

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 場：場所 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	12/13(金)	対 令和元年8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。	
	1/10(金)	対 令和元年9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	12/20(金)	対 平成30年5月生			持 母子手帳・質問票(はがき)
	1/17(金)	対 平成30年6月生			
3歳児健康診査	12/3(火)	対 平成28年7月生			持 母子手帳・アンケート用紙・尿
	1/7(火)	対 平成28年8月生			
乳児相談	12/13(金) 1/10(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	12/20(金) 1/17(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	12/26(木) 1/24(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	12/17(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	12/18(水)	対 1歳6か月児健診で歯科受診済の就学前の幼児(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 1,430円 申 当日直接会場へ ※6か月間隔で塗布します。	

健康 一口メモ

ノロウィルスの感染と予防

問題です。冬の食中毒と言えど？そう、ノロウィルスです。1年間で少なくとも8000人以上がかかり、食中毒

の患者数は毎年第1位です。

ウィルスが住んでいる牡蠣などの二枚貝を食べると感染[体に入りこむこと]します。すると、半日から2日で嘔吐、下痢、腹痛などの症状が出ます。1-2日で自然に治りますが、乳幼児や高齢者ではもっと長引くこともあり、注意が必要です。ウィルスなので特効薬はなく、点滴や整腸剤の内服などの対症療法をします。感染しても約3割の人は、無症状です。食べ物に入っても85~90℃で90秒加熱すれば、ウィルスは死にます。生食は避けるべきです。厄介なのは、ノロウィルスは感染力が強く、ほんの少し[10~100個]でもあれば十分悪さをするとということです。感染した人が調理したものは口にしないことは基本です。感染者の吐いたものや下痢などには、ウィルスがウヨウヨ

しており、これが感染の広がる原因となります。対処法が重要です。まずゴミ袋を用意して、手袋、マスクを装着。できれば使い捨てガウンも。そして吐物や排泄物をペーパータオルで拭きとって捨てる。拭き取らないと消毒液の効果が弱くなるし、また残ったものが乾いて舞い上がり、それを吸い込んで感染することもあり得るからです。次に0.1%次亜塩素酸ナトリウム[500mlのペットボトルの水に、ペットボトルのキャップ2杯分の家庭用塩素系漂白剤を混ぜて作れる]を染み込ませた布などで、汚れたところをきれいにする。使用したものをすべてを袋に入れて、しっかりと口を閉じて捨てる。その後は20秒以上、水を流しながら手をよく洗う。もし汚れた手で触ってしまったら、電気のスイッチ、ドアノブ、手すりなどもしっかり拭きましょう。症状が治っても、約4週間はウィルスが体の中に残っています。ピークは2-5日くらいなので、症状が無くなって48~72時間は、食事に係る仕事の勤務は控える方が良いでしょう。毎年11月~1月が最大の流行期です。ご注意ください。

<提供：(一社) 桶川北本伊奈地区医師会>

健康ガイド

♥成人保健 毎日の健康のために

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
健康相談	12/18(水) 1/22(水)	内 保健師・栄養士による血圧測定・検尿・ 栄養相談等 対 町民の方 持 健康手帳（初めてのの方は当日交付）	10:00 ～11:00	申 当日直接会場へ
こころの健康相談	12/11(水) 1/29(水)	内 専門の相談員が家族関係や職場での悩み など、さまざまな相談に応じます。 対 町民の方	予約制	相談時間についてはお問 い合わせください。

い～な！健康マイレージ対象事業

肺がん検診（集団）を実施します

託児スペース
あり

実施日	性別	受付時間	定員
令和2年 1月9日(木)	女性	9時30分～11時	各120名
	男性	13時30分～15時	
1月16日(木)	男性	9時30分～11時	
	女性	13時30分～15時	
1月21日(火)	女性	13時30分～14時15分	各60名
	男性	14時15分～15時	

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

費 300円（喀痰検査は別途600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】

- 喀痰検査のみの受診はできません。
- 無地のTシャツであればそのまま検査できます。
- 妊娠中の方は受けられません。

※い～な！健康マイレージカードをお持ちの方は当日ご持参ください。

印 12月17日(火)から健康増進課窓口または電話で受付

内 X線撮影による検診・^{かくたん}喀痰検査（喀痰検査については、必要と認めた方）

※要事前予約

埼玉県の救急電話相談・緊急医療機関案内

24時間365日

大人や子どもの急な病気・けがに看護師が電話で相談に対応するとともに、お近くの診療可能な医療機関（精神科・歯科を除く）の案内をします。

☎#7119（N T Tのプッシュ回線、携帯電話をご利用の場合）

☎824-4199（ダイヤル回線・I P電話・P H Sをご利用の場合）

※このほか伊奈町消防本部・署☎722-8111でも休日・夜間に診療の受けられる病院の問い合わせに応じます。

埼玉県医療機能情報提供システム

医療機関や薬局の情報を検索できます。対応可能な疾患や手術実績もわかります。

休日の歯科当番医

北足立歯科医師会休日診療所

（鴻巣市赤見台1-15-23）

☎048-596-0275

診療時間 9時30分～12時30分



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（N T Tのプッシュ回線、携帯電話をご利用の場合）または

☎833-7911（I P電話・ひかり電話・ダイヤル回線をご利用の場合）

埼玉県AI救急電話相談

AI（人工知能）を活用し、急な病気やけがの家庭での対処方法や医療機関への受診の必要性について、チャット形式のフリー入力力で相談に応じます。

埼玉県AI救急相談