



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	9月13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、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3日(火) 10月1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、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、電話にて相談してください。 持ち物 母子健康手帳
	〈高崎線西側〉 9月9日(月) 10月7日(月)	保健センター		
1歳6か月児健診 (個別通知あり)	9月25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、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20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 (※有料)	9月2日(月) 10月2日(水) 10月28日(月)		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 費用 1,404円(税込) (※税率改正がある場合は、費用の変更あり。) 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10日(木) 14:00~16:00	保健センター	13:45~14:00	妊娠16~32週の妊婦 プレママカフェ：お茶を飲みながら交流会、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	20人
	10月21日(月) 13:30~16:00		13:15~13:30	妊娠20~35週の妊婦(夫も可) 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	15人
パパママ体験クラス 《要予約》	9月7日(土) 10月5日(土) 10:00~12:00		9:45~10:00	妊娠24~36週の妊婦と夫 (祖父母になる人歓迎) 赤ちゃんのお風呂の入れ方、育児について 持ち物 母子健康手帳、筆記用具	9組
赤ちゃんサロン	9月5日(木) 10月3日(木) 10:00~12:00		10:00~11:00	2~6か月児と保護者 ママ達の仲間づくり、交流の場として利用してください。 持ち物 母子健康手帳	なし

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、各自で持参してください。

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
お立ち寄り健康相談 3p ちょっと気軽に	9月10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。

※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
(行田約8km)

3p

とき▼9月19日(木)午前8時に駅西口南側階段下集合、午後0時30分頃解散予定

コース▼駅西口南側階段下～J R

桶川駅～J R北鴻巣駅～さきたま古墳公園～J R北鴻巣駅～J R桶川駅～駅西口南側階段下

対象▼市内在住の人

定員▼30人

費用▼100円(保険代) ※当日集金

交通費は各自負担。

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

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2日(月)午前9時～9月11日(水)に、電話または直接、健康増進課へ。

※持病のある人は、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

内容▼手ばかり栄養法(講話)と調理実習

献立▼ごはん、チキンの紅茶煮、ズッキーニの昆布茶ゴマみそ和え、おからのかきたま汁、甘酒ゼリー

とき▼9月26日(木)午前10時～午後1時30分頃

ところ▼東公民館2階調理室

対象▼市内在住の人

定員▼25人【先着順】

費用▼500円

持ち物▼筆記用具、エプロン、三角巾、室内履き、手拭きタオル、ふきん、台ふきん

主催▼桶川市食生活改善推進員協議会

議会

申込み▼9月2日(月)午前9時から、電話または直接、健康増進課へ。

子育て支援料理教室(託児あり)

献立▼雑穀ご飯、ダブルきのこバング、にんじんサラダ、わかめスープ、バナナケーキ

とき▼10月1日(火)午前9時30分～午後1時

ところ▼保健センター

対象▼市内在住の人

定員▼15人【先着順】

費用▼大人500円、幼児100円(保険代、材料費一部負担)

持ち物▼筆記用具、エプロン、三角巾、ふきん、台拭き、手拭きタオル

託児▼1～3歳の幼児10人【先着順】

主催▼桶川市健康づくり市民会議

食部会

申込み▼9月5日(木)午前9時～25日(水)に、電話または直接、健康増進課へ。

健康づくり
幸せづくり

花粉症の最新治療

昨今花粉症に対しての治療は、鼻水や鼻づまりのような症状に対しての治療が広く行われていますが、それ以外の治療方法としてアレルギー反応がそもそも起こらないようにする治療があります。その中でも比較的簡単にできる治療法として「舌下免疫療法」が最近注目されています。

アレルギー症状とは、体内に大量に入ってきた外敵のアレルゲンを排除しようとする防御反応によって引き起こされる症状ですが、この「舌下免疫療法」はあえて大量のアレルゲンをとり続けることで、身体がアレルゲンを外敵ではないと認識するようになる事を利用し、アレルギー反応が起こらないようにしていく治療法です。

治療方法はとても簡単で、アレルゲンを濃縮した薬剤を舌の裏側に数分ほど含んでから飲み込むだけですが、ただし、この治療法も全体的に人に適応があるわけではなく、現在日本では「スギ」と

「ダニ」に対しての治療薬があり、検査でそれらに対してのアレルギーがあるのかを確認する必要があります。また、この治療は毎日行う必要があり、治療期間としても3年以上続けるのが理想的であり、根気よく治療を続けられるという事も条件となります。薬の管理が難しい乳幼児(5歳未満)は治療適応となりません。また重度の喘息やがん、自己免疫疾患などの方も適応とならないので注意が必要です。

長期間治療を続けるのは大変ですが、非常に高い割合の人が改善を実感できる治療です。この治療の途中でも普通のアレルギー症状に対しての薬を使用することが出来ますので安心ください。

なお、この治療はどの病院でもできるわけではなく、指定された医師のいる医療機関に限られるため、治療を希望される方は受診の前に一度確認してみる事をおすすめします。

【(一社)桶川北本伊奈地区医師会】