

電話番号はお間違えのないようにお願いいたします。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。

予防接種名	実施日	対象児	備考
集団接種 B C G	12/26(火)	平成18年9月生	生後6か月まで
個別接種	三種混合	通年 満3か月になった日から接種可 (1期初回は3~8週の間隔で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)	生後90か月まで
	二種混合	通年 11~13歳未満の子 (小学5年生は除く)	1回接種 13歳以上の子は受けられません。
	麻しん・風しん	通年 1期 満1歳~満2歳未満 2期 平成12年4月2日~13年4月1日生 ※平成18年6月予防接種法改正により新たに2期の接種が始まりました。	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の方も対象となります。
日本脳炎	通年 1期初回 平成14年4月2日~15年4月1日生 1期追加 平成13年4月2日~14年4月1日生 2期 平成8年4月2日~9年4月1日生	※日本脳炎予防接種は、国からの再開通知があるまで、通知を差し控えております。特に接種を希望する方は保健センターへお問い合わせください。	
(集団接種) 会場 保健センター 受付時間 13時15分~13時45分(時間厳守) (個別接種) 接種方法 希望する指定医療機関に予約し、指定日に接種してください。 料 金 無 料 ※麻しん・風しんについて、対象の年齢のお子さんには、麻しん風しん混合の予診票を送付しますが、麻しん・風しんいずれか一方にかかったことのあるおさんは、かかっていない方の単独ワクチン接種となりますので、保健センターまでご連絡ください。 ※対象児以前の出生児で90か月未満の子および小学生は、関係書類を保健センターまで取りに来てください。 ※接種可能な年齢かどうかわからない時、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、保健センターまでお問い合わせください。			
注意事項			

健康一口メモ

フッ素の効果

~一生自分の歯で食べるために~

フッ素は、塩素やヨウ素などと同じハロゲン元素の一つです。土や水、草や木などの植物、いろいろな動物たちはもちろんのこと、私たち人間の体にも例外なくフッ素は含まれています。フッ素は私たちの身近に存在するものなのです。そのフッ素には虫歯の予防効果があるといわれています。虫歯は、酸などによる歯からミネラルを溶かしだす力(脱灰といいます)の方が、歯にミネラルを補給して結晶化する力(再石灰化といいます)よりも強くなるほど発生しやすくなります。

フッ素を歯に作用させると歯の表面から取り込まれて、脱灰された部分を再石灰化させて歯を元通りにする力を助けます。つまりフッ素は歯の表面を強くする働きがあると考えられているのです。またフッ素による虫歯予防は乳歯や生えだばかりのやわらかい永久歯に特に効果的です。フッ素の塗布は、専門家である歯科医師や衛生士が行いますが、子どものころは次々と新しい永久歯が生えてくるので、定期的に年に3~4回塗るのが適当です。大人の知覚過敏にも効くという報告もありますし、加齢とともに唾液量が少なくなり虫歯になりやすくなるため、一生フッ素を有効に利用してもらいたいものです。最近では、家庭でも利用できるフッ素入りペーストやうがい薬もたくさん発売されています。

フッ素というと、安全かどうか気にする人もいますが、指示された量を守り、歯科医師の指導のもとに正しく使用すれば、虫歯予防に大変効果があり、世界中の学者や専門家により安全性も確認されています。

虫歯予防には、ブラッシングが最も一般的でかつ有効な方法ですが、さらにフッ素を日常に取り入れて歯を強くし、一生自分の歯で食べられるよう心がけてみましょう。

<北足立歯科医師会>

『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☎2213

年末年始の歯科当番医 診療時間 10時~12時

12/30(土)	榎本歯科医院	上尾市	726-1002
	愛仁クリニック	上尾市	773-6480
	赤羽歯科	上尾市	774-9811
12/31(日)	中村歯科医院	伊奈町	720-1800
	朝日内科歯科医院	桶川市	774-9385
	土岐歯科医院	上尾市	774-5129
	南波歯科医院	上尾市	722-9476
平成19年1/1(祝)	千代歯科医院	上尾市	771-3174
	岩瀬第二歯科医院	桶川市	776-0822
1/2(火)	関口歯科医院	上尾市	725-1137
	うらべ歯科医院	桶川市	786-9710
1/3(水)	市川歯科医院	上尾市	775-5212
	林歯科医院	上尾市	774-2895

