

健康ステーション

健康増進課
(保健センター内)
☎786-1855
FAX786-0096



こどもの健康診査

| 種別 | とき | ところ | 受付時間 | 内容 |
|------------------|----------------------|----------|--------------------|---|
| 4か月児健診 | 2月8日(金) | 保健センター | 13:15~14:10 | 診察、身体計測、育児相談、離乳食相談・試食、絵本コーナー 持ち物 母子健康手帳・健診票 |
| 7か月児・10か月児相談 | 2月18日(月) 3月11日(月) | 保健センター | 9:30~10:30 | 保健師による身体観察、身体計測、育児相談、栄養士による離乳食相談 ※対象児は、7か月児と10か月児です。高崎線を挟んで、西側は保健センター・東側は母子健康センターで行います。その他、電話にてご相談ください。 持ち物 母子健康手帳 |
| | 2月5日(火) 3月5日(火) | 母子健康センター | | |
| 1歳6か月児健診(個別通知あり) | 2月27日(水) | 母子健康センター | 13:15~14:10 | 内科・歯科診察・歯科指導、身体計測、親子遊び、育児・幼児食相談、発達・心理相談 持ち物 母子健康手帳・問診票 |
| 3歳3か月児健診(個別通知あり) | 2月15日(金) | 保健センター | 13:15~14:10 | 内科・歯科診察、身体計測、育児・幼児食相談、発達・心理相談 持ち物 母子健康手帳・問診票 |
| フッ素塗布 | 3月4日(月) 3月29日(金) | 保健センター | 1回目 13:30~14:00 | 1歳6か月児健診終了児、6か月ごとに塗布します。 持ち物 母子健康手帳 問合せ☎口腔保健センター☎048-596-0275 |
| | 2回目以降 14:00~14:30 | | | |



母子健康相談(要予約)

| 種別 | とき | ところ | 受付時間 | 対象者および内容 | 定員 |
|--------------------------|-------------------------|--------|---------------------|---|-----|
| マタニティクラス《要予約》 | 2月14日(木) 10:30~13:00 | 保健センター | 10:15~10:30 | 妊娠16~28週の妊婦(夫も可) 簡単クッキング、妊娠中の食事や過ごし方などについて、その他交流会 持ち物 母子健康手帳、エプロン、三角せん、ふせん、筆記用具 | 25人 |
| | 2月18日(月) 13:30~16:00 | | 13:15~13:30 | 妊娠20~31週の妊婦(夫も可) 妊娠経過や出産のこと、その他交流会 持ち物 母子健康手帳、筆記用具 | 25人 |
| パパママ体験クラス《要予約》 | 2月9日(土) 10:00~12:00 | 保健センター | 9:45~10:00 | 妊娠24~36週の妊婦と夫(祖父母になられる方歓迎) 赤ちゃんのお風呂の入れ方、保育について 持ち物 母子健康手帳、筆記用具 | 9組 |
| 赤ちゃんサロン | 2月7日(木) 3月7日(木) | 保健センター | 開催時間 10:00~12:00 | 2~6か月児の保護者 ママたちの仲間づくり、交流の場としてご利用ください。 持ち物 母子健康手帳 | なし |
| ベビーもくもくクラス(ママ準備クラス)《要予約》 | 3月14日(木) 13:30~16:00 | 保健センター | 13:15~13:30 | 6~9か月児の保護者 歯の話と離乳食について ※妊婦の方も参加できます。 持ち物 母子健康手帳 | 25人 |

注1) 母子健康相談については、実施日の1週間前までに電話でお申し込みください。また、効果的に参加していただくため、対象となる乳児以外のお子様を連れての参加はご遠慮ください。
注2) 母子健康相談の対象となる乳幼児用のおむつ、調乳用のお湯などは、各自でご持参ください。

おとなの健康相談

| 種別 | とき | ところ | 受付時間 | 対象者および内容 |
|-------------------|----------|--------|------------|--|
| ちょっと気軽に お立ち寄り健康相談 | 2月12日(火) | 保健センター | 9:30~11:00 | 対象 成人 内容 血圧測定、体重・体脂肪測定、バランスの良い食事のとり方などの相談 ※気軽にお立ち寄りください! |

