

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

い～な！健康マイレージ対象事業

12月11日(金)
まで実施中

特定健康診査・健康診査を早めに受けましょう

町で実施している特定健康診査・健康診査は、自分の健康状態を知り、生活習慣を見直すよい機会です。毎年1回の受診を習慣づけましょう！

費 無料

申 各医療機関に直接お申込みください。

※40歳～74歳で伊奈町国民健康保険以外の健康保険等に加入している方は、ご自身が加入している健康保険組合等に受診方法をご確認ください。

※発熱等何らかの体調不良がある場合は事前に実施医療機関に相談してください。

※4月1日～9月30日に伊奈町国民健康保険に加入手続きをした方には後日受診券を送付します。

※新型コロナウイルス感染症対策「緊急事態宣言」が出ている間は、受診や医療機関への予約はできません。

実施医療機関一覧

医療機関名	電話番号
石くぼ医院	872-6121
伊奈中央病院	721-3022
伊奈病院健康管理センター	723-6071
今成医院	723-8280
内田クリニック	728-9296
尾崎内科クリニック	720-1701

医療機関名	電話番号
金崎内科医院	728-8550
木村クリニック	723-8884
希望(のぞみ)病院	723-0855
みなみのメディカルクリニック	720-0033
みやうち内科・消化器内科クリニック	783-3751
世沢整形外科	723-9191

※例年実施期間の終わりごろは、どの医療機関も大変込み合いますので早めに受診しましょう。

問 40歳～74歳で伊奈町国民健康保険に加入している方…**保険医療課** ☎ 2172

後期高齢者医療保険に加入している方…**保険医療課** ☎ 2174

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。

日 9月1日(火)～12月25日(金)

対 40歳以上(昭和56年3月31日以前生まれ)の町民

持 受診券、保険証

費 500円

申 8月17日(月)から健康増進課(保健センター)窓口または電話で申込

※申込後、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。

※発熱など体調不良の場合は受診をお控えください。

実施医療機関一覧

医療機関名	電話番号
大津歯科医院	721-1181
小島歯科医院	723-0006
ことぶき歯科医院	729-0820
こむろ歯科医院	724-0700
さくら歯科医院	724-1182
さわだファミリー歯科	723-8217
高野歯科医院	721-8148
中村歯科医院	720-1800
服部歯科医院	728-5323

※新型コロナウイルス感染症の影響により、事業が中断・中止となる場合があります。

埼玉県コバトン健康マイレージ参加者を募集します

県内各地を歩いて、歩数に応じたポイントでさまざまな県産品などが当たり、好評を博している「埼玉県コバトン健康マイレージ」。

伊奈町では、この参加者を今年も募集します。申込時期などについては、広報いな9月号で詳しくお知らせします。

定 歩数計による参加者100名

※スマホアプリを使って参加する場合、申し込みは随時受け付けています。



埼玉県コバトン健康マイレージ

検索

胃カメラによる 胃がん検診

10月9日(金)
まで受付中

多くの方が受診している胃がん検診（胃カメラ）は、受付を10月9日(金)で締め切ります。それまでに定員に達した場合は、受付の締め切りを更に繰り上げますのでお早めの申し込みをお願いします。詳しい内容は広報いな6月号をご覧ください。



対 令和2年度末の年齢が50歳以上の方で、偶数年齢となる方

※今年度から上限年齢を撤廃しました。

50歳：昭和45年4月1日～昭和46年3月31日生まれ
52歳：昭和43年4月1日～昭和44年3月31日生まれ
54歳：昭和41年4月1日～昭和42年3月31日生まれ
56歳：昭和39年4月1日～昭和40年3月31日生まれ
58歳：昭和37年4月1日～昭和38年3月31日生まれ
60歳：昭和35年4月1日～昭和36年3月31日生まれ

：

※以降、同じように2歳刻みの方が対象となります。

申 健康増進課に電話または窓口で申込

令和2年10月1日から ロタウイルスワクチンの 定期接種が始まります

対 令和2年8月1日以降に生まれた0歳児

接種開始日 令和2年10月1日(木)以降

費 無料

注意事項 対象となるお子さまには、定期接種開始前に個別で通知をします。

なお、定期予防接種の対象外のお子さまには、今まで通り、任意予防接種として生後6週～24週の期間に、町内の指定医療機関で接種した場合に限り、2回分まで接種費用のうち3,000円を補助しています。

詳しくは、町ホームページをご確認ください。

医療機関等の適正な受診を！

医療費をムダなく有効に使うために、医療機関等は適正に受診しましょう。

- やむを得ない場合以外は、休日や夜間の受診は控えましょう。
- かかりつけ医を持ちましょう。
- 同じ病気で複数の医療機関を受診する「はしご受診」は控えましょう。
- ジェネリック医薬品を活用しましょう。
- 健康診断を定期的を受け、病気の早期発見、早期治療を心がけましょう。

問 保険医療課☎2174

健康 一回メモ

やきゅうひじ 野球肘

「野球肘」と聞くと Yankees の田中選手や、エンゼルスの大谷翔平選手などプロ野球選手の肘のケガを思い浮かべる人もいられるかもしれませんが、でも実は小中学生などの成長期の子供にも起こる肘のケガです。ここでは子供に起こる「野球肘」の話をしてしたいと思います。

それはボールをたくさん投げることによって、成長期の柔らかい骨や靭帯に負担がかかり、肘の骨や軟骨が傷んだり、剥がれたりしてしまったり起こります。

症状は投球後に起こる肘の内側や外側、そして後ろ側の痛みです。最初はボールを投げた後に痛みを感じる程度ですが、症状が進行するとボールを投げなくても痛みを感じたり、肘が真っ直ぐに伸びなくなったりします。

診断は問診や触診、それにレントゲン、超音波、MRIなどを使って行います。レントゲン検査は両側の関節を比べ、骨の全体像を理解するのに役立ちま

すし、超音波検査やMRIではレントゲンで見えない骨や軟骨の異常がわかります。

治療は何より肘の安静です。ほとんどのケースはしばらく投球をやめて、安静にしているだけで良くなりますので本人の我慢だけでなく、周囲の理解や協力が欠かせません。野球をしたがるお子さんに投げるなどというのは辛いところですが、周囲の大人の皆さんはお子さんの将来のために運動を制限してください。それでも残念ながら進行してしまった場合には膝の軟骨の一部を肘の骨に移植する骨軟骨移植術が必要になってしまったりもします。

予防には日頃の管理が大切です。運動後に肘を冷やすこと、肘の内側と外側の筋肉、そして肩や、股関節、体幹のストレッチも欠かせません。また、肘に無理のかからない投球フォームの確認も重要です。

コロナウイルスで今まで運動を控えていたお子さんたちは、つつい無理をしてしまうかもしれません。大人の皆さんには時々肘の痛みや、肘の動きを確認し、異常があれば早めに整形外科を受診していただくようお願いいたします。

<提供：（一社）桶川北本伊奈地区医師会>