

電話番号はお間違えのないようにお願いします。健康増進課(保健センター)へのお問い合わせは ☎ 720-5000

◆ 予防接種日程表 *対象児には通知が届きます。(平成23年4月以降生まれの方は、予防接種予診票をお使いください。)

費用：無料

| | 予防接種名 | 実施日 | 対象児 | 備考 |
|------|--|---|---|---|
| 個別接種 | B C G | 通 年 | 生後3か月～6か月未満 | |
| | 三種混合 | | 生後3か月～7歳6か月未満 (1期初回は20～56日の間隔で3回、1期追加は1期初回3回終了後、1年～1年半の間に1回接種) | |
| | 二種混合 | | 11歳～13歳未満 | |
| | 麻しん風しん混合 | | 1期 1歳～2歳未満 | 2期については、麻しんおよび風しん予防接種を1回ずつ接種された方、またはどちらか一方のみ接種された方も対象となります。 |
| | | | 2期 平成17年4月2日～平成18年4月1日生 | |
| | | | 3期 中学1年生相当の年齢 (平成10年4月2日～平成11年4月1日生) | |
| | 4期 高校3年生相当の年齢 (平成5年4月2日～平成6年4月1日生) | | | |
| 日本脳炎 | 1期(計3回) 3歳～7歳6か月未満 (1期初回は6～28日の間隔で2回、1期追加は1期初回2回終了後、おおむね1年後に1回接種) 2期(1回) 9歳～13歳未満 平成17～21年度の間に日本脳炎の予防接種の機会を逃した方への接種時期が緩和されました。 対象者:平成7年6月1日～平成19年4月1日生 詳しくは、健康増進課へお問い合わせください。 | 1期 7歳6か月までに1期3回が接種できます。 7歳6か月を過ぎた方で、1期の不足分が接種できるようになりました。接種を希望される方は、健康増進課へお問い合わせください。 2期 9歳～13歳未満の方で1期3回接種を終了しているお子さんは通常通り接種できます。 1期3回接種が終了していない方で、予診票が必要な場合は、母子手帳を持参のうえ、健康増進課へ取りにお越しください。 | | |
| 注意事項 | 個別予防接種の場合、希望する指定医療機関に予約し、接種してください。上記の予防接種は無料です。 転入等で予診票をお持ちでない方は、必ず母子手帳を持参のうえ、健康増進課(保健センター)まで取りにお越しください。 予防接種はまれに接種後に体調の変化等もあることから、保護者の同伴が必要ですが、保護者が特別な理由で同伴することができず、かわりにお子さんの健康状態を普段から熟知する代理の方が同伴する場合は、委任状が必要となりますので健康増進課(保健センター)へお越しください。 接種可能な年齢がどうかかわからない時や、特別な理由があり県内の指定医療機関で接種を希望される方は、健康増進課(保健センター)までお問い合わせください。 | | | |

年末年始の歯科当番医 診療時間 10時～12時

| 月日 | 所在地 | 医療機関名 | 電話番号 |
|---------------------|--------|---------------|--------------|
| 12/30 (金) | 鴻巣市 | 大淵歯科医院 | 048-548-0004 |
| | | 斉藤歯科クリニック | 048-596-9258 |
| | 北本市 | もとき歯科医院 | 048-593-4883 |
| | | 桶川市 | こかつ歯科医院 |
| | 上尾市 | 川田歯科医院 | 781-2723 |
| 小林歯科医院 | | 775-1175 | |
| 三原歯科医院 | | 726-0234 | |
| 12/31 (土) | 鴻巣市 | うめざわ歯科医院 | 048-540-0202 |
| | | なかね歯科 | 048-548-7733 |
| | 桶川市 | ノーベルデンタルクリニック | 787-5558 |
| | | 池田歯科医院 | 725-3503 |
| | 上尾市 | 川野歯科医院 | 771-0202 |
| 村上歯科医院 | | 722-7802 | |
| 伊奈町 | 高野歯科医院 | 721-8148 | |
| 平成24年 1/1 (祝) | 鴻巣市 | 漆原歯科クリニック | 048-542-6221 |
| | 桶川市 | やなぎはら歯科医院 | 787-6482 |
| | 上尾市 | 塚本歯科医院 | 772-3252 |
| 1/2 (祝) | 鴻巣市 | ごう歯科クリニック | 048-598-6150 |
| | 北本市 | 根岸デンタルクリニック | 048-592-3758 |
| | 上尾市 | 土岐歯科医院 | 774-5129 |
| 1/3 (火) | 北本市 | オレンジ歯科 | 048-594-8414 |
| | 桶川市 | ようだ歯科クリニック | 779-9100 |
| | 上尾市 | 泉福歯科医院 | 721-2788 |

