



健康増進課
 ☎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	6月14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 持ち物 母子健康手帳、健診票、バスタオル
7か月児・10か月児相談	<高崎線東側> 6月4日(火) 7月2日(火)	総合福祉センター 2階児童館	9:30~10:30	保健師による身体観察、身体計測 ※対象児は、7か月児と10か月児です。 高崎線を挟んで、東側は総合福祉センター、西側は保健センターで行います。 その他、電話で相談してください。 持ち物 母子健康手帳、バスタオル
	<高崎線西側> 6月10日(月) 7月8日(月)	保健センター		
1歳6か月児健診 (個別通知あり)	6月26日(水)	総合福祉センター 2階児童館	13:15~14:10	内科・歯科診察、歯科指導、身体計測、育児・発達・幼児食相談 持ち物 母子健康手帳、問診票、バスタオル
3歳3か月児健診 (個別通知あり)	6月21日(金)	保健センター	13:15~14:10	内科・歯科診察、目の検査(屈折検査)、身体計測、育児・発達・幼児食相談、検尿 持ち物 母子健康手帳、問診票
フッ素塗布 (※有料)	6月24日(月) 7月29日(月)		1回目 13:30~14:00 2回目以降 14:00~14:30	対象 1歳~就学前まで、6か月ごとに塗布できます。 持ち物 母子健康手帳 費用 1,430円(税込み) ※現金のみ 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	予約締切	対象および内容	定員
マタニティクラス 《要予約》*1	7月11日(木) 14:00~16:00	保健センター	7月4日(木)まで	対象 妊娠16~32週の妊婦 プレママカフェ：交流会、妊娠中の栄養のとり方などの話 持ち物 母子健康手帳、筆記用具	6人
	7月22日(月) 13:30~16:00		7月12日(金)まで	対象 妊娠20~34週の妊婦 出産準備クラス：妊娠経過から出産の話、安産体操、交流会 持ち物 母子健康手帳、筆記用具、飲み物	10人
パパママ体験クラス 《要予約》*1	7月6日(土) 10:00~12:00		6月28日(金)まで	7月26日(金)まで	対象 妊娠28~34週の妊婦と夫 沐浴(お風呂)の実習、新生児の保育、夫の妊婦体験 持ち物 母子健康手帳、筆記用具、手拭きタオル
	8月3日(土) 10:00~12:00				

(注意)・母子健康相談については、託児はありません。
 ・講義内容についての動画・写真撮影は、ご遠慮ください。 *1) 定員になり次第締め切りです。

おとなの健康相談

種別	とき	ところ	受付時間	対象および内容
 ちょっと気軽に お立ち寄り健康相談	7月16日(火)	保健センター	9:30~11:00	対象 成人 内容 血圧測定、生活習慣病予防・バランスの良い食事のとり方などの相談 ※気軽に立ち寄りください！ ※奇数月のみの開催になります。
家族のつどい	6月27日(木)		14:00~16:00	対象 統合失調症の疾患を持つ患者の家族 内容 統合失調症の疾患を持つ患者の家族が悩みを語り合い、気持ちを分かち合う会です。

※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。

(特定) 健康診査を実施します



自己負担額無料！年に一度は健康状態を確認しましょう

※同時に受けるがん検診は自己負担額があります。ご注意ください。

詳しくは☎保険年金課☎786-3211 (代表)

40歳以上の国民健康保険加入者・後期高齢者医療保険加入者を対象に、次のとおり（特定）健康診査を実施します。健診は、自分の健康状態を知り、生活習慣を見直す良い機会です。以下の点をご確認の上、受診をお願いします。

項目	国民健康保険加入者	後期高齢者医療保険加入者	左記以外の健康保険にご加入の人
健診名	特定健康診査	健康診査	
対象	40歳以上の人 (昭和60年3月31日以前生まれ)	全員	
健診期間	6月17日(月)～11月30日(土) ※受診券と健診案内を封書で健診開始までに郵送します。 受診券が届きましたら、実施医療機関へお申込みください。		ご加入の健康保険で実施
健診内容	問診・診察・身長・体重・血圧測定・血液検査（血糖・血中脂質・肝機能・腎機能がわかる項目）・尿検査・心電図検査		※健診期間や受診方法などは、ご加入の健康保険（健康保険証発送元）にお問い合わせください。
	腹囲測定（全員） 貧血検査・眼底検査 (国の基準に該当する人のみ)	貧血検査（全員）	
自己負担額	無料		
持ち物	受診券・被保険者証		
備考	—	健康診査または人間ドックのどちらかを年度内に1回限り受診できます。	

情報ステーション

健康ステーション

いよいよ20pですか

まちの話題

健康診査や各種がん検診などの受診を希望される皆さんへ

- 健康診査や健康診査と同時受診できる各種がん検診などは、6月17日(月)～11月30日(土)で実施します。
- 体調不良がある場合は、健(検)診などの受診を控えてください。事前に実施医療機関に相談し、医師の指示に従ってください。

けんこう大使
「オケちゃん」



(広告)

