

いっしょに健康づくり



健康増進課

東保健センター 〒362-0015 緑丘2-1-27
(母子保健・予防接種) ☎774-1414・☎774-8188

西保健センター 〒362-0074 春日2-10-33
(成人・精神保健) ☎774-1411・☎776-7355

3月31日(土)
締め切り

予防接種の受け忘れにご注意を

対象期間を過ぎた予防接種は全額自己負担となります。ご注意ください。

■麻しん風しん混合ワクチン(2期)

☎平成23年4月2日～平成24年4月1日生まれの子ども(小学校入学前年度) ☎母子健康手帳、予診票 ☎直接、実施医療機関へ

■高齢者肺炎球菌ワクチン

☎過去に高齢者肺炎球菌ワクチンの接種をしていない人で、次の①～③のいずれかに該当する人①昭和27年4月2日～昭和28年4月1日生まれ②昭和22年4月2日～昭和23年4月1日生まれ③昭和18年4月1日以前生まれ ☎5,000円 ☎健康保険証、予診票(市内医療機関、保険年金課、高齢介護課、各支所・出張所、東・西保健センターにある) ☎直接、実施医療機関へ

産後サポート事業

～赤ちゃんと😊アッピータイム～

生まれたばかりの赤ちゃんとの生活は、楽しいことや発見がいっぱいです。一方で、慣れない育児に戸惑いや不安を感じる時期でもあります。

授乳、赤ちゃんとの過ごし方、産後の体調などについて、助産師と一緒に話しませんか。皆さんの子育てを応援します！ ☎①2月26日(月)②3月9日(金) ※時間はいずれも10時～11時30分です。☎東保健センター ☎産後の体調管理や赤ちゃんのお世

話について助産師による講義、参加者同士の交流、助産師・保健師による育児相談他 ☎1か月児健診を終了している乳児と母親①平成29年11月～平成30年1月生まれ②平成29年12月～平成30年2月生まれ ☎各15組(先着順) ☎①は2月5日(月)、②は2月20日(火)のそれぞれ9時から電話で、東保健センターへ



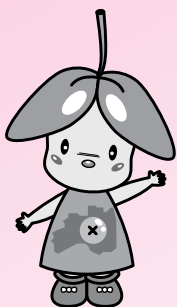
募集します

保健師 助産師

【勤務場所】東・西保健センター ☎乳幼児健診、相談事業などに従事 ☎保健師・助産師資格を有する人 ☎若干名 ☎2月13日(火)までに直接か電話で東保健センターへ

プレママ教室

ママ友づくりや妊娠中の生活、赤ちゃんとの過ごし方、市の制度などについて一緒に話しませんか。マタニティライフを応援します！ ☎①3月14日(水)9時10分～15時20分②3月22日(火)9時10分～12時(全2回) ☎東保健センター ☎①妊娠中の生活・栄養・調理実習・口腔ケア・出産準備②赤ちゃんの保育と制度、もく浴実習 ☎平成30年5～8月に出産予定の人 ☎400円 ☎30組(先着順) ☎電話で東保健センターへ



血管年齢測定器の利用日



■市役所(1階総合案内西側付近)

☎(月)～(土)の開庁日8時30分～17時

■東・西保健センター

☎(月)～(金)8時30分～17時

※東・西保健センター設置分は、事業などで使用している場合は利用できません。

母子・成人・精神保健事業スケジュール

各事業についての詳細は『健康カレンダー』または市ホームページをご覧ください。『健康カレンダー』は東・西保健センター、市役所、支所・出張所にも置いてあります。

母子保健 東保健センター

- 離乳食教室開始期・初期 2月15日(木)10:00~11:10【要予約】
④4か月児健康診査を終了した子どもと保護者 ⑤50円
- にこにこ健康相談会 2月19日(月)9:00~10:00
- 10か月児健康相談 2月28日(水)9:00~10:00 ④平成29年4月生まれの子どものと保護者
- フッ素塗布 3月2日(金)13:15~14:00 ④西保健センター ⑤1,404円