※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考のうえ、お出かけください。

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)

診療時間 9時30分~12時30分(休診12月30日~1月3日)

母子保健	実施日・時間	内容・対象・持ち物	備考
乳児健康診査	12/8(金) 1/12(金)	☑平成18年8月生 ☑平成18年9月生	☑当日、直接会場へ ※対象児には個別通知します。
	13:10～13:45	☑母子健康手帳・質問票(はがき)・バスタオル	
1歳6か月児健康診査	12/15(金)	☑平成17年5月生	
	13:10～13:45	☑母子健康手帳・質問票(はがき)	
3歳児健康診査	12/5(火)	☑平成15年7月生	
	13:10～13:45	☑母子健康手帳・アンケート用紙・尿	
乳児相談	12/8(金) 1/12(金)	☑1歳未満 ☑身体計測・育児全般の相談 ☑母子健康手帳・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。
	9:30～10:30		
育児相談	12/15(金)	☑1歳以上 ☑健康・育児・栄養等の相談 ☑母子健康手帳・おむつ	☑予約制(保健師へ連絡してください) ※電話受付可
	9:30～10:30		
幼児相談	12/1(金)	☑発育・発達・育児等の面で気になる方 ☑母子健康手帳	☑予約制(保健師へ連絡してください) ※電話受付可
	9:30～10:30		
離乳食講習会	12/8(金)	☑栄養士が離乳食の進め方や作り方を実習を交えて指導します ☑母子健康手帳・筆記用具	☑当日、直接会場へ(会場は料理室です)
	10:00～11:00		
フッ素塗布	12/27(水)	☑2歳以上(ただし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) ☑口と歯の健康手帳(初めての方は母子健康手帳)・タオル	☑フッ素塗布:1,365円 ☑当日、直接会場へ
	14:00～15:00		
母親学級	1/10(水)・17(水)・24(水)	☑出産までの健康管理と準備、乳児の保育等の指導を3回に分けて行います ☑初産の方 ☑母子健康手帳	☑予約制 ※電話受付可
	13:15～15:30		

※上記の会場は、すべて保健センターとなります。

成人保健	実施日・場所	時間	内容・対象・持ち物等
健康相談	12/27(水) 保健センター	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(初めての方は、当日交付) ☑当日、直接会場へ

### 休日および年末年始の当番医 診療時間 9時～17時

12/10(日)・12/17(日)・12/24(日)・12/29(金)・12/30(土) 12/31(日)・1/2(火)・1/3(水)・1/7(日)・1/14(日) 埼玉県中央病院	内・小・外・整形外科・脳神経外・歯、 口腔外・皮	桶川市	776-0022
12/3(日)・12/23(祝)・12/29(金)・12/30(土) 1/1(祝)・1/2(火)・1/3(水)・1/8(祝) 伊奈病院	内・外	伊奈町	721-3692
12/3(日) 桶川西口クリニック	内・外・小	桶川市	789-5777
12/10(日) 小島医院	内・小	桶川市	771-1212
12/17(日) のぞみ病院	内・小・神経内・循環器・リハ	伊奈町	723-0855
12/23(祝) 坂部医院	内・小・放	桶川市	771-1055
12/24(日) 鈴木内科医院	内・小・皮	桶川市	787-3000
12/31(日) 神崎皮膚科クリニック	皮	桶川市	778-3911
1/1(祝) 桶川駅前こどもクリニック	小	桶川市	789-3222
1/7(日) 小林産婦人科クリニック	産婦・内・小	桶川市	773-4135
1/8(祝) 川田谷クリニック	内・外・皮・胃腸・リハ	桶川市	787-2531
1/14(日) 大井医院	耳鼻咽喉・皮	伊奈町	722-4600

※ 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考のうえ、お出かけください。

#### 小児初期救急当番医

診療時間 月曜日～金曜日 20時～22時(年末年始・祝日は除く)

問い合わせ先 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い合わせに応じます。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。

### ふれあい広場

遊びを通して、楽しいひとときを過ごしてみませんか。

日時 12月12日(火)  
10時～11時30分

場所 保健センター  
総合センター

対象 高齢者、幼児と保護者

内容 昔ながらの遊び(折紙・ヨーヨー)、ペープサート、なつかしの歌など

主催 母子愛育会

\* 直接会場へ、お出かけください。



☎ 保健センター ☎720-5000