



健康ステーション

健康増進課 TEL 786-1855 FAX 786-0096

情報ステーション

健康ステーション

いっしょにDOOです

まちの話題

種別	とき	ところ	受付時間	内容
4か月児健診	10月10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〉 10月7日(火) 11月4日(火) 〈高崎線西側〉 10月20日(月) 11月10日(月)	総合福祉センター2階児童館 保健センター	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、電話にてご相談ください。 持ち物 母子健康手帳、問診票、バスタオル
1歳6か月児健診(個別通知あり)	10月22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)	10月17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)	10月27日(月) 12月1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か月ごとに塗布します。 持ち物 母子健康手帳、幼児用歯ブラシ、タオル 費用 1,430円(税込) ※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

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	10月9日(木) 14:00~16:00	保健センター	10月2日(木)まで	対象 妊娠16~32週の妊婦 プレマカフェ：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
	10月20日(月) 13:30~16:00		10月10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	11月1日(土) 10:00~12:00		10月24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	各9組
	12月6日(土) 10:00~12:00		11月28日(金)まで		
育MENクラス 《要予約》*1	令和8年 2月17日(火) 9:45~14:30		2月10日(火)まで	対象 育児休暇取得を予定または取得中の夫、これから父親になる予定の人 午前：尿ナトリウム測定、簡単レンチン料理教室 午後：赤ちゃんのお世話の仕方 持ち物 筆記用具、手拭きタオル、エプロン、三角巾、ふきん、マスク 費用 500円(食材費、保険代)	12人

(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。

種別	とき	ところ	受付時間	対象および内容
お立ち寄り健康相談 3p	11月11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、コバトンALKOOマイレージ登録会 ※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	10月23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。

健康診査・検診はお済みですか？

各種健康診査・検診は10月31日(金)までです。
ご自身の健康管理のため、ぜひ、この機会に受診してください。

詳しくは

- ①について
- ②～⑥について
- ⑦について

保険年金課 ☎788-4941
健康増進課 ☎786-1855
高齢介護課 ☎788-4938

① 国保加入者の特定健康診査(40歳以上)、後期加入者の健康診査
→対象者には6月に受診券を送付しています。

② 肝炎ウイルス検診(40歳以上)
※過去に受けていない人

③ 個別大腸がん検診(40歳以上)
※集団大腸がん検診を受ける人は対象外

④ 前立腺がん検診(50歳～74歳の偶数年齢の男性)

⑤ 胸部レントゲン検査(65歳以上)
※集団肺がん検診を受ける人は対象外

⑥ 骨粗しょう症検診(40歳～70歳の5歳刻み年齢の女性)

⑦ 脳の健康度検診(70・75歳)
→対象者には6月に受診券を送付しています。

※①～⑥の対象年齢は令和8年3月31日時点、⑦は令和8年4月1日時点の年齢です。

※各種健康診査・検診は年度内1回限りです。

申込み▶ 受診希望の人は、直接、実施医療機関へ。

シニアカフェ「災害食に挑戦しよう」
※献立：すいとん、ミニうどん

788・4938 へ。
※動きやすい服・靴で参加
※10月7日(火)午前9時から、電話で、**高齢介護課** (☎788・4938) へ。

※全年度内1回まで。
※11月5日・12日・19日・26日
※全日4回コース
午後2時～3時30分(受付：午後1時30分)
※できるだけ全日程参加してください。

※関節痛などで受診中の人は、かかりつけ医に参加について確認してください。受講は、一人につき年度内1回まで。
※関節痛などで受診中の人は、かかりつけ医に参加について確認してください。受講は、一人につき年度内1回まで。

※関節痛などで受診中の人は、かかりつけ医に参加について確認してください。受講は、一人につき年度内1回まで。

歯ピネス体操教室

3p

シニアカフェ「災害食に挑戦しよう」
※献立：すいとん、ミニうどん

788・4938 へ。
※動きやすい服・靴で参加
※10月7日(火)午前9時から、電話で、**高齢介護課** (☎788・4938) へ。

※全年度内1回まで。
※11月5日・12日・19日・26日
※全日4回コース
午後2時～3時30分(受付：午後1時30分)
※できるだけ全日程参加してください。

※関節痛などで受診中の人は、かかりつけ医に参加について確認してください。受講は、一人につき年度内1回まで。

※関節痛などで受診中の人は、かかりつけ医に参加について確認してください。受講は、一人につき年度内1回まで。

焼き

10月23日(木)午前10時～午後1時頃 場保健センター

【診療時間】 午前9時～午後5時

【受診方法】 最新情報は市ホームページで確認し、医療機関に電話のうえ来院ください。

(医療機関の変更や当直の専門医が限定される場合もあります)

