

## ♥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	2/18(水) 3/18(水)	内保健師・栄養士による血圧測定、健康・栄養相談など 対町内在住の方	10:00 ～11:00	対当日直接会場へ
こころの健康相談	2/26(木) 3/26(木)	内相談員と保健師による家族関係や職場での悩み相談など 対町内在住の方	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
2/1 (日)	今成医院	内	伊奈町	723-8280
	埼玉県中央病院	内/外	桶川市	776-0022
	遠井クリニック	内/小/循環	北本市	048-591-2109
2/8 (日)	桶川K・Nクリニック	麻/整	桶川市	787-7715
	埼玉県中央病院	内/外	桶川市	776-0022
	大友外科整形外科	整/皮/リハ/外	北本市	048-591-7000
2/11 (祝)	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
	北本共済医院	内/消/胃/外/整/泌	北本市	048-591-7111
2/15 (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
	山田医院	内/小	北本市	048-593-0353
2/22 (日)	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
	よしだ整形外科内科	整/内/リハ/皮/リウ	北本市	048-590-5720
2/23 (祝)	しらさき眼科医院	眼	伊奈町	792-0249
	埼玉県中央病院	内/外	桶川市	776-0022
	本藤整形外科	整/リウ/リハ/皮	北本市	048-592-7667
3/1 (日)	伊奈病院	内/外	伊奈町	721-3692
	豊田医院	内/呼/小	桶川市	728-2377
	林田内科医院	内/小/循環/消/リハ	北本市	048-592-7711

※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。  
※広報掲載後、当番医に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。

## 定期予防接種はお済みですか？

詳しくは、町ホームページをご覧ください。

### 子宮頸がん(HPVワクチン)

接種期間▶ 3月31日(火)まで  
※4月以降は、自費接種となります。  
対 ①平成9年4月2日～平成21年4月1日生まれ的女子で、令和4年4月1日～令和7年3月31日までに1回でもHPVワクチンを接種した方  
②平成21年4月2日～平成22年4月1日生まれ的女子



### 麻しん・風しん

対 第1期：1歳から2歳に至るまで  
第2期：小学校入学前の1年間



## 埼玉県の救急電話相談 (24時間365日)

☎ #7119 または  
☎ 824-4199 (ダイヤル回線・IP電話・光電話・携帯電話をご利用の場合)

## 埼玉県AI救急相談



## 産後ケア事業をご利用ください

アウトリーチ（訪問）型と短期入所型があり、産後間もないお母さんの休養や助産師への相談（授乳・育児・子の発育）をすることができます。

対象者など詳しくは、町ホームページをご覧ください。



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 講：講師 申：申込

## ♥こどもの予防接種 ※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	2/13(金) 3/6(金)	対 令和7年10月生 対 令和7年11月生	13:10 ～13:50	対当日直接会場へ ※対象児には個別通知します。
1歳6か月児健康診査	2/20(金) 3/13(金)	対 令和6年7月生 対 令和6年8月生		
3歳児健康診査	2/3(火) 3/3(火)	対 令和4年9月生 対 令和4年10月生		
乳児相談	2/13(金) 3/6(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	対前日まで予約受付 ※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	2/20(金) 3/13(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(金) 3/27(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	2/17(火)	内 離乳食の進め方や作り方の指導 持 母子手帳、筆記用具 講 栄養士	9:50 ～10:00	対予約制
フッ素塗布	2/18(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 対当日直接会場へ ※6カ月間隔で塗布します。

健康  
一回1分

## 「歯を失ったら そのままにしない」

私たちの歯は、生きるための大切な道具です。食べ物をしっかりかむことは、体にエネルギーをとりこむ第一歩ですし、はっきりとした発音や笑顔にも関わります。もし歯を失ってしまった時、そのまま放っておくとどうなるのでしょうか。残った歯に大きな負担がかかり、かむ力が弱くなったり、歯ならびがくずれたりします。かみにくさが原因で、やわらかい物ばかり食べるようになると、栄養がかたより、全身の健康にも影響してしまいます。

また、歯が抜けたままだと、食べ物をしっかりかめず、だ液もよく出ません。だ液には、むし歯や歯周病から口の中を守る力があります。このため、さ

らにほかの歯まで悪くなる危険が高まります。話す時に息がもれたり、言葉が聞き取りにくくなったりして、人と話すことに自信をなくしてしまう方もいます。歯が1本なくなるだけで、さまざまな困りごとが生まれるのです。

だからこそ、歯を失ったらそのままにせず、歯科医院で相談することが大切です。早めに適切な治療を受けることで、食事を楽しんだり、会話をしたりする力を取り戻すことができます。毎日の生活がより健康で、笑顔あふれるものになります。

自分の歯は、一生に一度の宝物です。今ある歯を大切にしながら、もし何かあったらすぐに行動する習慣を身につけていきましょう。歯を失っても、あきらめる必要はありません。健康な口で、未来をしっかりとかがみしめていきましょう。

〈提供：（一社）埼玉県北足立歯科医師会〉

