

桶川・北本・伊奈地区で 小児初期救急医療体制がスタート

10月から平日夜間在宅当番医(輪番)制で



夜間、お子さんの突然の病
気やけがなどに対応するた
め、桶川北本伊奈地区医師会
の協力により、10月から小児
初期救急医療体制がスタート
します。

お子さんの急な病気やけが
など、救急の際にご利用くだ
さい。

診療日 毎週月～金曜(土
曜・日曜・祝日・年末年始
を除く)

診療時間 20時～22時

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
します。診察日によつ
ては、町外の医療機関が当
番医となります。

診療内容 急患に対する応
急処置

当番医療機関 伊奈町消防

本部・署(☎722 81

11)にお問い合わせくだ
さい。

夜間の診療となるため、時
間内の診療と会計等の取り扱
いが異なります。

普段からかかりつけ医を持
ち、早めの受診を心がけま
しょう。

保健センター ☎720
5000

健康一口メモ

インフルエンザ予防 について

インフルエンザとは

インフルエンザウイルスの感
染によりおこる病気で、高熱、
咳や激しい全身症状を示す病気
です。

毎年冬に流行を繰り返し、国
民の5～10%の人がかかります。
乳幼児や高齢者がかかると
重症となることがあります。

インフルエンザワクチン

インフルエンザウイルスは主
に、咳やくしゃみにより人から
人へうつります。

流行時には手洗いやマスクを
すること、部屋の空気の入換
え、体を休めることが大事で
すが、流行する前にワクチンを受
けることにより、インフルエン
ザにかかることを防ぐことがで
きます。ワクチンは、毎年小児
では2回、大人では1回受けま
すが、ワクチンを受けて2週間
してから、インフルエンザにか
かりにくい状態となります。ま
た1年後には、ワクチンの効果
はほとんどなくなるため、毎年
受けることが大事です。ワクチ
ンの効果は、乳幼児では大人ほ
ど高くありません。しかし、乳
幼児がかかると重症となること
が多いため、お子さん自身も、
またその周りにいる大人の人た
ちにも毎年インフルエンザワク
チンを受けることをおすすめし
ます。

<桶川北本伊奈地区医師会>

『健康一口メモ』に関するご意
見、ご感想をお寄せください。

あて先：企画課秘書広報係(内)
2213

歯周疾患検診 を実施しています

町では、40歳以上の方を対象と
した歯周疾患検診(歯周病の早期
発見・予防を目的とした検診)を
実施しています。

受診期間 ～12月22日(金)

対象者 町内在住の40歳以上の方

負担金 無料

申込 保健センター窓口または電
話で受付

受診方法 申し込みされた方には
受診票を送付しますので、下記歯
科医院で予約のうえ受診してくだ
さい。

実施医療機関	電話番号
大津歯科医院	721-1181
高野歯科医院	721-8148
服部歯科医院	728-5323
小島歯科医院	723-0006
中村歯科医院	720-1800
さくら歯科医院	724-1182

受診時間は、各医療機関の診療
時間内です。

持ち物 受診票・保険証

保健センター ☎720-5000

こんには 保健師です



糖尿病を防ごう

増えている糖尿病。しかし
生活習慣を見直すことで、多
くの糖尿病は予防・改善でき
るといわれています。ポイン
トは「食生活」と「運動」。そ
れに、上手にストレスをコン
トロールできれば、糖尿病の
リスクはぐんと減るのです。



すぐにできる 食生活の工夫

1. 食事は決まった時間に時
間をかけて食べる
2. ひとり分ずつ取り分けて
食べる
3. お茶碗は小ぶりのものを
使う
4. 2回に1回は甘い物、肉
料理や油物を我慢する
5. ながら食いを止める
6. 調味料はかけずにつける

- ・ 少しでも速めに歩く
- ・ 遠回りして歩く
- ・ 買いだめをせず、買い物は
歩いていく
- ・ 3階までなら階段を使う
- ・ 1駅、1停留所分を歩く



糖尿病の予防のために、一
工夫加えた歩き方を紹介しま
す。ちょっとした工夫が健康
な体をつくりまします。



ご苦労さまでした 前教育長 中村安信氏



中村氏は、平成9年11月1日に教育長に就任し、以来8年10か月間にわたり、町教育の発展に尽力されました。8月31日の退任式では、大勢の職員に見送られ、庁舎を後にしました。大変ご苦労さまでした。

自分たちの町は自分たちの手で守る！ 第20回総合防災訓練

8月26日、町制施行記念公園で総合防災訓練が行われました。この日参加したのは、関係機関や住民の方々など410名。

訓練は、綾瀬川断層を震源とする大規模な地震が発生したという想定のもと、救援物資輸送訓練や炊き出し訓練、初期消火訓練等が行われ、防災に対する意識を一層高めました。



思い出がいっぱい！ フレンドシップセミナー



茨城県立さしま少年自然の家において、8月23日から1泊2日の日程で行われたフレンドシップセミナーに、小・中学生25名が参加し、異なる学校・学年の仲間と共同生活を体験しました。

参加した児童・生徒たちは、水鉄砲作りやキャンプファイヤー、バーベキュー等の体験を通して、お互いに協力しあうことや相手を思いやる気持ちの大切さなどを学んだようです。

普通救命講習会開かれる ~22名が受講~



9月9日の救急の日、町消防署において、「平成18年第2回普通救命講習会」が行われました。

この日の講習会には、22名の方が参加し、町消防署員による講義のもと、受講者は真剣なまなざしで、応急手当・止血法・基本的心肺蘇生法・AEDの使用法などについて学びました。

図書館通信

おはなし会は14時（小さい子の時間）と14時30分（大きい子の時間）の2回です。

10月...14日・11月...18日

あかちゃん向けのおはなし会 10月20日...11時から

9月から移動図書館「ブックシャトル」の日程等が変わりました。日程等を確認のうえ、お出かけください。

10月4日・18日・11月1日・15日 (第1・3水曜日) 10月11日・25日・11月8日・22日 (第2・4水曜日)

丸山公民館 14:00~14:35 小針北小学校 14:40~15:45
南小学校 15:00~16:00 小針中学校 16:05~16:35

10月5日・19日・11月2日・16日 (第1・3木曜日) 10月12日・26日・11月9日 (第2・4木曜日)

原児童公園 10:40~11:15 中島児童公園 11:00~11:35
宮前児童公園 11:35~12:10 伊奈中央会館 13:50~14:20
あやめ会館 13:40~14:15 小針小学校 14:40~15:40
小室小学校 14:40~15:40

休館日(10月~11月)

10月 / 2日・9日・10日・16日・23日・30日・31日
11月 / 3日・6日・13日・20日・23日・27日・30日

お問い合わせ

☎ 723-0017

図書館情報は...<http://www.lib.ina.saitama.jp>

今月のおすすめ



時は戦国時代の関東。山番の与平は、大天狗さまに笛の腕を見込まれ、カラス天狗の少年九郎丸を仕込んでくれと頼まれる。しかし、九郎丸を人に戻してやりたくなった与平は、カラス天狗に変化するときに必要なカラス糞を焼いてしまう...。半天狗となった九郎丸の運命を描く、歴史ファンタジー長編。

「本朝奇談 天狗童子」
佐藤さとる著(あかね書房)

新着図書案内

- 「行方不明者」.....折原 一
- 「ぬるい生活」.....群ようこ
- 「シャーロック・ホームズ
ベイカー街の幽霊」(原書房)
- 「ぼくとパブーン」.....スザンネ・ディーデレン 絵
- 「はたらくくるまみちをつくる」.....こもりまこと
- 「やまおやし」.....今森光彦