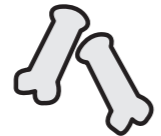


バスで行く 「letsトライウォーキング」 (親父・ミューズパーク・宝登山・ロウバイを訪ねます)

とき▼2月15日(金)午前7時30分に
駅西口りそな銀行前集合 午後5時
頃解散(小雨決行)
コース▼桶川⇄圏央道を経て秩
父・ミューズパーク(園内を散策)
⇄宝登山・ロウバイ(歩いて登りま
す)⇄往路を戻ります⇄桶川
持ち物▼飲み物・雨具・ウォーキ
ングに適した服装・履きなれた靴
参加費▼5,000円(借上げバ
ス代、昼食代、写真代、保険代など)
※当日集金します。
定員▼25人【先着順】
申込み▼2月4日(月)午前9時から
窓口または電話で受け付けます。

骨密度測定を実施します (事前予約制)

とき▼2月28日(木)午前9時30分
正午
ところ▼保健センター
対象▼市内在住で20歳以上の男女
定員▼90人【先着順】
費用▼200円
内容▼超音波による骨密度測定
申込み・問合せ▼2月14日(木)午前
9時から窓口または電話で受け付け
ます。
予約は測定時間内において30分単
位で受け付けます。
※平成24年6月および
11月に測定された人は、
ご遠慮ください。



2月の献血

| 種類 | 全血献血 (200ml・400ml) |
|-----|--|
| とき | 2月16日(土) |
| ところ | 桶川駅西口 |
| 時間 | 午前10時~11時45分 午後1時~3時30分 |
| 対象 | 16歳~69歳の健康な方 ※400mlは男性17歳以上、 女性18歳以上 |

※65歳以上の方は、60歳~64歳に献血したことがある方に限ります。

本人確認にご協力を!
運転免許証
パスポート
健康保険証
などで本人確認をさせていただきます。

健康づくり 幸せづくり 骨粗しょう症と歯科治療

一見関係性のない2つの事柄が、最近話題にのぼる機会が多くなっています。
骨粗しょう症とは、簡単にいえばカルシウムの不足が原因で起こる病気で、高齢になるにつれて、体内のカルシウムの量が減少し、様々な身体的変化をもたらします。
変化には大きく分けて三つあります
①易骨折性(簡単に骨折しやすくなること)
②身長減少
③姿勢変化(猫背等)
特に注意が必要なのは①の骨折についてです。
高齢者の場合、転倒などにより簡単に骨折し、そこから寝たきりになるケースが非常に多くみられます。
一方歯科治療の場合、高齢になるにつれ歯周病(歯の周りのハゲキや骨に異常が生じる状態)が現れやすくなり、歯周病治療が必要な患者さんが増えてきます。
最近のアメリカの健康栄養調査では、カルシウムの摂取量が少ないと歯周病になりやすいという報告がされています。骨粗しょう症やカルシウムの摂取

不足が直接歯周病を引き起こすことはありませんが、歯周病を悪化させる因子であることはこのような数々の調査や研究で明らかになっています。
つまり今までも骨粗しょう症と歯科治療は多少なりとも関係はありました。最近では骨粗しょう症の治療としては、いくつかの薬による治療が行われています。

この中でビスフォスフォネート製剤(以下BP系薬剤)は骨粗しょう症の治療薬の中でもっとも有効性が認められている薬のひとつです。
この薬は骨の減少を抑制することにより、骨密度を増やす作用があります。しかし、最近、BP系薬剤の投与を受けている患者さんの内、3年以上投与されている患者さんが抜歯やインプラント治療などの外科的処置を行った場合、BP系薬剤関連の顎骨壊死・顎骨髄炎(あごの骨が腐ってしまう)の発症がわずかですが確認されています。
骨粗しょう症は高齢者にとって治療が必要な疾患のひとつですが、治療の際は歯科・歯科の先生方と相談することが大事でしょう。
(北足立歯科医師会)



情報ステーション

健康ステーション

いっしょにDOKですか

響の森情報

まちの話題

市民伝言板

健康ステーション

いっしょにDOKですか

響の森情報

まちの話題

市民伝言板