3水曜日
(令和2年4月2日以降生まれ)

企画「お誕生日会」

時 1月7日(木)10:00～12:00、13:00～15:00
内 誕生日の壁面をバックに写真を撮りませんか?自由参加です♪

企画「ヤクルトおなか元気教室」

時 1月25日(月)10:30～11:30(会場10:15～)
内 紙芝居「おなかのやくそく」 体操「おなかのたいそう」
講 ヤクルトさいたま もり ゆづこ 森 祐子さん
対 定 0歳～就学前までのお子さんとその保護者10組(先着順)
持 水分補給用の飲み物
申 1月8日(金)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 ①12月22日(火) ②12月24日(木)
受付10:00～ 開始10:30～
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 各回7組(先着順) 費無料
持 バスタオル、ベビーオイル、飲み物
申 電話で受け付け。

北本市北本駅子育て支援センター



「合同年齢別ひろば」～クリスマスの雰囲気を楽しもう～

時 12月15日(火)10:30～11:30
対 0歳～就学前のお子さんと保護者
申 12月1日(火)～10日(木)に電話または直接。
※11日(金)に詳細についてお電話します。

「昔遊びの日」(12月から再開!)

時 12月2日(水)11:00～11:30
内 「まりつきトントン」の皆さんと楽しく遊みましょう。

センター職員による「優しいストレッチ」

時 12月16日(水)11:40～(15分程度)
対 育児中のママ 持 抱っこひも(必要な人)

誕生会「大きくなったね」

時 12月22日(火)11:00～11:30(12月生まれのお友だちは手形・足形をとるので10:30までにお越しください)
内 12月生まれのお友だちをみんなでお祝いしましょう!

Coccoひろば



「クリスマス会」

時 12月17日(木)11:00～11:45(受付10:45より)
内 エプロンシアターやマラカス作りなどで、クリスマス
のひとときをお子さんと一緒に楽しみましょう!
対 定 未就園児とその保護者5組 費無料
申 12月1日(火)～8日(火)に電話または直接。応募者多数
の場合は抽選。抽選結果は10日(木)までに電話で連絡。

「12月のひろば企画」

※利用人数は午前・午後とも5組10人目安
・わいわいデー 12月はお休み
・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
お子さんの成長の記録として身長・体重を測りすくすくカードを作ります。手形(足形)はお休みです。午前は11:30まで、午後は14:30までにお越しください
・ひろばデビューの日 毎月第2火曜日
初めてひろばに参加する人が気軽に参加できる日です

Coccoひろば

☎592-4039・FAX 593-2035

時 火、木、土曜日10:00～12:00、13:00～15:00 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 申 電話または窓口

中丸保育園子育て支援センター ☎592-5615・FAX 592-9386

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・FAX 590-7677

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・FAX 501-2766

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・FAX 598-4786

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



お誕生日会



ママの輪



ランランタイム

イベント	対象・定員	日時	内容
開始30分前より参加券配布			
お誕生会	12月生まれの0歳～3歳とその保護者7組(先着順)	12月21日(月)10:30～11:00	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
ママの輪	0歳の乳児とその保護者8組(先着順)	12月9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います
つくってみよう (20分程度の簡単な工作)	全来館者12人(先着順)	12月12日(土)15:30～16:30	ペットボトルでスノードームを作ります
申込み不要			
レッツソング	全来館者	12月14日(月)10:30～10:45	「アンパンマンマーチ」と「パプリカ」を歌います
はかってみよう	乳幼児とその保護者	12月14日(月)9:00～11:00	お子さんの成長記録を残しましょう
けん玉クラブ(希望者は検定実施)	6歳以上7人(先着順)	12月20日(日)15:15～16:00	検定に合格して名人になろう
チャレンジ (ストラックアウト)	全来館者	全日(けん玉の日除く) 15:30～17:00	自分の記録にチャレンジしよう
クリスマス会	全来館者	12月23日(水) ①10:00～10:30 ②13:00～13:30 ③14:00～14:30	アンパンマンサンタがプレゼントを持って来館!
12月21日(月)10:00～申込受付 電話可			
栄養相談	乳幼児とその保護者4組(先着順)	1月8日(金)9:00～11:00	栄養士による栄養、食育相談
1月の予定			
1月3日(日)10:00～申込受付 電話可			
育児講座 (子どもと大人の食事)	乳幼児とその保護者10組(先着順)	1月19日(火)10:00～11:00	栄養士さんが、食事についてお話をしてくれます
育児相談(1人30分程度)	乳幼児とその保護者3組(先着順)	1月25日(月)9:30～11:00	子育てに関する相談など、お話ししましょう
申込み不要			
はかってみよう	乳幼児とその保護者	1月4日(月)9:00～11:00	お子さんの成長記録を残しましょう
今月の壁面製作(だるま)	乳幼児とその保護者10組(先着順)	1月7日(木)9:30～11:00	作品をつくってお家に飾りましょう
つくってみよう (20分程度の簡単な工作)	全来館者12人(先着順)	1月9日(土)15:30～16:30	こまを作ります

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



『こどもといっしょに』の本



『ピンクリスト』の本



どまちゃんとうさちゃん

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	赤ちゃんから大人まで	毎日いつでも※1月から	好きな時に、好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 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	1月3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(1月以降の開催となります)			
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

*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。

*新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から、12月中の行事・おはなし会・フロアでの読み聞かせはお休みの予定です。

児童館・こども図書館の年末年始の休館日 12月31日(木)～令和3年1月2日(土)