

◆ 予防接種 *対象児には事前にお知らせしています。(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

個別接種	各種予防接種については「伊奈町保健事業のお知らせ」または町ホームページでご確認ください。 ・日本脳炎については、平成7年6月1日～平成19年4月1日生まれの方で、平成17年～21年度の間接種機会を逃した方も20歳未満まで接種できます。予防接種でご不明の点は、健康増進課までお問い合わせください。
注意事項	転入等で予診票をお持ちでない方は、必ず母子健康手帳を持参のうえ、健康増進課(保健センター)までお越しください。 予防接種の際は、保護者の同伴が必要となります。特別な理由で同伴できない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)までお越しください。

✚ 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 (日)	鴻巣市	塚原歯科医院	048-542-1704
		ハッピー歯科	048-598-5814
	北本市	アベ歯科医院	048-591-2202
	桶川市	オオタ歯科医院	786-6757
		五十嵐歯科医院	781-3040
	上尾市	第一歯科診療所	781-3490
もりた歯科医院		773-7554	
12/31 (月)	鴻巣市	生田歯科医院	048-541-1005
		高橋歯科医院	048-543-8588
	北本市	若山歯科医院	048-593-1633
	上尾市	上尾西口歯科	775-3860
		ミドリ歯科医院	725-6110
		ヤナセ矯正歯科	781-6480
伊奈市	こむろ歯科医院	724-0700	
平成25年 1/1 (祝)	鴻巣市	須田歯科医院	048-541-0137
	北本市	金子歯科医院	048-592-4815
	上尾市	神田歯科医院	775-7705
1/2 (水)	鴻巣市	松村歯科医院	048-541-0736
	桶川市	本木歯科医院	728-3443
	上尾市	秋山歯科医院	725-2068
1/3 (木)	北本市	萩原歯科医院	048-593-2251
	桶川市	いのうえ歯科クリニック	787-9000
	上尾市	沼尻歯科医院	776-4618

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

高齢者インフルエンザ予防接種 12月25日(火)まで

対象 接種日当日に、65歳以上の町民、60歳から64歳の心臓、腎臓、呼吸器、またはHIVウイルスによる免疫機能の障害により日常生活が極度に制限されている町民
接種回数 1回
接種場所 町と契約している指定医療機関(町内については「伊奈町保健事業のお知らせ」をご覧ください)
自己負担金 1,000円
生活保護受給者については無料
持ち物 保険証および健康手帳(生活保護受給者は受給者証、対象者に該当の方は身体障害者手帳も持参)
申 実施医療機関に直接予約してください。
詳しくは健康増進課(保健センター)へお問い合わせください。

子宮がん・乳がん個別検診 12月28日(金)まで

【子宮がん検診】
対象 平成5年3月31日以前に生まれた女性
費用 頸部検診700円、頸体部検診1,000円
頸体部検査については、症状があり、医師が必要と認め、本人が同意した場合のみ実施
【乳がん検診】
対象 昭和48年3月31日以前に生まれた女性
費用 700円
【共通事項】
申込み 健康増進課(保健センター)へ申込み後、受診券を発行します。
勤務先で受診機会がある方、平成23年度および24年度で同一の検診(妊婦健診を含む)を受けている方は受診できません。
検診の詳細内容については、広報いな6月号をご覧ください。また、がん検診無料対象の方は送付されているクーポン券をご利用ください。

健康一口メモ

変形性膝関節症

について

はじめに

変形性膝関節症は中高年の膝の痛みの原因として最も多い病気です。長年の仕事や日常生活による物理的負担や加齢による関節軟骨の劣化に伴い軟骨のすり減りが起こるのが主な原因です。年齢とともに増え女性に多く、症状のある人が820万人、症状の出していない人も含めると2400万人にX線検査での所見がある」と推定されています。

症状

同じ膝の痛みでも、歩き出しに痛むとか階段の昇り降りに痛むといった特徴があります。動きも制限され正座やしゃがみ込みが困難になります。進行すると外見もO脚となり、炎症を起こすと関節の中に水がたまって腫れて熱をもつこともあります。

診断

問診や診察で変形性膝関節症が疑わしい時はX線検査をします。少し進行すると軟骨のすり減りの結果として、関節のすき間が狭くなっている所見がみられます。更に進行すると名前の通り骨が変形し

てきます。今のところ血液検査は診断に力ではありませんが、関節リウマチや痛風などと紛らわしい場合はしたほうがいいでしょう。

治療

まず肥満体質の方は減量を心がけましょう。多くは温めた方が楽になります。急な痛みや熱をもっているときは冷やします。太ももの筋力が落ちると膝のぐらつきを起すので軟骨のすり減りを助長します。ウォーキングや浅く曲げるだけのスクワット、太極拳のような運動はお勧めですが痛みや腫れがある時には医師に相談した方がいいでしょう。必要なら炎症を抑えて痛みを取る貼り薬や飲み薬を処方してもらったり、関節内注射で治療します。

