

予防接種日程表 ※対象児には通知が届きます。


個別接種	予防接種名	実施日	対象児	備考	
個別	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	二種混合未接種の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	
	麻疹	通年	満1歳になった日から接種可	生後90か月まで	
	風疹	通年	満1歳になった日から接種可	生後90か月まで	
接種	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	
		注意	(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		
		事項	※麻疹については、1歳3か月までに接種することをおすすめします。		
		事項	※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。		
事項	※接種可能な年齢がどうか分からない時、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健康生活課までお問い合わせください。				

●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	12/10(金) 1/14(金)	☑ 平成16年8月生 ☑ 平成16年9月生	☑ 当日、直接会場へ 対象児には個別通知 します
	13:00～13:45	☑ 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	12/17(金)	☑ 平成15年5月生	
	13:00～13:45	☑ 母子健康手帳・質問票(はがき)	
3歳児健康診査	12/7(火)	☑ 平成13年7月生	
	13:00～13:45	☑ 母子健康手帳・アンケート用紙・尿	
乳児相談	12/10(金) 1/14(金)	☑ 1歳未満 ☑ 身体計測・育児全般の相談	☑ 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	☑ 母子健康手帳・おむつ・バスタオル	
育児相談	12/17(金)	☑ 1歳以上 ☑ 健康・育児・栄養等の相談	
	9:40～10:45	☑ 母子健康手帳・おむつ	
幼児相談	1/7(金)	☑ 発育・発達・育児等の面で気になる方	☑ 予約制(保健師へ連絡して ください) ※電話受付可
	9:40～10:30	☑ 母子健康手帳	
離乳食講習会	12/10(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	12/22(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)	☑ フッ素塗布:1,365円 ☑ 当日、直接会場へ
	14:00～15:00	☑ 口と歯の健康手帳(初めての方は母子健康手帳)・タオル	
母親学級	1/5(水)・12(水)・19(水)	☑ 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	☑ 予約制 ※電話受付可
	13:15～15:30	☑ 初産の方 ☑ 母子健康手帳	

※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	12/21(火)	中央区民会館 10:00～11:00 保健センター 13:30～14:30	☑ 保健師・栄養士による血圧測定・検尿・栄養相談等 ☑ 住民の方
	1/28(金)	本区区民会館 10:00～11:00 栄南会館 13:30～14:30	☑ 健康手帳(初めての方は、当日交付) ☑ 当日、直接会場へ
子宮がん検診	12/3(金)	保健センター 13:00～13:40	☑ 町内在住の20歳以上の方 (妊娠中の方や16年4月の集団検診および7月、8月の個別検診等を受けた方は受けられません)
	12/14(火)		☑ 子宮頸がん検診 ☑ 無料 ☑ 予約制 ※窓口または電話受付可 (両日とも先着60名)



こんにちは保健師です

《子どものやけどに注意しましょう》

「やけど」とは、熱湯やこたつなどの熱源から受ける皮膚の損傷をいいます。子どもの皮膚は大人の皮膚に比べて薄いため、やや低い温度でも、より早くより深いやけどになってしまいます。

暖房器具を使用する機会が多くなってこの時期、こたつやホットカーペットを長時間使用することによる低温やけどや事故も多発しますので、特に注意しましょう。

*** やけどの程度 ***

<Ⅰ度>
皮膚が赤くなり、症状として痛みとヒリヒリする感じがある。

<Ⅱ度>
皮膚が赤くはれぼったくなり、水ぶくれになる。焼けるような強い痛みを感じる。

<Ⅲ度>
もっとも重度のやけど。皮膚は乾いて固く弾力性がなくなり、蒼白になる。痛みがほとんどなく、皮膚に感覚がなくなってしまふ。

健康のために

たばこと歯周病

たばこを1本吸うと、なんと寿命が5分30秒短くなります。そんなたばこと歯周病の関連について考えてみましょう。歯周病とは、歯ぐきが腫れ出血し、膿も出て、やがて歯がグラグラして、自然に抜けてしまう病気として知られています。

