

健康ステーション

健康増進課 TEL 786-1855 FAX 786-0096

種別	とき	ところ	受付時間	内容
4か月児健診	11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〉 11月4日(火) 12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
	〈高崎線西側〉 11月10日(月) 12月8日(月)	保健センター		
1歳6か月児健診 (個別通知あり)	11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)	11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)	12月1日(月) 12月22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	1月8日(木) 14:00~16:00	保健センター	12月25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
	1月19日(月) 13:30~16:00		1月9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	12月6日(土) 10:00~12:00		11月28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
	1月10日(土) 10:00~12:00		12月26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

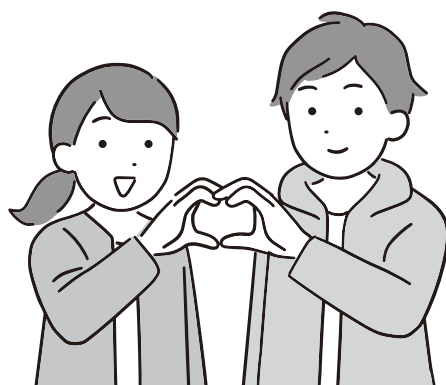
(注意)・母子健康相談については、託児はありません。

・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
おとなの健康相談 ちよっと気軽に いきいき 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	11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。



プレコンセプションケアって 知っていますか？

プレコンセプションケアとは、妊娠する・しない、年齢、性別にかかわらず、健康や将来のライフプランを考えていくというもの。

健康で充実した生活のため、若いうちから性や健康に関する正しい知識を身につけ、ライフプランを考えることが大切です。

将来の自分のために、いまからプレコンセプションケアに取り組みましょう。



埼玉県ホームページ

思春期からの男女の健康について
～「プレコンセプションケア」を知っていますか？～



桶川市ホームページ

思春期からの健康管理
「プレコンセプションケア」について



性やからだの悩み・不安がある中高生など思春期の皆さんへ

「プレコンセプションケア相談センター埼玉ぶれたま」へ相談しよう

「生理痛がつらい」「中学生になり見た目や身体の変化にとまどっている」「見た目が気になるので痩せないといけない」「避妊できていたか心配」「性感染症かも」など、性や健康のことで悩んでいませんか？

「ぶれたま」では、性別問わず、思春期のからだやこころの悩みに助産師がお答えします。

電話相談 ▶ ☎ 048-799-3613

受付日時 ▶ ①月・金曜日 午前10時～午後3時

②第1～4土曜日 午前11時～午後3時、午後4時～7時

(祝日、年末年始を除く)

プレコンセプションケア 相談センター埼玉 ぶれたまホームページ



ベジチェック・血管年齢 測定会

① 手の平や指先をセンサーに当てるだけで、「推定野菜摂取量」と「血管年齢」、「血管老化度」をチェックできます。ぜひこの機会にお越しください。※測定時にアンケートの記入をお願いしています。

② 11月28日(金)午前9時～午後5時

③ 場内役所2階ロビー

④ 他 明治安田生命保険相互会社との連携事業

⑤ 国保健康増進課 ☎ 788-4941

11月の献血バス

① 11月3日(月・祝) 午前9時30分～午後3時30分

② 桶川小学校(福祉の広場)

③ 他 主催・桶川ロータリークラブ

④ 国保健康増進課 ☎ 788-1855

鴻巣保健所

① しっかり手洗いで、
ノロウイルスから身を守ろう！

ノロウイルスによる食中毒や感染性胃腸炎は、冬場に多く発生します。ノロウイルスは感染力が強いので、保育園や学校、病院などで発生すると急速に広がる恐れがあります。感染防止対

策のポイントは次の3点。

① しっかり手洗い

トイレやおむつ交換の後、調理前、食事前などには、石けんをよく泡立てて手を洗い、流水で十分すすぐ。「洗う・すすぐ」を2回繰り返す「2度洗い」が効果的。

② 食品の十分な加熱

食品は中心温度85℃～90℃で90秒間以上加熱する。特にカキなどの二枚貝は、ノロウイルスを持っていることが多いため、生で食べることを控える。調理の際は他の食品を汚染しないよう注意。

③ 洗浄と消毒の徹底

調理器具はよく洗ってから、熱湯や塩素系消毒剤などで消毒。

※おう吐物や下痢便の処理に注意！

感染した人のおう吐物や便には多くのノロウイルスが含まれます。使い捨てのマスクと手袋を着用し、周りに広げないよう雑巾やタオルなどで汚物をしっかりと取り除いた後塩素系消毒剤を用いて消毒しましょう。処理した後は手洗いうがいをよく行いましょう。

