

●健診・相談等の内容や予防接種を受けるときの注意事項は、「保健事業のお知らせ」をご覧ください。

母子保健	実施日・時間	内容・対象・持ち物	備考
乳児健康診査	1/14(金) 2/4(金)	対 平成16年9月生 対 平成16年10月生	甲 当日、直接会場へ対象児には個別通知します
	13:00～13:45	持 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	1/21(金)	対 平成15年6月生	
	13:00～13:45	持 母子健康手帳・質問票(はがき)	
3歳児健康診査	1/18(火)	対 平成13年8月生	
	13:00～13:45	持 母子健康手帳・アンケート用紙・尿	
乳児相談	1/14(金) 2/4(金)	対 1歳未満 内 身体計測・育児全般の相談	甲 当日、直接会場へ ※就学前の乳幼児が対象となります
	9:40～10:45	持 母子健康手帳・おむつ・バスタオル	
育児相談	1/21(金)	対 1歳以上 内 健康・育児・栄養等の相談	甲 予約制(保健師へ連絡してください)※電話受付可
	9:40～10:45	持 母子健康手帳・おむつ	
幼児相談	1/7(金)	対 発育・発達・育児等の面で気になる方	甲 予約制(保健師へ連絡してください)※電話受付可
	9:40～10:30	持 母子健康手帳	
離乳食講習会	2/4(金)	内 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	甲 当日、直接会場へ(会場は料理室です)
	10:00～11:00	持 母子健康手帳・筆記用具	
母親学級	1/5(水)・12(水)・19(水)	内 出産までの健康管理と準備、乳児の保育等の指導を行います	甲 予約制 ※電話受付可
	13:15～15:30	持 初産の方 持 母子健康手帳	
両親学級	1/26(水)	内 赤ちゃんの保育・お風呂の入れ方・妊娠体験実習等を行います	甲 予約制(先着8組まで) ※電話受付可
	13:10～15:30	持 母子健康手帳・筆記用具・タオル・エプロン	

※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	1/28(金)	10:00～11:00	内 保健師・栄養士による血圧測定・検尿・栄養相談等
	本区区民会館	13:30～14:30	対 住民の方 持 健康手帳(初めてのの方は、当日交付) 甲 当日、直接会場へ
	栄南会館		

## 骨密度測定

日時 2月9日(水)13時30分～15時30分  
(※測定時間は、後日はがきでお知らせします)

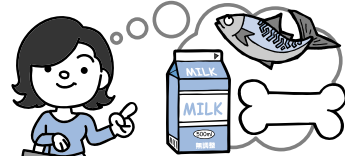
場所 保健センター

対象 町内在住の方

定員 100名(先着順)

内 1月11日(火)から電話受付または健康生活課窓口へ  
※測定結果は、当日会場で渡します。  
※前腕部のX線照射による骨塩測定です。  
所要時間一人2分。  
※妊娠中の方、平成15年度測定した方、および平成16年10月13日に測定した方はご遠慮ください。

## 骨粗鬆症予防教室



日時 2月16日(水)9時30分～12時

場所 保健センター会議室、料理室

対象 骨密度要指導者、希望者

定員 20名(先着順)

内容 講話「骨粗鬆症予防のための食生活」、調理実習

内 電話または健康生活課窓口へ

## 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
個別	ツベルクリン反応検査	1/25(火)	平成16年8月生・9月生 生後48か月まで(平成17年3月まで)
	判定・BCG	1/27(木)	1/25にツベルクリン反応検査を受けた子 ※ツベルクリン反応検査は、平成17年4月1日以降廃止となり、直接BCG接種対象年齢が6か月までとなります。
	ツベルクリン反応検査	2/8(火)	平成16年10月生
	判定・BCG	2/10(木)	2/8にツベルクリン反応検査を受けた子
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)
	二種混合	通年	二種混合未接種の11～13歳未満の子(小学5年生は除く)
	麻しん	通年	満1歳になった日から接種可
種	風しん	通年	満1歳になった日から接種可
	日本脳炎	通年	1期初回 平成12年4月2日～13年4月1日生 1期追加 平成11年4月2日～12年4月1日生 2期 平成6年4月2日～7年4月1日生 3期 平成元年4月2日～2年4月1日生
			1期初回は1～4週の間隔で2回、1期追加は初回終了後おおむね1年おいて1回接種。1期は生後90か月まで、2期は13歳になるまで、3期は16歳になるまで接種可能
注	(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 ※麻しんについては、1歳3か月までに接種することをおすすめします。 ※対象児以前の出生児で90か月未満の子および小中学生は、関係書類を健康生活課まで取りに来てください。 ※接種可能な年齢かどうかかわからないとき、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生活課までお問い合わせください。		