休日の歯科当番医 北足立歯科医師会休日診療所
 住所 鴻巣市赤見台 1-15-23 ☎048-596-0275
 (休診 12月30日～1月3日) 診療時間 9時30分～12時30分

健康一口メモ

冬の乾燥肌

年々長くなっていく猛暑の夏も終わり冬将軍が到来すると、カサカサ肌の季節になります。皮膚の乾燥というのは、いろいろな皮膚病でみられますが、皮膚の表面、角質の水分量が10%をきると小さな亀裂や皮膚の角質がはげ落ちたり痒みの出やすい状態になってきます。角質層の水分保持に関して一番外側は皮脂膜、内部に入ってセラチン、アミノ酸といった天然保湿因子、そしてセラミドを代表とする細胞間脂質とこういうバリア機構によって皮膚が外界から守られています。よってそれらのいずれかに障害があっても体内からの水分喪失、外界からの異物侵入、また外来刺激に対する反応の高まりなどが起こりやすくなります。

冬場のカサカサ肌の代表といえはアトピー性皮膚炎と皮脂欠乏症皮膚炎です。前者は若年層に、後者は高齢の人に多くみられます。両疾患の乾燥症状が全て同じメカニズムで起こってい

るわけではありませんが、予防や治療の点では重複するところが大きいといえます。まず予防において重要なスキンケアは低下したバリア機能を改善するため種々の保湿、抗炎症薬を症状にあわせて用いることです。さらに衣類の刺激、バランスの悪い食事、睡眠の質の低下、ストレス等環境を含めた日常生活にも注意が必要であり、内臓疾患が皮膚乾燥の誘因となっている場合もあります。ただし症状が悪化し強い痒みや湿疹化した局面がみられれば、抗アレルギー剤内服、ステロイド外用、ときに免疫抑制剤による治療も必要となります。

以上のように日常生活の肌のメンテナンスで皮膚の形態と機能のある程度正常に保つことは可能です。しかしひどくなってしまつたら自己流のスキンケアで修復することは難しく、早めに医師に相談することをお勧めします。

提供:桶川北本伊奈地区医師会

◆母子保健

お母さんと赤ちゃんの健康のために

会場 保健センター

| 名称 | 実施日 | 受付時間 | 内容・対象・持ち物 | 備考 |
|------------|-------------------------------|-----------------|--|---|
| 乳児健康診査 | 12/9(金) 1/13(金) | 13:00 ~13:40 | ☑平成23年8月生 ☑平成23年9月生 | ☑母子手帳・質問票(はがき) ☑バスタオル |
| 1歳6か月児健康診査 | 12/16(金) | | ☑平成22年5月生 | ☑母子手帳・質問票(はがき) |
| 3歳児健康診査 | 12/6(火) 1/17(火) | | ☑平成20年7月生 ☑平成20年8月生 | ☑母子手帳・アンケート用紙・尿 |
| 乳児相談 | 12/9(金) 1/13(金) | 9:30 ~10:30 | ☑1歳未満 ☑身体計測・育児全般の相談 ☑母子手帳・おむつ・バスタオル | ☑当日、直接会場へ 就学前の乳幼児が対象となります。 |
| 育児相談 | 12/16(金) | | ☑1歳以上 ☑健康・育児・栄養等の相談 ☑母子手帳・おむつ | |
| 幼児相談 | 12/2(金) 1/6(金) | | ☑発育・発達・育児等の面で気になる方 ☑母子手帳 | ☑予約制 ☑電話受付可 |
| 離乳食講習会 | 12/13(火) | 9:50 ~10:00 | ☑栄養士が離乳食の進め方や作り方について実習を交えて指導します ☑母子手帳・筆記用具 | ☑当日、直接会場へ (会場は料理室です) |
| 母親学級 | 1/11(水) 1/18(水) 1/25(水) | 13:00 ~13:10 | ☑出産までの健康管理と準備、乳児の保育の指導を3回に分けて行います ☑初産の方 ☑母子手帳 | ☑予約制 ☑電話受付可 |
| フッ素塗布 | 12/21(水) | 13:30 ~14:30 | ☑1歳6か月児健診で歯科受診済者で就学前の幼児(希望者) ☑母子手帳・タオル 歯の健康手帳をお持ちの方は持参してください | ☑フッ素塗布:1,365円 ☑当日、直接会場へ 6か月間隔で塗布します |

◆成人保健

毎日の健康のために

会場 保健センター

| 名称 | 実施日 | 受付時間 | 内容・対象・持ち物 |
|------|----------|-----------------|---|
| 健康相談 | 12/21(水) | 10:00 ~11:00 | ☑保健師・栄養士による血圧測定・検尿・栄養相談等 ☑住民の方 ☑健康手帳(初めてのの方は、当日交付) ☑当日、直接会場へ |

