



本庄市保健センターの事業.....対象者は本庄地域にお住まいの人です。

内容	日時	対象	その他
3～4か月児健康診査	12月21日 受付/午後1時～1時30分	平成18年8月生まれ	対象者に通知します。 電話による育児相談も随時受け付けています。
9～10か月児健康相談	12月21日 受付/午前9時30分～10時	平成18年2月生まれ	
1歳6か月児健康診査	12月20日 受付/午後1時～1時30分	平成17年5月生まれ	
2歳児健康相談	12月22日 受付/午前9時30分～10時	平成16年11月生まれ	
3歳児健康診査	12月22日 受付/午後1時～1時30分	平成15年11月生まれ	
B C G 予防接種	12月1日 受付/午後1時～1時30分	平成18年8月生まれ	対象者に通知します。 接種可能な月齢は6か月未満です。
コアクラス (育児学級)	12月12日 午前10時～11時30分	2～3か月児と保護者	対象者に通知します。
カンガルー広場 (情報交換の場)	12月12日 午前9時30分～正午	0～2歳児と保護者	おやつを持ち込みはご遠慮ください。
すくすく相談 (育児・栄養相談、計測)	12月13日 午前9時30分～11時30分		前日までに電話予約してください。
おや親タマゴ(全4回)	12月1日・8日・15日・16日 午前9時30分～正午	これからママ・パパになる人	初日の前日までに電話予約してください。16日はできるだけご夫婦でご参加ください。児玉地域の人も対象。

児玉保健センターの事業.....対象者は児玉地域にお住まいの人です。

内容	日時	対象	その他
3～4か月児健康診査	1月9日 受付/午後1時30分～2時	平成18年8月～9月生まれ	対象者に通知します。 電話による育児相談も随時受け付けています。
9～10か月児健康相談	1月9日 受付/午前9時30分～10時	平成18年2月～3月生まれ	
1歳6か月児健康診査	12月20日 受付/午後1時30分～2時	平成17年6月～7月生まれ	
2歳児健康相談	12月19日 受付/午前9時30分～10時	平成16年10月～11月生まれ	
3歳児健康診査	12月19日 受付/午後1時30分～2時	平成15年10月～11月生まれ	
B C G 予防接種	12月15日 受付/午後1時30分～2時	平成18年8月生まれ	対象者に通知します。 接種可能な月齢は6か月未満です。 終了後のひよこクラスにもぜひご参加ください。
ひよこクラス (育児学級)	B C G 予防接種後に開催します。		
ゆうゆう広場 (情報交換の場)	12月4日・1月10日 午前9時30分～正午	0～3歳児と保護者	おやつを持ち込みはご遠慮ください。
すくすく相談	12月7日 午前9時30分～11時30分		前日までに電話予約してください。

# 年末年始の 休日歯科診療

(診療は午前10時から正午までです。)

12月30日	高柳歯科医院	本庄市	6480
	ひかる歯科クリニック	神川町	嫉1418
12月31日	春山歯科医院	本庄市	姪0472
	鈴木歯科クリニック	本庄市	4188
1月1日	日の出木村歯科	本庄市	6488
	竹内歯科医院	本庄市	8817
1月2日	萩原歯科医院	本庄市	8110
	石井歯科医院	本庄市	2305
1月3日	江川歯科医院	本庄市	2757
	もろおか歯科医院	本庄市	0222

# 休日急患の診療

休日急患診療所

(本庄市保健センター内 2003)

診療時間 午前9時～午後4時

診療科目 内科・小児科

健康保険証を持参してください。

在宅当番医療機関

診療は午前中のみです。当番医は変更になる場合もありますので、確認してからお出かけください。

12月3日	松本産婦人科医院	本庄市	3377
12月10日	飯塚耳鼻咽喉科医院	上里町	嫉2313
12月17日	飯塚内科産婦人科	本庄市	6311
12月23日	生坂医院	本庄市	4670
12月24日	池田レディースクリニック	本庄市	2048
1月7日	五十嵐整形外科医院	本庄市	2313
1月8日	黒岩整形外科医院	上里町	嫉0551

119番は、緊急時(火災やけが人など)の受付専用電話番号です。夜間など、時間外に診療可能な病院については、児玉郡市広域消防本部指令課(1119)でご案内していますので、ご利用ください。ただし、診療科目によっては、県外や児玉郡市以外の病院をご案内する場合があります。

## 整形外科(運動器疾患)外傷の処置について

ICE REST  
冷却 安静

運動器とは骨、関節、筋肉、腱、神経を総称し、主に整形外科が治療する臓器です。最近では野球、サッカー、バスケット、バトミントン、各種格闘技などスポーツの多様化、交通事故、高齢者の転倒などにより運動器疾患が増えています。スポーツ現場で、事故現場で、転倒現場等で「ケガ」が起こったときに、病院や診療所にかかるまでの間に、損傷部位の被害を最小限にとどめるために行う処置を「応急処置」といいます。この処置を適切に行えば、早期にスポーツや仕事場、社会に復帰することができます。

しかし、応急処置をしなかったり、不適切な処置を行うと復帰に時間がかかります。意識消失やショックのある場合を除いて、比較的軽微な手足の外傷の応急処置について述べます。

応急処置の基本はRICE療法です。

### 医療メモ

本庄市児玉郡医師会広報部

このような処置をして病院、診療所に行ってください。さらに、機能障害、局所の腫脹、変形、疼痛、異常可動性、軋轢音があれば、骨折の局所症状です。専門医にてレントゲン撮影が必要です。特に小児・学童の場合は、腫脹、変形、疼痛の比較的軽微な骨折があり、レントゲン検査が必要です。

運動器とは骨、関節、筋肉、腱、神経を総称し、主に整形外科が治療する臓器です。最近では野球、サッカー、バスケット、バトミントン、各種格闘技などスポーツの多様化、交通事故、高齢者の転倒などにより運動器疾患が増えています。スポーツ現場で、事故現場で、転倒現場等で「ケガ」が起こったときに、病院や診療所にかかるまでの間に、損傷部位の被害を最小限にとどめるために行う処置を「応急処置」といいます。この処置を適切に行えば、早期にスポーツや仕事場、社会に復帰することができます。

しかし、応急処置をしなかったり、不適切な処置を行うと復帰に時間がかかります。意識消失やショックのある場合を除いて、比較的軽微な手足の外傷の応急処置について述べます。

応急処置の基本はRICE療法です。

ICE(冷却) 二次性の低酸素障害による細胞壊死と腫脹を抑えることが目的です。ビニール袋やアイスパックに氷を入れて冷やします。

COMPRESSION(圧迫) 患部の内出血や腫脹を防ぐことが目的です。スポンジやパッドを腫脹が予想される場所に当て、テーピングや弾性包帯で軽く圧迫気味に固定します。

ELEVATION(挙上) 腫脹を防ぐことと、腫脹の軽減を図ることが目的です。損傷部位を心臓より高く上げるようにします。

REST(安静) 損傷部位の腫れや血管、神経の損傷を防ぐことが目的で、副子やテーピングで損傷部位を固定します。

## 障害者生活支援センター 『さわやか』

5620 FAX 5640

同じ障害がある人による相談

肢体不自由の人 随時受付

聴覚障害のある人 13日

視覚障害のある人 10日

理学療法士による相談

身体障害のある人 16日

介助教室

介助の人 23日

もの作りクラブ

身体障害のある人・その家族 22日

絵手紙教室

身体障害のある人・その家族 23日

は市民プラザで実施します。

時間 午前9時30分～11時30分  
午後1時～3時  
午後1時30分～3時30分