立ち座りや歩行などの日常生活が困難になってしまった場合は手術が必要となることもあります。進行の度合いにより、内視鏡手術、O脚を矯正し膝の負担を軽くする手術、痛んだ軟骨と骨を切り取り人工関節を入れる手術があります。手術には病状や患者さんの状態により向き不向きがあります。かかりつけ医から専門医を紹介してもらいよく説明してもらうのがいいでしょう。

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	12/14(金)	13:00 ~13:40	対 平成24年 8 月生	☑ 母子手帳・質問票(はがき) ☑ バスタオル
	1/11(金)		対 平成24年 9 月生	
1歳6か月児健康診査	12/21(金)	13:00 ~13:40	対 平成23年 5 月生	☑ 母子手帳・質問票(はがき)
	1/18(金)		対 平成23年 6 月生	
3歳児健康診査	12/4(火)	1/8(火)	対 平成21年 7 月生	☑ 母子手帳・アンケート用紙・尿
	1/8(火)		対 平成21年 8 月生	
乳児相談	12/14(金)	9:30 ~10:30	対 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。
育児相談	12/21(金)		対 1歳以上 ☑ 健康・育児・栄養等の相談	
幼児相談	12/7(金)	予約制	☑ 発育・発達等の面で気になる方 ☑ 母子手帳	相談時間については、お問い合わせください。
離乳食講習会	12/18(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	1/9(水)	13:05 ~13:15	☑ 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	☑ 予約制 ☑ 電話受付可
	1/16(水)		☑ 初産の方 ☑ 母子手帳	
	1/23(水)			
フッ素塗布	12/26(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	12/26(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 ☑ 町民の方 ☑ 健康手帳(初めての方は、当日交付) ☑ 当日、直接会場へ

休日・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
12/2(日)	小島医院(桶川市)	内・小	771-1212	12/31(月)	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		伊奈病院(伊奈町)	内・外	721-3692
	二ツ家整形外科(北本市)	整外・リハ・リウ・内	048-590-3344		山崎医院(北本市)	小・内	048-591-2244
12/9(日)	希望(のぞみ)病院(伊奈町)	内・神内・循内・リハ・小	723-0855	平成25年 1/1(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	
	福音診療所(北本市)	耳鼻咽喉	048-592-2862	山本内科医院(北本市)	内	048-591-5025	
12/16(日)	石くぼ病院(伊奈町)	内・消化器内・内視鏡内	872-6121	1/2(水)	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	
	北本整形外科(北本市)	整外・皮・リハ	048-591-8871	南福音診療所(北本市)	内・小	048-591-7191	
12/23(日)	鈴木内科医院(桶川市)	内・小・皮	787-3000	1/3(木)	石くぼ病院(伊奈町)	内・消化器内・内視鏡内	872-6121
	伊奈病院(伊奈町)	内・外	721-3692	埼玉県中央病院(桶川市)	内・外・整外	776-0022	
	北本共済病院(北本市)	内・胃腸・外・整外・脳外・泌尿・麻放	048-591-7111	本藤整形外科(北本市)	整外・リウ・リハ・皮	048-592-7667	
12/24(祝)	坂部医院(桶川市)	内・小	771-1055	1/6(日)	なかた呼吸器科内科クリニック(桶川市)	呼吸器・内	729-2811
	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	
	耳鼻咽喉科岡田医院(北本市)	耳鼻咽喉	048-591-3855	いなぎentクリニック(北本市)	耳鼻咽喉・気管食道・形外	048-593-4567	
12/29(土)	埼玉県中央病院(桶川市)	内・外・整外	776-0022	1/13(日)	渡辺医院(桶川市)	内・小	787-2181
	伊奈病院(伊奈町)	内・外	721-3692	伊奈病院(伊奈町)	内・外	721-3692	
	大久保医院(北本市)	内	048-591-8171	深井小児科内科医院(北本市)	小・内	048-591-5958	
12/30(日)	埼玉県中央病院(桶川市)	内・外・整外	776-0022	1/14(祝)	小林産婦人科クリニック(桶川市)	産・内・小	773-4135
	伊奈病院(伊奈町)	内・外	721-3692	伊奈病院(伊奈町)	内・外	721-3692	
	鈴木医院(北本市)	内・小	048-592-1313	藤倉医院(北本市)	循内・外・内	048-592-3045	

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。

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。

小児救急電話相談(8000)

夜間・休日における子どもの急な病気やけがに関する相談
相談時間 月曜日~土曜日(19時~翌朝7時まで)

日曜日、祝日、年末年始【12月29日~1月3日】
(9時~翌朝7時まで)

電話番号
・8000(NTTのプッシュ回線、携帯電話をご利用の場合)
・048-833-7911(IP電話・ひかり電話・ダイヤル回線をご利用の場合)