

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

♥こどもの予防接種 ※予防接種でご不明の点は、健康増進課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	2/9(金)	対 令和5年10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。	
	3/8(金)	対 令和5年11月生			
1歳6か月児健康診査	2/16(金)	対 令和4年7月生			
	3/15(金)	対 令和4年8月生			
3歳児健康診査	2/6(火)	対 令和2年9月生			持 母子手帳、 アンケート用紙、 尿、バスタオル
	3/5(火)	対 令和2年10月生			
乳児相談	2/9(金) 3/8(金)	内 身体計測、育児全般の相談 対 1歳未満の乳児 持 母子手帳、おむつ、バスタオル	予約制	申 前日まで予約受付 ※身体計測のみの方も同様。	
育児相談	2/16(金) 3/15(金)	内 身体計測、健康・育児・栄養などの相談 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	2/27(火) 3/22(金)	内 発育・発達などの面で気になることの相談 対 1歳以上の未就学児 持 母子手帳			相談時間は、お問い合わせください。
離乳食講習会	2/20(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	2/14(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。	

風しんの抗体検査と予防接種を無料で受けられます

☎ 昭和37年4月2日～昭和54年4月1日生まれの男性
風しんの抗体検査を無料で受けられる事業が令和7年3月末まで延長となり、対象者には令和4年12月にクーポン券を送付しました。
抗体検査を受けていただき、抗体が不十分との結果が出た方には、予防接種を無料で実施しています。
自身が風しんにかからない、また周囲にうつさないために、この機会にぜひ抗体検査を受診しましょう。
※すでに本事業で抗体検査を受けたことがある方は対象外です。
※転入の方やクーポン券を紛失された方は、再発行しますので健康増進課にお問い合わせください。

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やけがに、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
☎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

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・年末年始を除く）
平日の夜間にお子さんの急病や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。
☎ 上尾市東消防署伊奈分署 ☎722-8111

埼玉県AI救急相談

埼玉県AI救急相談 検索

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。



♥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	2/14(水) 3/21(木)	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	2/21(水) 3/14(木)	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
2/4 (日)	伊奈病院	内/外	伊奈町	721-3692
	朝日内科歯科医院	内/小/消	桶川市	774-9385
	大久保医院	内	北本市	048-591-8171
2/11 (日)	鳥山こどもクリニック	小	伊奈町	723-5557
	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
2/12 (祝)	桶川中央クリニック	内/小/消内	桶川市	786-6628
	埼玉県中央病院	内/外	桶川市	776-0022
	まつざき整形リウマチクリニック	整外/リウ/内	北本市	048-540-6463
2/18 (日)	伊奈病院	内/外	伊奈町	721-3692
	豊田医院	内/小/胃/循	桶川市	728-2377
	南福音診療所	内/小	北本市	048-591-7191
2/23 (祝)	伊奈病院	内/外	伊奈町	721-3692
	しらすき眼科医院	眼	伊奈町	792-0249
	山崎医院	小/内	北本市	048-591-2244
2/25 (日)	埼玉県中央病院	内/外	桶川市	776-0022
	原田耳鼻咽喉科医院	耳	桶川市	787-5616
	伊藤クリニック	胃/外/内/整/リハ/皮/泌	北本市	048-593-5588
3/3 (日)	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
	よしだ整形外科内科	整/内/リハ/皮/リウ	北本市	048-590-5720

※受診の際は、各医療機関へ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もあります。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。

令和5年度 定期予防接種 の対象の方へ

期限が迫っています
接種はお早め!!

接種期間
3月31日(日)まで

場 町内医療機関（『伊奈町保健事業のお知らせ』または町ホームページで確認できます）
 ※町外医療機関で接種希望の場合は、健康増進課にお問い合わせください。
 ☑ 直接医療機関に予約

【麻しん風しん2期】

接種回数 ▶ 1回

☑ 平成29年4月2日～平成30年4月1日生まれのお子さん

場 無料

【高齢者肺炎球菌】

接種回数 ▶ 1回のみ

☑

65歳：昭和33年4月2日～昭和34年4月1日生まれ
 70歳：昭和28年4月2日～昭和29年4月1日生まれ
 75歳：昭和23年4月2日～昭和24年4月1日生まれ
 80歳：昭和18年4月2日～昭和19年4月1日生まれ
 85歳：昭和13年4月2日～昭和14年4月1日生まれ
 90歳：昭和8年4月2日～昭和9年4月1日生まれ
 95歳：昭和3年4月2日～昭和4年4月1日生まれ
 100歳：大正12年4月2日～大正13年4月1日生まれ
 ※すでに成人用肺炎球菌ワクチンを接種した方は、対象外となります。

場 2,500円



歯ブラシの選び方、 交換のタイミング

歯のブラッシングは子どもから大人まで幅広く行われている毎日の習慣です。年齢によっても適した歯ブラシがあり、10代まではむし歯のリスクが高いため、むし歯予防に適した歯ブラシがおすすめです。また、20代から高齢者までは歯周病のリスクが上がりますので、歯周病予防に最適な歯ブラシがおすすめです。

最初に、10代までに適した歯ブラシの特徴を説明していきます。生え変わりの大人の歯は酸に弱く、お口を清潔にしていないとすぐにむし歯になってしまいます。ですから、奥歯までしっかりと入るサイズと持ちやすさが重要です。

全体的にコンパクトなヘッドでゆるやかなカーブを描いたネック部分があり、持ち手は細くシリコン製のブラシがおすすめです。毛先の硬さは柔らかめか普通がいいです。

毛先は、山型形状で長い毛と短い毛が混合しているとよく届きます。また生えかけの大人の歯があるとデコボコしていますので歯にしっかりと届く4列に並ぶタイプがおすすめです。

次に、20代から高齢者に適した歯ブラシの特徴を説明します。20代になると歯周病菌が増え始め、成人の8割が歯周病にかかっているといわれているので歯周病予防に適した歯ブラシの選択が大事です。

特に重要なのが、毛先の形態です。細く、弾力性があるタイプだと歯周ポケットという歯と歯ぐきの間の溝に入り込むので、プラーク（歯周病細菌の塊）を取り除くことができます。

硬さは柔らかめがよく、歯ぐきのマッサージ効果も期待できます。

歯ブラシの交換のタイミングですが、期間としては1か月が目安で歯ブラシの毛先が開いてきたら取り替えましょう。

〈提供：（一社）北足立歯科医師会〉

