

熱中症にご注意ください ～熱中症を防ぐために知っておきたいこと～

熱中症は、高温多湿の環境で体温調節ができず、体に熱がこもることによって起こります。

室内でも発症し、重症化すると命にかかわるため、こまめな水分・塩分補給と暑さを避ける対策を心掛けてください。

「熱中症警戒アラート」発表時は特に注意し、体調が悪そうな人を見かけたら、応急処置をお願いします。

熱中症予防5つのポイント



出典：埼玉県「熱中症予防5つのポイント」リーフレット

特に注意してください

【こども】	【高齢者】	【障がいのある方】
体温調節能力が十分に発達していない	暑さや水分不足に対する感覚機能や調整機能が低下している ※熱中症患者のおよそ半数は65歳以上	自ら症状を訴えられないことがある

早めに受けよう！特定健診・健康診査

問 特定健診 ▶ 保険医療課 国民健康保険係 ☎ 2171
健康診査 ▶ 保険医療課 医療係 ☎ 2175

自分の健康状態を知り、生活習慣を見直す機会になります。
終了日が近づくと予約が取りづらくなるので、早めに受けましょう。



対象者▼

特定健診 伊奈町国民健康保険に加入している
40～74歳

健康診査 後期高齢者医療保険に加入している
75歳以上、または障がい認定を受けている65歳以上

実施期間 ▶ 10月31日(土)まで

受診▼

町内実施医療機関に直接申し込み、受診券とマイナ保険証または資格確認書を持参してください。

（のぞみリハビリテーション病院は事前申込不要）

※6月1日～8月31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
受診券を紛失した場合などは再発行しますので、保険
医療課に電話するか、町ホームページの電子申請
フォームから申し込んでください。

実施医療機関一覧

医療機関名	電話番号
石くぼ医院	872-6121
伊奈病院健康管理センター（直通）	723-6071
伊奈中央病院	721-3022
今成医院	723-8280
内田クリニック	728-9296
おおつ消化器・呼吸器内科クリニック	748-5522
尾崎内科クリニック	720-1701
金崎内科医院	728-8550
木村クリニック	723-8884
のぞみリハビリテーション病院	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

※受診時間は各医療機関の診療時間内

+ 産後ケア事業を利用しませんか

産後間もないお母さんが休養をとったり、授乳や育児・お子さんの発育について助産師などに相談できます。

利用には事前申請が必要です。詳しくは、健康増進課までお問い合わせください。



	アウトリーチ（訪問）型		短期入所型			
利用回数	あわせて5回まで（短期入所型は1日当たりを1回とし、1泊2日の場合は2回とする）					
費用	無料		1日あたり2,500円（1泊2日の場合5,000円） ※別途食事代の請求あり			
利用日	月曜日から金曜日 （祝日を除く）		要相談 ※委託医療機関と町で調整			
対象者	出産後1年未満の お母さんと赤ちゃん		出産後2カ月 未満のお母さん と赤ちゃん	出産後4カ月未満の お母さんと赤ちゃん		出産後1年未 満のお母さん と赤ちゃん
委託 医療機関	増子助産院 （伊奈町中央五 丁目 223 番地）	さゆり助産院 （上尾市上尾下）	ナラヤマレディー スクリニック （上尾市 本町1-1-3）	上尾中央 総合病院 （上尾市 柏座1-10-10）	丸山記念 総合病院 （さいたま市岩槻 区本町2-10-5）	増子助産院 （伊奈町中央五 丁目 223 番地）

※年度の途中で変更になる可能性があります。最新の状況は、町ホームページをご覧ください

♥ 就学前後の予防接種

母子健康手帳の予防接種歴を確認の上、早めに接種してください。

予診票をお持ちでない方や不明点がある方はお問い合わせください。

※期間を過ぎると自己負担になります



予防接種名	接種時期と対象者	接種回数と間隔
五種混合	7歳6カ月未満	1期 ▶ 初回3回、追加1回 合計 ▶ 4回接種 ※四種混合で接種を開始した方は、五種混合に切り替えて接種可
日本脳炎（第1期）	7歳6カ月未満	1期 ▶ 初回2回、追加1回 合計 ▶ 1期 3回接種
日本脳炎（第2期）	9歳以上13歳未満	1回接種
麻しん風しん混合（第2期）	就学前の1年間	1回接種 ※特例措置により、平成30年4月2日～平成31年4月1日生まれの方のうち、MRワクチンの偏りを理由に接種できなかった方も対象
二種混合	11歳以上13歳未満	1回接種
ヒトパピローマウイルス（HPV）	小学6年生～高校1年生 相当の女子	15歳になるまでに受ける場合 計2回 15歳になってから受ける場合 計3回