月 日	医療機関名	診療科目	電 話
10月の休日当番医	5日	世沢整形外科(伊奈町)	整外/内/リハ 723-9191
		埼玉県央病院	内/外 776-0022
		山崎医院(北本市)	小/内 048-591-2244
	12日	桶川駅前こどもクリニック	小 789-3222
		埼玉県央病院	内/外 776-0022
		ニッ家整形外科(北本市)	整外/リハ/リウ/内 048-590-3344
	13日	おかべ耳鼻咽喉科医院	耳 772-3492
		伊奈病院(伊奈町)	内/外 721-3692
		藤倉医院(北本市)	循内/内/消内 048-592-3045
	19日	神崎皮フ科クリニック	皮 778-3911
		埼玉県央病院	内/外 776-0022
		安里医院(北本市)	内/小 048-542-2629
	26日	小島医院	内/小 771-1212
		埼玉県央病院	内/外 776-0022
		青木クリニック(北本市)	内/循内/呼/小 048-592-1033

月 日	薬局名	電 話
10月の市内休日当番薬局	5日 共創未来桶川薬局	777-3008
	川田薬局メイン店	787-6616
	薬局日本メディカル桶川店	856-9041
	12日 セイムス桶川若宮薬局	787-0207
	共創未来桶川薬局	777-3008
	川田薬局メイン店	787-6616
	薬局日本メディカル桶川店	856-9041
	13日 パル薬局桶川店	788-1991
	川田薬局メイン店	787-6616
	19日 ひまわり薬局桶川南店	772-5640
	共創未来桶川薬局	777-3008
	川田薬局メイン店	787-6616
	薬局日本メディカル桶川店	856-9041
	26日 共創未来桶川薬局	777-3008
	川田薬局メイン店	787-6616
	薬局日本メディカル桶川店	856-9041

※営業時間は各店舗にお問い合わせください。

救急相談・医療機関案内

夜間可

☎ #7119

- ・急な病気やけがの際に医者に
行くべきか迷ったときの相談
- ・診療可能な医療機関の案内
(歯科・精神科を除く)

■相談時間：24時間・365日

ダイヤル回線・IP電話は

☎ 048-824-4199

埼玉県AI救急相談
(PC・スマートフォン) ➡



小児初期救急当番医

診療日時：月～土曜日

午後8時～10時(祝日・年末年始を除く)

<当番医の問合せ>

埼玉県央広域消防本部

☎ 048-597-3301(24時間)

健康づくり

幸せづくり

オーラルフレイルとは？

読者の皆様はフレイルという言葉をご存じでしょうか？最近
は日本の高齢化に伴い、少しずつ
ですが、聞くようになった言葉
です。フレイルとは加齢や病気
によって身体的、精神的に機能
が徐々に衰えて、ストレス環境
に対して弱くなっている状態のこ
とをいいます。簡単にいえば健
康な状態と介護の状態の間とも
いえるかと思えます。その中で
お口の機能低下(滑舌低下、食べ
こぼし、むせなど)はオーラルフ
レイルと言われています。

お口は様々な機能を持ってお
り、食べ物をかんで細かくし、胃
腸への負担を和らげますし、他
者との会話でも発音に重要な役
割を持っております。お口の環境
機能が悪くなれば身体全体への
影響も出ますし、病気にかなり
やすくなるかと思えます。また
滑舌低下、口臭などが気になれ

ば、他者とのコミュニケーション
が減少していき、社会活動、身
体活動の低下などに繋がり、全
身的な身体機能に影響が出てく
ると言われております。

オーラルフレイルは歯周病や
むし歯によって歯が減っていくこ
とで段階的に引き起こされると
考えられているため、定期的に
歯科健診を受けることが大切と
考えられており、これは高齢者
だけではなく、若い世代の方
にも言えることです。定期的に
歯科健診を受けることで、自身
のお口の状態を把握しておき、
健全な状態を維持することが心身
ともに健康に過ごしていけるこ
とに繋がるかと思えますので、こ
れを読んだことを機に皆様がお口
について考えるきっかけになれば
と思います。

【二社】北足立歯科医師会