成人・精神保健 西保健センター

- 統合失調症の家族サロン 2月15日(木)13:30~15:00
- 臨床心理士によるこころの悩み相談 2月19日(月)13:15~16:10、3月8日(水)9:15~12:10【要予約】
- クローバーの会 2月20日(火)13:30~15:30【要予約】
- 食事でむりなく脱メタボ塾 2月21日(水)、3月9日(金)14:15~14:45【要予約】 ④食生活を改善したい人
- 動いて楽しく脱メタボ塾 2月28日(水)、3月5日(月)13:30~15:30【要予約】 ④40~69歳の運動制限のない人
- 健康応援相談 3月12日(月)13:30~【個別相談は要予約】
- 精神科医によるこころの健康相談 3月14日(水)13:00~15:00【要予約】

平日夜間・休日診療

平日夜間診療

- 小児科/内科
「平日夜間及び休日急患診療所」で行っています。
(緑丘2-1-27東保健センター3階 ④774-2661・④772-1353)
【診療日】(月)~(金)(祝を除く)
【受付時間】20:00~21:30

休日診療

- 小児科/内科/外科
「平日夜間及び休日急患診療所」(左記参照)で行っています。
【診療日】(日)・(祝)
【受付時間】9:00~11:30、13:00~15:30

平日夜間及び休日急患診療所は、急患の人に応急的診療だけを行います。慢性疾患の診療やかかりつけ医などと同様の精密検査などには対応していません。また、投薬は最低日数分になります。

- 歯科
「北足立歯科医師会休日診療所」で行っています。
(鴻巣市赤見台1-15-23、④048-596-0275)
【診療日】(日)・(祝)
【診療時間】9:30~12:30

産科 2月当番医 【診療時間】9:00~12:00、13:00~16:00

4・18日	上尾中央総合病院	④773-1111・④773-7122
11・25日	ひらしま産婦人科	④722-1103・④722-1146
12日	ナラヤマレディースクリニック	④771-0002・④771-3922

※広報掲載の後、当番医の変更が生じる場合もあります。各新聞の埼玉版休日医欄も参考の上、受診してください。

埼玉県救急電話相談

急な病気やけがに関して、看護師の相談員が医療機関を受診すべきかどうかなどをアドバイスしますので、判断に迷ったときは気軽に電話してください。

- 【相談時間】24時間365日
- 【電話番号】④#7119または④048-824-4199(ダイヤル回線、IP電話、PHSを利用する場合)
- ※これまでどおり、次の番号も利用できます。
- 大人の救急電話相談/④#7000
- 小児救急電話相談/④#8000または④048-833-7911

今月の健康

No.441

成人矯正

現代社会では多くの人が「健康で文化的な生活を送ること」を望み、健康であるとともに美しくありたいと思っています。昔から美しい人を表現するのに、「明眸皓齒」という言葉が使われています。明るく澄んだ目と白く美しい歯は、美しさに重要な要素と考えられていました。矯正治療は、乱杭歯(歯の凸凹)、出っ歯や受け口などの歯並びをきれいに並べてかみ合わせを改善することや、前歯の位置を改善することで口元の形をきれいに整えることを大きな目的としています。

かつては、矯正治療を受けるのは子どもの割合が多かったようですが、最近では健康志向や美意識の高まりから、成人になってから矯正治療をする人が増え、皆さんにとってより身近な治療になってきています。

歯並びが悪いと、次のような障害が起こります。①食べ物をうまくかめない(咀嚼機能障害)②歯が磨きにくく虫歯や歯周病、口臭の原因になる③言葉がはつきりしない(発音障害)④外見の悪さから劣等感に陥る(心理的障害)。矯正治療はこれらの問題を改善してトラブルが起こりにくくすること、健康を一段と増進させる治療です。

基本的には年齢による制限はなく、高齢者でも治療は可能ですが、歯や歯茎が健康な状態ではない場合は、治療に制限があったり、治療が受けられなかったりすることもあります。使用する矯正装置は金属のワイヤーやマウスピースを用いたものなど、その他にもさまざまなものがあります。歯並びやかみ合わせが悪くお困りの人は、ぜひ一度お近くの歯医者さんに相談してください。

北足立歯科医師会

