

## 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

### ♥子どもの予防接種 ※予防接種でご不明の点は、健康増進課（保健センター）にお問い合わせください。

- 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をご確認ください。
- 転入などで予診票をお持ちでない方は、母子手帳を必ずご持参のうえ、健康増進課（保健センター）にお越しください。
- 予防接種の際は、保護者の同伴が必要です。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）にお越しください。



### ♥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	8/4(金)	対 令和5年4月生	13:10 ~13:50	申 当日直接会場へ ※対象児には個別通知します。	
	9/8(金)	対 令和5年5月生			
1歳6か月児健康診査	8/18(金)	対 令和4年1月生			
	9/15(金)	対 令和4年2月生			
3歳児健康診査	8/1(火)	対 令和2年3月生			持 母子手帳、 アンケート用紙、 尿、バスタオル
	9/5(火)	対 令和2年4月生			
乳児相談	8/4(金)	内 身体計測、育児全般の相談	予約制	申 前日まで予約受付 ※身体計測のみの方も同様。	
	9/8(金)	対 1歳未満の乳児 持 母子手帳、おむつ、バスタオル			
育児相談	8/18(金)	内 身体計測、健康・育児・栄養などの相談			
	9/15(金)	対 1歳以上の未就学児 持 母子手帳、おむつ、バスタオル			
幼児相談	8/25(金)	内 発育・発達などの面で気になることの相談	相談時間は、お問い合わせ ください。		
	9/29(金)	対 1歳以上の未就学児 持 母子手帳			
離乳食講習会	8/22(火)	内 栄養士が、離乳食の進め方や作り方の指導をします。 持 母子手帳、筆記用具	9:50 ~10:00	申 予約制	
フッ素塗布	8/23(水)	対 1歳~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ご持参ください。	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。	

### 埼玉県AI救急相談

AI（人工知能）を活用し、急な病気・けが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でご相談に応じます。



- 利用者の相談内容に基づき、可能性のある症状をご案内します。
- 利用者が選択した症状の緊急度を判定します。
- 症状によっては、家庭での対処法を助言します。
- スマートフォンからの利用であれば、埼玉県救急電話相談 ☎#7119や119番への電話が可能です。

埼玉県AI救急相談 検索

### 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。  
※受診前に当番医療機関への電話連絡をお願いします。

問 上尾市東消防署伊奈分署 ☎722-8111

### 熱中症に 注意しましょう

屋外活動時だけでなく、**屋内でも**熱中症にかかることがあります。気温が上がる時間帯の外出を控え、屋内ではエアコンや扇風機を上手に使い、こまめに水分補給をして熱中症を予防しましょう。

予防対策については、町ホームページをご覧ください。



## ♥成人保健 毎日の健康のために

場 保健センター

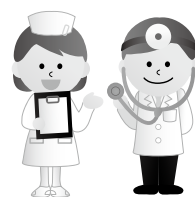
名称	実施日	内容・対象	受付時間	備考
健康相談	8/23(水) 9/20(水)	内 保健師・栄養士による血圧測定、健康・栄養相談など 対 町民の方	10:00 ～11:00	当日直接会場へ
こころの健康相談	8/24(木) 9/27(水)	内 相談員と保健師が、家族関係や職場での悩みなどの相談に応じます。 対 町民の方	予約制	相談時間は、お問い合わせください。

## + 休日当番医

診療時間 9時～17時

月日	医療機関名	診療種類	所在地	電話番号
8/6 (日)	桶川日出谷診療所	整外	桶川市	786-7715
	埼玉県中央病院	内/外	桶川市	776-0022
	鈴木医院	内/小	北本市	048-592-1313
8/11 (祝)	おおつ消化器・呼吸器内科クリニック	内/消内/呼内	伊奈町	748-5522
	埼玉県中央病院	内/外	桶川市	776-0022
	いなぎ ent クリニック	耳/気/放/形外	北本市	048-593-4567
8/13 (日)	伊奈病院	内/外	伊奈町	721-3692
	埼玉県中央病院	内/外	桶川市	776-0022
	南福音診療所	内/小	北本市	048-591-7191
8/20 (日)	伊奈中央病院	内	伊奈町	721-3022
	埼玉県中央病院	内/外	桶川市	776-0022
	伊藤クリニック	胃/外/内/整/リハ/皮/泌	北本市	048-593-5588
8/27 (日)	伊奈病院	内/外	伊奈町	721-3692
	ベニバナファミリークリニック	内/小	桶川市	787-0002
	山崎医院	小/内	北本市	048-591-2244
9/3 (日)	伊奈病院	内/外	伊奈町	721-3692
	いけだファミリークリニック桶川	内/小	桶川市	788-1167
	ひらお内科クリニック	内/心内/神内	北本市	048-592-8861

※受診の際は、各医療機関にお問い合わせください。  
※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。



## 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応じ、お近くの診療可能な医療機関(精神科・歯科を除く)をご案内します。  
☎#7119または☎048-824-4199 (ダイヤル回線・IP電話・PHSをご利用の場合)

埼玉県医療機能情報提供システム

検索

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。



## 耳掃除について

健康  
一口メモ

みなさんは普段耳掃除をしていますか？耳掃除を全くやらない方から毎日お風呂上がりに綿棒でされる方までいらっしゃると思います。一体どれくらいの頻度で、どのような方法で行うのが良いのでしょうか？

もともと耳垢は耳の中の皮膚の代謝物や分泌物が固まったもので、生じてしまう事は避ける事ができません。本来耳には耳垢を自然に外に排出する機構が備わっているため、基本的には耳掃除をしなくても問題はありません。ただ、耳の形状によっては自然に出てくる事が難しい場合もあり、そのようなケースでは耳掃除の必要があります。

耳掃除の方法ですが、これはご自身ではやらず、耳鼻科へ受診される事をおすすめします。ご自身で耳掃除を行うと、見えない中を手探りで操作するため、耳の中の皮膚を傷つけてしまい外耳炎となってしまうリスクがあります。

また耳垢を奥に押し込んでしまい余計取れにくくなってしまったり、完全に耳を塞いでしまったりする可能性もあ

ります。

耳鼻科では耳の中を直接観察しながら専用のピンセットや吸引器具を用いて耳掃除を行います。簡単に取る事が出来ない時には、耳の中に耳垢を柔らかくする薬を入れて時間を置いてから耳掃除を行います。小さいお子さんの耳掃除についても、急に動いてしまい、鼓膜を破ってしまうような危険もありますので、病院で安全に行う事をおすすめします。

耳掃除の頻度ですが、一般的には3～4か月ごと、年に3～4回程度をおすすめしています。異常が出てからの耳掃除では、処置時の痛みが増える事も多いので、自覚症状が出る前に早めに受診していただく事をおすすめします。

症状がないのに耳掃除だけで受診しても良いのか心配される方もいらっしゃると思いますが、全く問題ありませんのでご安心下さい。逆に耳垢のせいだと思っても実際は難聴のような病気のケースもありますので、気になる症状がありましたら遠慮なく耳鼻科にご相談いただければと思います。

〈提供：(一社)桶川北本伊奈地区医師会〉