④ 鴻巣保健所 ☎ 048-541-0249

今年最後のチャンスです！

集団「女性がん検診」追加実施のお知らせ

詳しくは健康増進課☎786-1855

	子宮 	乳 
検 診 日	12月3日(水)・9日(火)	
受付時間	①9時から ②9時40分から ③10時40分から	
と ころ	保健センター	
対 象 (R8.3.31時点の年齢)	20歳以上の市民	40歳以上の市民
費 用	800円	
内 容	問診・視診・内診・頸部細胞診	問診・マンモグラフィ
受診 できない人	●自覚症状がある。(医療機関を受診) ●子宮がんの治療をしたことがある(※通院が終了し、主治医から「今後は市の検診を受診するように」と言われた人は可) ●昨年度・今年度に、子宮がん検診を受診した。 ●生理中・生理後2日以内である。 ●妊娠中・妊娠の可能性がある。 ●自力で立ってられない、介助がないと動けない。指示どおり動けない(認知症など)。 ●子宮全摘出手術をした。	●自覚症状がある。(医療機関を受診) ●乳がんの治療をしたことがある(※通院が終了し、主治医から「今後は市の検診を受診するように」と言われた人は可) ●昨年度・今年度に、乳がん検診を受診した。 ●妊娠中・妊娠の可能性がある。 ●授乳中・断乳後6か月未満である。 ●豊胸手術を受けたことがある。 ●1年以内に乳房の手術を受けた。または上半身の傷・骨折が未完治。 ●CVポート、水頭症V-Pシャント、シリコンが前胸部に入っている。 ●ペースメーカーを装着している。 ●インスリンポンプ持続血糖モニターを装着中である(自身で着脱できない人)。 ●自力で立ってられない。介助がないと動けない。指示どおり動けない(認知症など)。
申 込 み	【先着順】 11月11日(火) 午前9時から、電話で、健康増進課へ。 ※検診日と受付時間を決めてから、メモを準備して電話してください。	
注意事項	・受付時間内の来所をお願いします。混雑をさけるため、早めに来ることはご遠慮ください。 ・発熱や体調不良がある場合の来所は、ご遠慮ください。 ・当日の問診の結果によっては、検診を受診できないことがあります。	
当日の持ち物	住所・氏名・生年月日が分かるもの(マイナンバーカードなど)、受診票(自宅で記入したもの)、検診費用(必ずお釣りがないように)、バスタオル、生理用ナプキン(子宮のみ)、髪が長い場合は髪留め(乳のみ)、無料クーポン券(対象者のみ)、生活保護受給者証(生活保護受給者は無料)	
当日の服装	スカートまたは着脱しやすい服装	着脱しやすい服装(ワンピース、アクセサリー不可)

〈広告〉

1級空き家 管理士による 空き家と相続の無料個別相談会



令和7年11月21日(金)

【時間】13:00～16:00

【場所】響の森 桶川市民ホール

2F 大会議室

誰も住んでいないご実家や
放置されている空き地のことなど
まずはお電話にて
お気軽にご相談ください。

《要事前予約》
先着4組
(1組30分)



株式会社 樹
埼玉県知事(1)第24756号

正直不動産

〒338-0011

さいたま市中央区新中里5-20-9

営業時間:10時～18時

☎ 048-789-7147

さいたま 空き家 売却

検索

お子さんの予防接種はお済みですか？

詳しくは☎健康増進課☎786-1855

予防接種のスケジュールは、感染症にかかりやすい年齢をもとに決められています。お子さんの健やかな成長のために、予防接種は遅らせず、規定の接種期間内で受けましょう。

規定の接種期間を過ぎた場合、費用は有料となります。

ワクチン	既定の接種期間	予診票配布時期
麻しん風しん 混合 (MR) 第 2 期	小学校就学前年度のお子さん (平成31 年 4 月 2 日～令和 2 年 4 月 1 日生)	お子さんが生後 2 か月くらい (送付済)
2 種混合 (DT) 第 2 期	11～13 歳未満のお子さん	お子さんが小学校 6 年生の時 (学校経由で配布済)
日本脳炎 第 2 期	1 期を終了している 9～13 歳未満のお子さん	お子さんが小学校 4 年生の時 (学校経由で配布済)
HPV(子宮頸がん予防)	小学校 6 年生から高校 1 年生相当の女子 (平成21 年 4 月 2 日～平成26 年 4 月 1 日生)	お子さんが小学校 6 年生の時 (学校経由で配布済)

母子健康手帳を確認し、受けていない予防接種がある場合は、体調のよい時に早めに受けましょう。「予診票がない」「受ける順番がわからない」など不明な場合は、健康増進課（786-1855）へ問合わせてください。

平成 9 年～ 20 年度生まれのうち、令和 4～6 年度までに 1 回以上接種未完了の女性も、令和 7 年度末まで、HPV (子宮頸がん予防) ワクチンを接種できます。



