



健康増進課

(保健センター内)

☎786-1855

FAX 786-0096

健康ステーション

Health Station

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	9月12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	<高崎線東側> 9月2日(火) 10月7日(火)	母子健康センター	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、東側は母子健康センター、西側は保健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
	<高崎線西側> 9月8日(月) 10月6日(月)	保健センター		
1歳6か月児健診 (個別通知あり)	9月24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)	9月19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	9月1日(月)	保健センター	1回目 13:30~14:00 2回目以降 14:00~14:30	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(北足立歯科医師会) ☎048-596-0275

母子健康相談



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》	10月9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、三角きん、ふきん、筆記用具	25人
	10月20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》	9月13日(土) 10:00~12:00		9:45~10:00	妊娠24~36週の妊婦と夫(祖父母も可) 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	9月4日(木) 10月2日(木)		開催時間 10:00~12:00	2~6か月児の保護者 ママ達の仲間づくり、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
ベビーもぐもぐクラス (ママ準備クラス) 《要予約》	9月11日(木) 13:30~16:00		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小さなお子さん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
3p お立ち寄り健康相談	9月9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!

※保健センターの駐車場は数に限りがありますので、ご了承ください。

Let'sトライウォーキング
～さきたま古墳～

～忍城へ(15km)～

3p

とき▼9月25日(木)午前8時桶川駅

西口南階段下集合 午後3時頃解散

(小雨決行)

コース▼北鴻巣駅～さきたま緑道

～さきたま古墳公園～行田水城公園

～忍城～行田市駅

持ち物▼昼食、飲み物、雨具、ウ

ォーキングに適した服装、履きなれ

た靴

費用▼100円(保険代) ※当日集金。

交通費は各自負担。

定員▼30人【先着順】

主催▼桶川市健康づくり市民会議

ウォーキング部会

申込み▼9月4日(木)午前9時～19

日(金)に電話または直接、健康増進課

へ。なお、持病をお持ちの人は、主

治医に相談のうえ、申し込みくださ

い。

オケちゃんキッチン

3p



野菜たっぷり・塩分控えめ！ヘル
シーでおいしい「健康長寿メニ
ュー」を一緒に作ってみませんか。

☆ 交通事故統計 ☆

—桶川市内の人身事故—

(毎年1月からの累計)

	平成26年 6月末	平成25年 6月末	対前年 同月比
件数	160件	166件	-6件
死者数	0人	0人	0人
負傷者数	198人	198人	0人

スマホでは 危険は けんさくできないよ



とき▼9月26日(金)午前10時～午後

1時30分

ところ▼東公民館

内容▼健康長寿に関する講話と調

理実習

対象▼市内在住の人

定員▼25人【先着順】

費用▼300円(保険代、材料費一部

負担)

持ち物▼エプロン、三角巾、ふき

ん、手拭きタオル、スリッパ、筆記

用具

申込み▼9月19日(金)までに電話ま

たは直接、健康増進課へ。

健康づくり
幸せづくり

食物アレルギー

(アナフィラキシーとその対応)

食物アレルギーとは、食物に含まれる特定のタンパク質を異物(自分とは違うもの)と体が判断し体を守るための仕組みである「免疫」が、過剰に働くことによりさまざまな症状を引き起こす状態です。アナフィラキシーとは特定の食物を食べた後、短い時間のうちに全身にあらわれる激しい急性のアレルギー反応です。さらに血圧低下や意識消失などのショック症状を引き起こし生命に係わる状態まで進んだものをアナフィラキシーショックと言います。小麦や甲殻類など特定の食物を食べた後2時間以内に運動することでアナフィラキシー症状が出る食物依存性運動誘発性アナフィラキシーという病気もあります。アナフィラキシーの多くは食後1時間以内におきます。原因食物には鶏卵・牛乳・小麦・そば・ピーナッツなどがあります。アナフィラキシーの症状として多いのはじんましん、赤み、かゆみなどの「皮膚の症状」。せき、ぜいぜい、息苦しなどの「呼吸器の症状」と目のかゆみやむくみ、くちびるの

腫れなどの「粘膜の症状」です。そのほか腹痛、嘔吐などの「消化器の症状」、さらに血圧低下などの「循環器の症状」などがあります。全身じんましんにぜいぜいなどの呼吸困難を伴うなどアナフィラキシーの症状を認めた場合、過去にアナフィラキシーをおこした原因食物を誤って食べてしまった場合は、症状が進みアナフィラキシーショックとなることを防ぐため、適切な判断と早い対応が必要となります。食物が口の中に残っていれば吐き出させ水でゆすぎ、手で触っていたら水で洗い流す。患者を走らせたりせず、処置のできる部屋に運び、仰向けで寝かせ足を高くして楽な姿勢にします。

医療機関で治療を受けるまでの補助治療剤としてエビペンというアドレナリンの自己注射薬を医師より処方され持っている人に対しては太もも前外側の筋肉に注射します。基本的には患者自身や保護者が使用することが原則ですが、緊急の場合保育園、学校の居合わせた関係者が本人の代わりに注射することは認められています。エビペンは原因食物を食べてしまったから30分以内に投与が必要で、エビペンを応急処置として使用したあとは必ず一刻も早く病院を受診してください。

【一社】桶川北本伊奈地区医師会