

申込み・問合せ 健康増進課（保健センター）伊奈町大字小室5161 ☎ 720-5000

◆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	8/20(水) 9/10(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
こころの健康相談	8/27(水)	予約制	☑いろいろな心の悩みを持つ方の相談を専門の相談員と保健師がお聴きします。 ☑町民の方 ※相談時間については、お問い合わせください。

9月30日(火)まで

大腸がん検診

前立腺がん検診

胸部レントゲン検査

肝炎ウイルス検診

受診希望の方は、早めに医療機関へ予約し受診してください。

※大腸がん検診無料クーポン券の配布を受けた方の有効期限も9月30日までです。

元気あっぴ教室 参加者募集!!

日時 9月1日(月)・8日(月)・22日(月)・29日(月)、10月14日(火)・20日(月)・27日(月)、11月10日(月)13時30分~15時30分

場所 保健センター健診室

対象 介護認定を受けていないおおむね65歳以上で、主治医から運動の許可が出ている方

内容 運動機能の低下と心の健康回復を図るため、日常生活でできる手軽な運動を行います。

定員 15名（先着順）

☑ 健康増進課窓口または電話で受付（書類記入と簡単な問診がありますので、申込み後窓口へ一度お越しください。）

歯周疾患検診を実施します

歯周病の予防・早期発見を目指しましょう。

受診期間 9月1日(月)~12月28日(日)

対象 40歳以上（昭和50年3月31日以前生まれ）の町民

費用 無料

持ち物 受診券・保険証

☑ 8月20日(水)から健康増進課窓口または電話で受付

※申込み後、受診券を送付しますので、右表の実施機関に予約のうえ受診してください。

実施機関	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
ことぶき 歯科 医院	729-0820
こむろ 歯科 医院	724-0700
さわだファミリー 歯科	723-8217

(順不同)

健康一口メモ

耳の穴のトラブル

耳の穴（外耳道）は長さが約3cmで、耳アカで塞がる耳垢（じこうせんそく）**耳垢** 細菌やカビ、ウイルスの感染で炎症が起こる外耳道炎。皮膚に湿疹が起こる外耳道湿疹。異物を入れるまたは入る外耳道異物。が4大トラブル（病気）です。

◎**耳垢** 乾性耳垢（カサカサ耳アカ）と湿性耳垢（ネバネバ耳アカ）があります。日本人の場合約8割が乾性耳垢で約2割が湿性耳垢です。湿性耳垢の人は、乾性耳垢の人より耳アカが詰まりやすく、耳アカがたくさんあっても、わずかなすき間があれば聞こえるため、ほとんどの人が気づきません。耳掃除をして綿棒で耳アカを奥まで押しやったり、洗髪や水泳などで耳アカがふやけて膨らんで耳の穴を塞いでしまうと、急に聞こえが悪くなります。このような状態（耳垢）となれば、耳鼻科医で取ってもらいましょう。

◎**外耳道湿疹**…耳かきをついやりすぎてしまい耳の穴（外耳道）の皮膚を傷つけ、体質的要因も加わって湿疹が生じてしまうことがあります。一度湿疹が生じると、カ

ユミ→いじる→みみだれ→かさぶた→カユミの悪循環に陥り、慢性化する事となります。外用薬や内服薬で改善したら、その後はなるべくいじらないようにしましょう。

◎**外耳道炎**…湿性耳垢の場合、ニオイをとまいますが、汚いものではありません。むしろ耳の穴を保護する作用をもっていて、掃除のし過ぎは、外耳道の皮膚に細菌やカビの感染をひきおこす事があります。炎症が生じると痛みが出現し、耳だれが出る事もあります。もし、緑色の耳だれが綿棒に付着したら、**緑膿菌**という細菌の可能性がります。また、黒いものが付着したらアスペルギルスというカビの可能性がります。原因菌によって治療法が異なりますので、耳鼻科医にかかりましょう。

◎**外耳道異物**…小児ではビーズ玉、BB弾、消しゴム、種子などが多く、ダンゴ虫を入れた子もいます。成人では夏場に蛾やコガネムシなどが入り込む事があり、寝ていてゴキブリが入り、救急車で来院された方もいます。多くは3~4歳の幼児で、異物となりそうな物を手の届く所に置かないことです。異物を疑ったら早急に耳鼻科医を受診してください。