休日・年末年始の当番医

診療時間 9時~17時

| 月日 | 医療機関名(所在地) | 診療種類 | 電話番号 | 月日 | 医療機関名(所在地) | 診療種類 | 電話番号 |
|----------|-----------------|------------------|--------------|---|-------------------|----------------------|--------------|
| 12/4(日) | 桶川K.Nクリニック(桶川市) | 脳外・整外・皮・麻酔 | 787-7715 | 12/31(土) | 埼玉県中央病院(桶川市) | 内・外・整外 | 776-0022 |
| | 埼玉県中央病院(桶川市) | 内・外・整外 | 776-0022 | | 伊奈病院(伊奈町) | 内・外 | 721-3692 |
| | 福音診療所(北本市) | 耳鼻咽喉 | 048-592-2862 | | 北本共済病院(北本市) | 内・胃腸・外・整外・脳外・泌・皮・麻・放 | 048-591-7111 |
| 12/11(日) | プラムの里診療所(桶川市) | 内 | 787-2882 | 平成24年 | 埼玉県中央病院(桶川市) | 内・外・整外 | 776-0022 |
| | 伊奈病院(伊奈町) | 内・外 | 721-3692 | 1/1(祝) | 伊奈病院(伊奈町) | 内・外 | 721-3692 |
| | さとうクリニック(北本市) | 内・消・小 | 048-590-5977 | 大友外科整形外科(北本市) | 外・整外・リハ・皮 | 048-591-7000 | |
| 12/18(日) | 伊奈中央病院(伊奈町) | 内・胃腸 | 721-3022 | 1/2(祝) | 埼玉県中央病院(桶川市) | 内・外・整外 | 776-0022 |
| | 埼玉県中央病院(桶川市) | 内・外・整外 | 776-0022 | | 伊奈病院(伊奈町) | 内・外 | 721-3692 |
| | 北本共立診療所(北本市) | 内・消・循環器・放 | 048-592-1641 | | 二ツ家整形外科(北本市) | 整外・リハ・リウ・内 | 048-590-3344 |
| 12/23(祝) | ゆげクリニック(桶川市) | 内・循環器 | 777-3000 | 1/3(火) | 桶川日出谷診療所(桶川市) | 脳外・整外・皮・外 | 786-7715 |
| | 埼玉県中央病院(桶川市) | 内・外・整外 | 776-0022 | | 伊奈病院(伊奈町) | 内・外 | 721-3692 |
| | 本藤整形外科(北本市) | 整外・リウ・リハ・皮 | 048-592-7667 | | まつき整形外科クリニック(北本市) | 整外・リハ・リウ・内 | 048-540-6463 |
| 12/25(日) | 大谷記念病院(桶川市) | 内 | 728-2411 | 1/8(日) | まきの内科クリニック(桶川市) | 内・消・循環器・アレルギー | 787-8200 |
| | 埼玉県中央病院(桶川市) | 内・外・整外 | 776-0022 | | 伊奈病院(伊奈町) | 内・外 | 721-3692 |
| | 伊藤クリニック(北本市) | 胃腸・外・内・整外・リハ・皮・泌 | 048-593-5588 | | 山崎医院(北本市) | 小・内 | 048-591-2244 |
| 12/29(木) | 埼玉県中央病院(桶川市) | 内・外・整外 | 776-0022 | 1/9(祝) | 埼玉県中央病院(桶川市) | 内・外・整外 | 776-0022 |
| | 伊奈病院(伊奈町) | 内・外 | 721-3692 | | 木村クリニック(伊奈町) | 内・心療内・脳神外・リハ | 723-8884 |
| | 北本中央クリニック(北本市) | 内・小・循環器・呼・消・放 | 048-591-2257 | | 北本第一クリニック(北本市) | 内・胃腸 | 048-591-7622 |
| 12/30(金) | 埼玉県中央病院(桶川市) | 内・外・整外 | 776-0022 | 桶川北本伊奈地区で広域的に実施しています。 広報掲載の後、当番医の変更が生じる場合もあります。各新聞の埼玉版休日医欄も参照のうえ、お出かけください。 | | | |
| | 伊奈病院(伊奈町) | 内・外 | 721-3692 | | | | |
| | 南福音診療所(北本市) | 内・小 | 048-591-7191 | | | | |

小児初期救急当番医

診療時間 月曜日~土曜日(20時~22時)、年末年始・祝日は除く
問合せ先 伊奈町消防本部・署(☎722-8111)

休日・夜間の医療機関を紹介(歯科を除く)

・伊奈町消防本部・署(☎722-8111)では、休日・夜間でも診療の受けられる病院の問合せに応じます。
・診療可能な医療機関については、埼玉県救急医療情報センター(☎048-824-4199)でも24時間紹介しています。