学校法人北里研究所
北里大学メディカルセンター

【料金】一般基本コース
一日コース 66,000円
半日コース 49,500円 (2024年4月～新設)
※契約健康保険組合等からの補助がある場合は、コース及び金額が変わります。料金等の詳細はお問い合わせ下さい。

【ご予約・お問い合わせ先】
電話又は健康管理センター窓口で2か月先(月末)までのご予約をお受けしております。

「人間ドックのご案内」

サービスとして、
昼食に特製弁当をご用意しています。

※桶川市の国民健康保険にご加入の方は自己負担額、1日コース35,500円、半日コース19,000円、脳ドック30,000円

【オプション検査も多数ご用意しております】

胃カメラ	3,300円	頭部MRI/MRA	22,000円
胸部CT	11,000円	頸動脈エコー	6,050円
婦人科検診	7,700円	マンモグラフィ	4,950円

☎048-593-1227 (直通)・☎048-593-1212 (代表) 北本市荒井6-100

月～金曜日10:00～16:00 ※土曜日、日曜日・祝日は休診

(特定)健康診査と同時期に、次の検診を実施します

詳しくは☎健康増進課(保健センター内) ☎786-1855

検診名	対象	内容	自己負担額
肝炎ウイルス検診	令和7年3月31日時点で 40歳以上の人 (昭和60年3月31日以前生まれ) ※ただし、過去に肝炎ウイルス検診を受けたことがある人は対象外です。	・問診 ・血液検査	無料
個別大腸がん検診 	令和7年3月31日時点で 40歳以上の人 (昭和60年3月31日以前生まれ) ※集団大腸がん検診を受ける人は対象外です。	・問診 ・検便 (便潜血検査)	700円
前立腺がん検診 	令和7年3月31日時点で 50～74歳の偶数年齢の男性 50歳：S49.4.1～S50.3.31 52歳：S47.4.1～S48.3.31 54歳：S45.4.1～S46.3.31 56歳：S43.4.1～S44.3.31 58歳：S41.4.1～S42.3.31 60歳：S39.4.1～S40.3.31 62歳：S37.4.1～S38.3.31 64歳：S35.4.1～S36.3.31 66歳：S33.4.1～S34.3.31 68歳：S31.4.1～S32.3.31 70歳：S29.4.1～S30.3.31 72歳：S27.4.1～S28.3.31 74歳：S25.4.1～S26.3.31	・問診 ・血液検査 (PSA検査)	500円
胸部レントゲン検査 	令和7年3月31日時点で 65歳以上の人 (昭和35年3月31日以前生まれ) ※集団肺がん検診を受ける人は対象外です。	・問診 ・胸部レントゲン検査	無料

※がん検診にかかる料金のうち、1～2割程度を自己負担としてお願いしています。

受診医療機関の窓口でお支払いください。

※勤務先などで受診または受診機会のある人、ならびに現在治療中または治療予定の人はご遠慮ください。

申込み▶直接、実施医療機関へ。

《実施医療機関一覧》

医療機関	電話番号	医療機関	電話番号	医療機関	電話番号
朝日内科歯科医院	774-9385	川田谷クリニック	787-2531	田中胃腸医院	771-1037
いけだファミリークリニック桶川	788-1167	蔵田医院	771-1446	豊田医院	728-2377
大谷記念病院	728-2411	栗原クリニック	786-2168	なかた呼吸器科内科クリニック	729-2811
桶川医療クリニック	786-5200	小島医院	771-1212	ファミリーファーストクリニック	777-3000
桶川K.Nクリニック	787-7715	埼玉県中央病院	776-0022	ペニバナファミリークリニック	787-0002
桶川中央クリニック	786-6628	坂部医院	771-1055	渡辺医院	787-2181
桶川日出谷診療所	786-7715	鈴木内科医院	787-3000		

オケちゃんキッチン



内容▼管理栄養士による健康的で美味しいお手軽献立を紹介します。

献立▼ごはん、鶏むねのじゃが芋包み焼き、丸ごとピーマンとなすの焼き浸し、もずく酢スープ、あじさいゼリー

とき▼6月27日(木)午前10時～午後1時頃

ところ▼保健センター

対象▼市民 定員▼16人【先着順】

費用▼500円

持ち物▼筆記用具、エプロン、三角巾、マスク、ふきん、手拭きタオル

共催▼桶川市食生活改善推進員協議会

申込み▼6月3日(月)午前9時から18日(火)午後5時までに、電話で、健康増進課(☎786-1855)へ。

子育て支援料理教室(託児あり)

内容▼親子で食べたいお手軽レシピをご紹介します。

献立▼ご飯、たらのホイル焼き、ポテトサラダ、豆腐とわかめのみそ汁、フルーツヨーグルト

とき▼7月9日(火)午前10時～午後1時頃

ところ▼保健センター

対象▼1～3歳の幼児と保護者

(市民) 定員▼10組【先着順】

費用▼親子で600円

持ち物▼筆記用具、エプロン、三角巾、マスク、ふきん、手拭きタオル

※お子様連れの人はオムツ(2～3組)、お尻拭き、ビニール袋、着替え、エプロン、歯ブラシ、手拭きなど、託児に必要だと思うもの

主催▼桶川市健康づくり市民会議 防煙・食部会

申込み▼6月10日(月)午前9時から7月1日(月)午後5時までに、電話で、健康増進課(☎786-1855)へ。

超音波による骨密度測定を実施します(事前予約制※30分単位)

