

♥ 子どもの予防接種 ※予防接種でご不明な点は、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覧ください。
- 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 | 6/14(金) | 対 令和6年2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。 | |
| | 7/12(金) | 対 令和6年3月生 | | | |
| 1歳6か月児健康診査 | 6/21(金) | 対 令和4年11月生 | | | 持 母子手帳、 質問票（はがき）、 バスタオル |
| | 7/19(金) | 対 令和4年12月生 | | | |
| 3歳児健康診査 | 6/4(火) | 対 令和3年1月生 | | | 持 母子手帳、 アンケート用紙、 尿、バスタオル |
| | 7/2(火) | 対 令和3年2月生 | | | |
| 乳児相談 | 6/14(金) 7/12(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。 相談時間は、お問い合わせください。 | |
| 育児相談 | 6/21(金) 7/19(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 | 6/28(金) 7/26(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 | | | |
| 離乳食講習会 | 6/18(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 | 6/19(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。 | |



本当は怖い骨粗鬆症の話

「骨粗鬆症」と聞くと皆さんはどのような印象を持ちますか？お年寄りの病気、女性になる病気、背が低くなるなど、人によってイメージはまちまちだと思いますが、生命予後に関わる重大な病気と考える方はあまりいないのではないでしょうか？もちろん骨粗鬆症で直接亡くなることはまずありませんが、それによって起こる状態によっては、生活の質や生命予後が大きく変化してしまうのです。

骨粗鬆症が大きく関係する骨折が4つあります。症状としては①腰曲がり、身長低下②股関節の骨折③肩の骨折④手首の骨折です。それぞれ転倒で起こることが多いのですが、①は重いものを持って起こることもあれば、いつの間にか進行していることもあります。これらの問題点は、それぞれが生活の質を大きく落としてしまう可能性があることです。背骨が曲ると前屈みになり転倒しやすくなりますし、また逆流性食道炎という胃腸の病気

にもなりやすくなります。股関節の骨折では歩行能力が落ちてしまい、活動範囲が狭くなりますし、肩の骨折では衣類の脱ぎ着やトイレ動作にも支障が出てしまいます。また、手首の骨折は握力の低下を起こしてしまいます。それぞれ、短期的には命に関わらないと思うかもしれませんが、生活の質が落ちることは結果として寿命を縮めてしまうことにつながります。

現在はたくさんの薬が開発され、以前では望めなかった成果が出るようになってきました。でも、本当は薬で骨粗鬆症を治すのではなく、骨粗鬆症を未然に防ぎ、ひどい骨粗鬆症を起こさないことが大切です。日本人の寿命が伸びている中、骨粗鬆症を完全に無くすることはできませんが、骨粗鬆症への進行を遅らせることにより、健康で楽しい人生を送る一助になることは間違いありません。高齢者だけでなく、比較的若い女性や男性でも起こっていることがありますので、ご自身の骨密度に関心を持っていただくとういと思います。

（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 | 受付時間 | 備考 |
|----------|--------------------|---|-----------------|-------------------|
| 健康相談 | 6/19(水) 7/17(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 | 6/27(木) 7/25(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 |
|-------------|--------------|----------------|-----|--------------|
| 6/2 (日) | 世沢整形外科 | 整/内/リハ | 伊奈町 | 723-9191 |
| | 伊奈病院 | 内/外 | 伊奈町 | 721-3692 |
| | 本藤整形外科 | 整/リウ/リハ/皮 | 北本市 | 048-592-7667 |
| 6/9 (日) | おかべ耳鼻咽喉科医院 | 耳 | 桶川市 | 772-3492 |
| | 埼玉県中央病院 | 内/外 | 桶川市 | 776-0022 |
| | 山田医院 | 内/小 | 北本市 | 048-593-0353 |
| 6/16 (日) | 蔵田医院 | 内 | 桶川市 | 771-1446 |
| | 埼玉県中央病院 | 内/外 | 桶川市 | 776-0022 |
| | 二ツ家整形外科 | 整/リハ/リウ/内 | 北本市 | 048-590-3344 |
| 6/23 (日) | 伊奈病院 | 内/外 | 伊奈町 | 721-3692 |
| | 桶川駅前こどもクリニック | 小 | 桶川市 | 789-3222 |
| | 伊藤クリニック | 胃/外/内/整/リハ/皮/泌 | 北本市 | 048-593-5588 |
| 6/30 (日) | 神崎皮フ科クリニック | 皮 | 桶川市 | 778-3911 |
| | 埼玉県中央病院 | 内/外 | 桶川市 | 776-0022 |
| | 北本中央クリニック | 内/小/循内/消/呼/血内 | 北本市 | 048-591-2257 |
| 7/7 (日) | 小島医院 | 内/小 | 桶川市 | 771-1212 |
| | 埼玉県中央病院 | 内/外 | 桶川市 | 776-0022 |
| | 藤倉医院 | 循/胃腸/内 | 北本市 | 048-592-3045 |

- ※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 (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。

☎ # 7 1 1 9 または
☎ 0 4 8 - 8 2 4 - 4 1 9 9 (ダイヤル回線・IP電話・PHSをご利用の場合)

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** ☎ # 7 1 1 9 や119番への電話が可能です。

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。



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。

☎ 上尾市東消防署伊奈分署
☎ 7 2 2 - 8 1 1 1