この原因は、歯を磨かないでいると歯に溜まっていくプラーク(歯垢)です。プラークは、白または黄色っぽくて柔らかい状態で歯に付着しており、虫歯の原因としても知られています。

たばこにより歯周病に罹患するというものではありませんが、歯周病の進行に大きな影響を与える一つの因子です。

では、それは何が原因なのでしょう。その最も有力な容疑者は「ニコチン」です。たばこに対する依存性を作り上げ、人々を中毒に陥れる「ニコチン」が、歯の周りの組織「歯周組織」でも悪さをしていることがわかっています。つまり、たばこの煙の中の成分が、口の中の粘膜や歯ぐきに吸収されることで、歯周病にかかりやすくなったり悪くなったりするのです。

歯周病が、喫煙者でより速やかに進行してしまう原因としては、次の二つのことが考えられます。

一つは私たちの歯の周りの組織に対する、外からの敵の攻撃力が強くなること、もう一つはこちらの防御力が弱まることです。

問題は、防御力の低下でありプラーク中の細菌に対する免疫力の低下である。それによって歯が早く抜けてしまいます。

歯周病以外にも、たばこにはいろいろな問題点があります。大きい問題としては、口腔がんです。咽頭がんは非喫煙者の32倍明らかな差が見られます。ほかに歯肉の色素沈着(黒い歯肉)、それにお口も臭くなるのでたばこを吸うのはやめましょうね。対人関係がうまくいなくなる原因です。どんなに気を使っても相手はきっと、臭いと思っていますよ!

〈桶川・北本・伊奈地区医師会〉

休日および年末年始の当番医

12/5(日)・23(祝)・29(水)	内・小・外・整外・脳神外・皮	伊奈町	721-3692
1/1(祝)・10(祝)			
伊奈病院			
12/12(日)・19(日)・26(日)・30(木)・31(金)	内・小・外・整外・脳神外・歯・口腔外・皮	桶川市	776-0022
1/2(日)・3(月)・9(日)			
埼玉中央病院			
12/5(日)	産婦・内・小	桶川市	773-4135
小林産婦人科クリニック			
12/12(日)	整外・内・リハ	伊奈町	723-9191
世沢整形外科			
12/19(日)	内・外・小・胃腸・循環器・皮・リハ	桶川市	786-6628
桶川中央クリニック			
12/23(祝)	内・循環器・小	桶川市	773-1787
加藤医院			
12/26(日)	耳鼻咽喉	桶川市	772-3492
おかべ耳鼻咽喉科医院			
12/29(水)	整外・外・皮・リハ	桶川市	776-2222
岡田整形外科			
12/30(木)	外・整外・内・皮・泌尿器・肛門・リハ	伊奈町	728-9296
内田クリニック			
12/31(金)	内・心療内・脳神外	伊奈町	723-8884
木村クリニック			
1/1(祝)	内・消化器・循環器・アレルギー	桶川市	787-8200
まきの内科クリニック			
1/2(日)	内・外・皮・胃腸・リハ	桶川市	787-2531
川田谷クリニック			
1/3(月)	内・循環器・小	桶川市	773-1787
加藤医院			
1/9(日)	内・小・皮	桶川市	771-1446
蔵田医院			
1/10(祝)	内・外・小	桶川市	789-5777
桶川西口クリニック			

※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。

年末年始の歯科当番医(診療時間10時～12時)

12/30(木)	高野歯科医院	伊奈町	721-8148
	川田歯科医院	上尾市	781-2723
	小林歯科医院	上尾市	775-1175
	沼尻歯科医院	上尾市	776-4618
	こかつ歯科医院	桶川市	786-6401
12/31(金)	三原歯科医院	上尾市	726-0234
	池田歯科医院	上尾市	725-3503
	村上歯科医院	上尾市	722-7802
1/1(祝)	もりた歯科医院	上尾市	773-7554
	新井歯科医院	桶川市	771-1162
1/2(日)	ミドリ歯科医院	上尾市	725-6110
1/3(月)	塚本歯科医院	上尾市	772-3252
	高橋歯科医院	桶川市	771-1477

※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。