令和 7 年度 シルバーレクリエーション大会結果

と き▶ 9月28日(日) ところ▶ サン・アリーナ 主催▶ 市教育委員会

室内グラウンド・ゴルフの部

	男子の部	女子の部
優 勝	栗原正治	栗原多美枝
準 優 勝	浅見洋一	市川智子
第 3 位	丸山博三	築根玉枝

マットスの部

	男子の部	女子の部
優 勝	中村勇	市川智子
準 優 勝	浅見洋一	飯田津亀子
第 3 位	藤本春彦	加藤ヨシエ

ラダーゲッターの部

	男子の部	女子の部
優 勝	浅見洋一	飯田津亀子
準 優 勝	東木洋	加藤ヨシエ
第 3 位	丸山博三	佐藤廣子



桶川市公式LINE 友だち募集中！

基本情報

アカウント名 桶川市

登録ID @okegawacity

主な発信内容

- ・市政情報・市が主催や共催するイベント
- ・桶川のプロモーション



詳しくは☎秘書広報課☎788-4901

※利用にあたっては、「桶川市LINEアカウント利用規約」に同意のうえ、「友だち」追加をしてください。

※利用するには、LINE アプリをインストールする必要があります。

※「友だち」追加は無料ですが、通信費用は利用者負担となります。

※桶川市の公式LINEアカウントは、当面、情報発信専用として運用します。

【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)

最新情報▶
休日当番医
休日当番薬局



月 日	医療機関名	診療科目	電 話
11月の市内休日当番医	2日	上日出谷榎原整形外科	整外/リハ 789-2200
		伊奈病院	内/外 721-3692
		ひらお内科クリニック(北本市)	内/心療内 048-592-8861
	3日	みやうち内科・消化器内科クリニック	内/消内 783-3751
		埼玉県中央病院	内/外 776-0022
		吉田医院(北本市)	内 048-591-2200
	9日	のぞみリハビリテーション病院	内/神内/リハ 723-0855
		埼玉県中央病院	内/外 776-0022
		榎原医院(北本市)	内/胃腸/肛門 048-542-6582
	16日	桶川医療クリニック	内 786-5200
		伊奈病院	内/外 721-3692
		きたもと脳神経外科クリニック(北本市)	脳外 048-592-8808
	23日	鈴木内科医院	内/小/皮 787-3000
		埼玉県中央病院	内/外 776-0022
		きたもと内科クリニック(北本市)	内/消内 048-592-1641
	24日	石くぼ医院	内/消内/内視鏡内 872-6121
		埼玉県中央病院	内/外 776-0022
		鴻巣北本内科クリニック(北本市)	内/腎内/糖尿病内 048-578-4663
	30日	なかた呼吸器科内科クリニック	内/呼内 729-2811
		伊奈病院	内/外 721-3692
		北本中央クリニック(北本市)	内/小/循/消/呼/血 048-591-2257

月 日	薬局名	電 話
11月の市内休日当番薬局	2日	みらい薬局 上日出谷店 783-3614
	川田薬局 マイン店 787-6616	
	薬局日本メディカル桶川店 856-9041	
	3日	共創未来桶川薬局 777-3008
	川田薬局 マイン店 787-6616	
	共創未来桶川薬局 777-3008	
	9日	川田薬局 マイン店 787-6616
	薬局日本メディカル桶川店 856-9041	
	16日	薬局日本メディカル桶川店 856-9041
	川田薬局 マイン店 787-6616	
	共創未来桶川薬局 777-3008	
	23日	川田薬局 マイン店 787-6616
当番薬局	薬局日本メディカル桶川店 856-9041	
	24日	共創未来桶川薬局 777-3008
	川田薬局 マイン店 787-6616	
	ふれあい薬局 778-8207	
	30日	川田薬局 マイン店 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

間質性肺炎

間質性肺炎という病気を聞いたことはありませんか？ 美空ひばりさんや八代亜紀さんの計報で耳にされた方もいるかと思いますが、一般的にはあまり耳なじみのないこの病気について解説していきたいと思います。

間質性肺炎って何？

人間の肺は酸素と二酸化炭素をやり取りする肺胞という組織がたくさん集まってできています。本来の肺はスポンジのようにとっても柔らかい組織です。間質性肺炎は肺胞の壁が厚くなり、ヘチマのたわしのようにカチカチになってしまう病気です。間質性肺炎の中で8～9割を占めるのが特発性肺線維症(IPF)と呼ばれるタイプです。IPFの罹患者数は2000年代の調査で10万人に10人程度とされていましたが、2020年代には27人まで増加傾向にあります。本来、肺には傷がつくと修復される機能があります。IPFでは傷がついて修復されることが繰り返される過程で異常が生じて発症すると考えられています。軽症のうち

ちは自覚症状に乏しく、進行すると乾いた咳、動いたときの息苦しさを自覚するようになり、通常は病状が進行していきます。

間質性肺炎の診断は？ 治療は？

病状や経過の細かい聞き取り、診察に加えてレントゲンやCTで異常が認められると診断がつかます。一部の方にはより細かい情報を得るために、気管支鏡(肺の内視鏡)や手術を行って肺の組織を採取することがあります。長い間間質性肺炎には有効な手立てがなく、診断してもよい治療方法がない時代が長く続いていました。最近になり抗線維化薬という肺の悪化を抑える薬を使うようになり、抗線維化薬はなるべく早期に使うことで最大限の効果を発揮するため、早期診断・早期治療が重要です。

どんな時に相談すればよい？

乾いた咳が長く続く、動いたときに息苦しさを感ずる、健康診断でレントゲンや胸の音の異常を指摘された時には、「もしかして間質性肺炎ですか？」とかかりつけの先生に相談してみてください。

(二社) 桶川北本伊奈地区医師会