

問 健康増進課（保健センター） ☎720-5000

「伊奈町保健事業のお知らせ」と併せてご覧ください。

内：内容 対：対象 定：定員 持：持ち物 費：費用 申：申込み

♥ 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 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。

♥ 母子保健

お母さんと赤ちゃんの健康のために

場 保健センター

名 称	実施日	内容・対象・持ち物	受付時間	備考	
乳児健康診査	3/8(金)	対平成30年11月生	13:10 ~13:50	申当日直接会場へ 整理番号札は12:30から保健センター側入口にお出しします。なお、対象児には個別通知します。	
	4/12(金)	対平成30年12月生			持母子手帳・質問票(はがき)・バスタオル
1歳6か月児健康診査	3/15(金)	対平成29年8月生			持母子手帳・質問票(はがき)
	4/19(金)	対平成29年9月生			
3歳児健康診査	3/5(火)	対平成27年10月生			持母子手帳・アンケート用紙・尿
	4/2(火)	対平成27年11月生			
乳児相談	3/8(金) 4/12(金)	内身体計測・育児全般の相談 対1歳未満 持母子手帳・おむつ・バスタオル	9:30 ~10:30	申当日直接会場へ	
育児相談	3/15(金) 4/19(金)	内身体計測・健康・育児・栄養等の相談 対1歳以上就学前 持母子手帳・おむつ			
幼児相談	3/22(金) 4/26(金)	対発育・発達等の面で気になる方 持母子手帳	予約制	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	4/16(火)	内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。 持母子手帳・筆記用具	9:50 ~10:00	場料理室 申当日直接会場へ	
フッ素塗布	4/17(水)	対1歳6か月児健診で歯科受診済で就学前の幼児(希望者) 持母子手帳・タオル ※歯の健康手帳をお持ちの方は持参してください。	13:30 ~14:30	費1,404円 申当日直接会場へ ※6か月間隔で塗布します。	

小児の急病・けがに

●小児初期救急当番医（月～土曜日20時～22時、祝日および年末年始は除く）

平日の夜間にお子さんの急病・けがなどが発生した場合、桶川・北本・伊奈地区の当番医が診療します。

☎ 伊奈町消防本部・署 ☎722-8111

●小児救急電話相談

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



胃がん検診（集団）を実施します

3月12日(火)
申込開始

因 バリウム造影検査（無地のTシャツであれば、そのまま検査できます。）

場 保健センター

対 40歳以上（昭和55年3月31日以前生まれ）の町民で勤務先での受診機会がない方

費 800円

※70歳以上（昭和25年3月31日以前生まれ）の方は無料

【注意事項】

- 前日の21時以降の飲食はしないでください。ただし、夜12時まででコップ2杯の水（白湯）、また検査当日朝6時までのコップ半分の水（白湯）は構いません。
- 前日はお酒を飲まないでください。
- 当日朝の喫煙はお控えください。
- 降圧剤などの薬をお飲みの方は、主治医に相談してください。当日朝に服用した場合は、受付時に伝えてください。
- 胃腸の疾患で治療中の方、胃腸（盲腸を含む）・胆のう等の手術ならびに帝王切開をされた方は受診できません。
- 妊娠中および妊娠している可能性のある方は受診しないでください。

男女別に受付時間を設けていますので、ご注意ください。

	性別	受付時間	定員
4月18日(木)	女性	①～④	①～⑧ 各6名
	男性	⑤～⑧	
23日(火)	男性	①～④	
	女性	⑤～⑧	
25日(木)	女性	①～④	
	男性	⑤～⑧	

下記の表より受付時間をお選びください。

番号	受付時間
①	8時30分～8時40分
②	8時45分～8時55分
③	9時～9時10分
④	9時15分～9時25分
⑤	10時～10時10分
⑥	10時15分～10時25分
⑦	10時30分～10時40分
⑧	10時45分～10時55分

申 健康増進課窓口または電話で受付
※要事前予約

問 健康増進課（保健センター） ☎720-5000

い～な！健康マイレージ 事業の記念品の引き換え はお済みですか？

まだ引き換えがお済みでない方は、お早めに引き換えをお願いします。なお、ポイントは来年度へ繰り越しできませんのでご了承ください。

引換期限 3月22日(金)

受付時間 8時30分～17時15分（土日祝日を除く）

引換場所 保健センター

健康 一口メモ

しょうにひまんしょう 小児肥満症

肥満とは体脂肪が蓄積した状態ですが、肥満に加え、高血圧、糖尿病、脂質異常症、脂肪肝、睡眠時無呼吸などの健康障害が加わると「肥満症」と定義されます。小児では不登校・いじめの要因にもなります。

子どもの肥満は、主に肥満度を使って評価します。「(実測体重－標準体重)÷標準体重×100(%)」で計算します。学童では肥満度20%以上を「軽度肥満」、30%以上を「中等度肥満」、50%以上を

「高度肥満」と言います。肥満度20%以上の子は学童後期には11%に増加します。約10年前から肥満全体では減少傾向を示していますが、成人の肥満につながる高度肥満は減っていません。小児期からの肥満予防のためには、過食や高脂肪食などの食習慣や、運動不足に加えて、生活リズムの乱れなど不健康な生活習慣の改善が必要です。幼児期では家族で夕食をとり、10時間以上の睡眠をとり、平日のテレビ視聴を2時間以内に抑えること、学童期では睡眠時間を8時間以上とり、ゲームなど長いスクリーンタイムを避けることが肥満発症予防には必要です。

（提供：（一社）桶川北本伊奈地区医師会）