とき▼7月25日(木)・26日(金)午前9時～正午

ところ▼保健センター

対象▼市内在住で20歳以上の人

※令和5年度に骨密度測定を受けた人、骨粗鬆症で治療中・経過観察中の人は不可

定員▼220人【先着順】 費用▼200円

申込み▼6月18日(火)午前9時から電話で健康増進課(☎786-1855)へ。 ※今年度の実施は今回限りです。

子育て講座 歯と口の健康週間講演会 ～守ろうよ！子どもの歯と口の健康～

内容▼歯科衛生士による講話、乳歯の生え方、虫歯予防、ブラッシング

グ指導など

とき▼6月25日(火)午前10時30分～11時30分頃

ところ▼日出谷子育て支援センター

対象▼市内在住の乳幼児の親子

定員▼親子10組【先着順】

持ち物▼(家庭で使用している)子ども用歯ブラシ、コップ、タオル

講師▼口腔保健センター 歯科衛生士 主催▼(一社)北足立歯科医師会

申込み▼6月3日(月)午前9時から電話で健康増進課(☎786-1855)へ。

健康長寿歯科健診を実施します



内容▼今年度中に76歳または81歳を迎える被保険者を対象に健康長寿歯科健診を実施します。お口の健康は、全身の健康につながります。疾病の予防や健康増進のため、ぜひ受診してください。

とき▼7月1日(令和7年1月31日)

対象▼次のいずれかに該当し、後期高齢者医療被保険者証をお持ちの人

①昭和23年4月2日から昭和24年4月1日生まれの人

②昭和18年4月2日から昭和19年4月1日生まれの人

その他▼申込み手続などの詳細は、6月下旬に送付する受診案内をご覧ください。

問合せ▼健康長寿歯科健診コールセンター ☎0120-981-199(6)

21(金)から)、埼玉県後期高齢者医療広域連合給付課 ☎833-3130

8020よい歯のコンクール

応募資格▼桶川市に在住し、令和6年4月1日現在80歳以上(昭和19年4月1日以前生まれ)で、自分の歯が20本以上ある健康な人・当コンクールで表彰経験のない人

方法▼北足立歯科医師会の会員診療所にて口腔内審査

※必ず診療所に事前予約の上、受診してください。

締切▼8月9日(金)

※10月に表彰式を行います。

問合せ▼北足立歯科医師会口腔保健センター(☎048-596-0275)へ。

小児慢性特定疾病医療支給継続申請の受付を開始します

とき▼6月10日(月)～7月26日(金)※土・日・祝日を除く

ところ▼鴻巣保健所

対象▼現在受給者証をお持ちで、引き続き治療が必要な20歳未満の人の保護者

その他▼申請に必要な書類については保健所から郵送されます。

問合せ▼鴻巣保健所(☎048-541-0249)



個別子宮がん検診を受けていますか

詳しくは☎健康増進課☎786-1855

対象▶勤務先などで受診機会のない市内在住の20歳以上(令和7年3月31日現在)の女性(学生も可)
ただし、受診機会は2年に1回とさせていただきます。

期間▶7月1日(月)~12月21日(土)

費用▶受診医療機関窓口でお支払いください。

頸部検診 ⇒1,000円

頸部・体部検診 ⇒1,500円

持ち物▶受診券

検査内容▶頸部検診⇒受診者全員

体部検診⇒問診の結果、検査の必要があると思われる人で、受診を希望する場合。

申込み▶12月18日(水)午後5時までに、電話または直接、健康増進課へ。

実施医療機関に直接、予約してから受診してください。受診の際は「受診券」が必要です。



《個別子宮がん検診実施医療機関》

実施医療機関	住所	電話番号
北里大学メディカルセンター	北本市荒井 6-100	048-593-1212 (代表)
吉田医院	北本市中央 1-70	048-591-2200
伊奈病院	伊奈町小室 5014-1	723-6071 (直通)
葵ウィメンズクリニック	上尾市寺丁目東 14-5	781-1188
上尾中央総合病院	上尾市柏座 1-10-10	773-1197 (予約センター)
ナラヤマレディースクリニック	上尾市本町 1-1-7	771-0004 (予約専用)
ひらしま産婦人科	上尾市原市 1464	722-1103
上尾女性クリニック	上尾市仲町 1-1-14	729-8803

※集団がん検診については、広報と同時配布の「集団がん検診のご案内・申込書」をご覧ください。

※個別がん検診と集団がん検診のどちらか一方のみの受診になります。

健康づくり 幸せづくり

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」、「女性がなる病気」、「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のでしょうか? 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」、「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腰痛ががり、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は重いものを持つ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ります。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繋がります。

現在はい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いきます。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良いと思います。

【(一社)桶川北本伊奈地区医師会】