## 休日当番医

1/10(祝)・1/30(日)	内・小・外・整外・脳神外・皮	伊奈町	721-3692
伊奈病院			
1/9(日)・1/16(日)・1/23(日)	内・小・外・整外・脳神外・歯、口腔外・皮	桶川市	776-0022
埼玉中央病院			
1/9(日)	蔵田医院	内・小・皮	桶川市 771-1446
1/10(祝)	桶川西口クリニック	内・外・小	桶川市 789-5777
1/16(日)	小島医院	内・小	桶川市 771-1212
1/23(日)	のぞみ病院	内・小・神経内・循環器・リハ	伊奈町 723-0855
1/30(日)	坂部医院	内・小・放	桶川市 771-1055

※掲載後、都合により変更する場合がありますので、電話をかけて確認してください。

## 健康のために

### 脳卒中

脳卒中とは突然に意識障害や手足のまひを起こすもので、頭蓋内出血と脳梗塞に分類します。

頭蓋内出血には、脳内血腫(血のかたまり)を作る脳出血と、脳の表面に出血するくも膜下出血があります。脳出血は高血圧が原因で高血圧性脳出血と呼ばれ、血腫が大きい場合には、手術的に血腫を除去(開頭血腫除去術あるいは、侵襲の少ない血腫吸引術)する場合があります。

くも膜下出血は、突然激しい頭痛が出現し嘔吐、意識障害を伴います。くも膜下出血の原因の多くは、動脈瘤(血管のこぶ)が破裂したものです。その頭痛は激烈で「バットで殴られたようだ」と表現されます。破裂した動脈瘤は、一時的に止血しても再破裂を起こし症状は悪化します。再破裂を防ぐためには動脈瘤の根元をクリップという器具ではさむ手術を行います。最近、血管カテーテル法により動脈瘤の中に入せん状のコイルを入れて血流を遮断し、破裂を防ぐ脳血管内手術も可能になりました。この場合には開頭手術は不要で、身体への負担が少ないのが特徴です。脳ドックではMRI装置で脳血管を描出し(MRA:MRアンギオグラフィ)、動脈瘤を未然に見つけることも可能になりました。

脳梗塞には、動脈硬化により血管が閉塞するアテローム血栓性脳梗塞と、心臓にできた血栓(血のかたまり)がはがれて飛んで、脳血管を閉塞する脳塞栓症があります。アテローム血栓性脳梗塞は、高血圧、糖尿病、高脂血症などの疾患を持つ方に発症し、脳塞栓症は心臓弁膜症、不整脈(心房細動)があると高率に発症します。まひや言語障害などの症状が数分から数時間で消えてしまうものを、一過性脳虚血発作といい、将来脳梗塞につながる危険性があります。症状がすぐに消えても放置せず、専門医の診断を受ける必要があります。

脳梗塞発症から数時間以内に、血栓を溶解し血流が再開すれば重症な梗塞にならずにすむことがあり、そのための薬剤(t-PA:組織プラスミノゲン活性化因子)が近く日本でも発売が認可されます。慢性期には、基礎疾患の治療と共に、アテローム血栓性脳梗塞では抗血小板剤(アスピリンなど)を、心房細動のある脳塞栓症では抗凝固剤(ワーファリンなど)を服用し再発を防ぐことが必要です。

〈桶川・北本・伊奈地区医師会〉