【提供：（一社）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	8/8(金) 9/12(金)	13:10 ~13:50	因平成26年4月生 因母子手帳・質問票(はがき)・バスタオル	因当日、直接会場へ なお、整理番号札は12:30から保健センター側入口にお出します。 ※対象児には個別通知します。
1歳6か月児健康診査	8/22(金) 9/19(金)		因平成26年5月生 因母子手帳・質問票(はがき)	
3歳児健康診査	8/5(火) 9/2(火)		因平成25年1月生 因平成25年2月生 因母子手帳・アンケート用紙・尿	
乳児相談	8/8(金) 9/12(金)	9:30 ~10:30	因1歳未満 因身体計測・育児全般の相談 因母子手帳・おむつ・バスタオル	因当日、直接会場へ ※就学前の乳幼児が対象となります。
育児相談	8/22(金) 9/19(金)		因1歳以上 因健康・育児・栄養等の相談 因母子手帳・おむつ	
幼児相談	8/1(金) 9/5(金)	予約制	因発育・発達等の面で気になる方 因母子手帳	※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	8/19(火)	9:50 ~10:00	因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 因母子手帳・筆記用具	因当日、直接会場へ(会場は料理室です)
両親学級	8/6(水)	13:05 ~13:15	因赤ちゃんの保育・お風呂の入れ方・妊婦体験等を行ないます。因妊娠8~9か月の初妊婦と夫 因母子手帳・筆記用具・タオル・エプロン	因予約制 ※先着8組まで ※電話受付可
母親学級	9/3(水) 9/10(水) 9/17(水)	13:05 ~13:15	因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。 因初産の方 因母子手帳	因予約制 ※電話受付可
フッ素塗布	8/20(水)	13:30 ~14:30	因1歳6か月児健診で歯科受診済で就学前の幼児(希望者) 因母子手帳・タオル ※歯の健康手帳をお持ちの方は持参してください。	費フッ素塗布:1,404円 因当日、直接会場へ ※6か月間隔で塗布します。

◆予防接種

※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。

費用：無料

- 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。
- 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。

休 日 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
8/3 (日)	鳥山こどもクリニック(伊奈町)	小	723-5557	8/31 (日)	埼玉県央病院(桶川市)	内・外・整外	776-0022
	埼玉県央病院(桶川市)	内・外・整外	776-0022		よくだ眼科(桶川市)	眼	771-8880
	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		北本中央クリニック(北本市)	内・小・循内・消・呼・血内	048-591-2257
8/10 (日)	埼玉県央病院(桶川市)	内・外・整外	776-0022	9/7 (日)	伊奈病院(伊奈町)	内・外	721-3692
	豊田医院(桶川市)	内・小児・胃腸・循内	728-2377		府川医院(桶川市)	耳鼻咽喉・アレ	786-2672
	青木クリニック(北本市)	内・循環器・呼・小	048-592-1033		さとうクリニック(北本市)	内・消・小	048-590-5977
8/17 (日)	伊奈病院(伊奈町)	内・外	721-3692	9/14 (日)	埼玉県央病院(桶川市)	内・外・整外	776-0022
	原田耳鼻咽喉科(桶川市)	耳鼻咽喉	787-5616		桶川日出谷診療所(桶川市)	脳神・整外・皮・外	786-7715
	本藤整形外科(北本市)	整外・リウ・リハ・皮	048-592-7667		吉田医院(北本市)	内	048-591-2200
8/24 (日)	尾崎内科クリニック(伊奈町)	内・小	720-1701	9/15 (祝)	伊奈病院(伊奈町)	内・外	721-3692
	埼玉県央病院(桶川市)	内・外・整外	776-0022		プラムの里診療所(桶川市)	内	787-2882
	榎原医院(北本市)	内・胃腸・肛門	048-542-6582		北本共立診療所(北本市)	内・消・循・放	048-592-1641

※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があります。各新聞の埼玉版休日当番医欄も参照のうえ、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)、祝日および年末年始は除く
問合せ先 伊奈町消防本部・署 (☎722-8111)

小児救急電話相談 (#8000)

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

◎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)

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。

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)