



みんなのけんこうガイド

★本庄市保健センター ☎ 2003
※お問い合わせは、午前8時30分からです。

●育児相談・学級 【会場】本庄市保健センター

相談・学級	内容	日時	申込
すくすく相談	身長・体重の計測、 育児・栄養相談	3月13日(木)・4月24日(木) 午前9時30分～11時 ※3月13日(木)は、児玉保健センターで実施。	定員あり 各実施月の1日から本庄市保健センターへ (※電話による育児相談は随時受け付けています。)
母乳相談	母乳に関する相談	4月24日(木) 午前9時30分～11時	
おや親タマゴ	プレママ's キッチン	3月20日(木) 午前9時30分～正午	定員あり (随時受付)
	はじめて生活 withベビー	4月12日(土) 午前9時30分～正午	

くらしの情報をすてーしょん

感染症の流行を防ぐために

予防接種を受けましょう

病気にかからないように、また、重症にならないように、まだ接種していないお子さんは、予防接種を受けましょう。

※接種対象年齢を過ぎて接種した場合は、全額自己負担になります。

※予防接種がお手元にならない場合は、本庄市保健センターへご連絡ください。

一種混合（ジフテリア・破傷風） 予防接種

予防接種は、学校を通じて小学校6年生に配布していますのでご確認ください。

対象 13歳未満の人

接種期間 13歳の誕生日の前々日まで

費用 無料

麻しん・風しん（MR） 予防接種

麻しん（はしか）は、1回のみの予防接種では免疫力が低下するため2回接種することになっています。

平成25年度の接種対象者

- 1期 生後12～24月未満の人
- 2期 平成19年4月2日～平成20年4月1日生まれの人

接種期間（2期） 3月31日(月)まで
費用 無料

日本脳炎予防接種

一時見合わせていましたが、現在は新しいワクチンの接種を再開しています。

次の期間に生まれた人は、特例対象者として通常の接種期間以外でも接種が可能です。現在までの接種回数を確認し、不足回数を接種してください。

対象 平成7年4月2日～平成19年4月1日生まれの人

接種回数

1期 3回接種

2期 9歳以上で1回接種

※1期の接種後、おおむね5年の間隔を空けて接種してください。

脂肪を燃やせ！ 「燃焼系ウォーキング」

手軽にしっかり汗をかくウォーキングを体験しませんか。

春の風を感じながら、市内を爽快に歩きましょう。

日時 4月3日(木) 午前9時30分～11時30分

※小雨決行。中止の場合は連絡します。

集合場所 観光農業センター

内容 準備運動、小山川土手など屋外ウォーキング（約7km）

対象 74歳までの市内在住者

定員 25人（先着順）

用意 運動する服装、運動靴、汗拭き用タオル、水分補給用の飲み物
※リュックサック等で、両手が空くように準備してください。

申込 3月13日(木)から電話又は直接本庄市保健センターへ

●子宮頸がん予防ワクチン

平成25年6月14日付で厚生労働省より「積極的勧奨の差し控え」について勧告通知がありました。

市では、この勧告に基づき接種の積極的な勧奨を一時的に差し控えています。ただし、定期接種自体は中止していません。接種を希望する人は、有効性及び副反応等について十分に理解したうえで、接種を受けてください。

※予防接種は、法改正により制度が変わる場合があります。今後、変更がある場合は、広報紙や市ホームページ等でお知らせします。

接種期間 20歳の誕生日の前々日まで

費用 無料

歯ブラシの突き刺し事故

医療メモ

本庄市児玉郡歯科医師会

乳幼児が歯みがき中に、歯ブラシをくわえたまま転倒するなどして、口腔内に歯ブラシを突き刺す事故例が多数報告されています。しかし、その危険性が、保護者によく伝わっていないようです。乳幼児が自分で歯みがきをする際には、必ず保護者がそばに付き添い、注意を払いましょう。

消費者庁と独立行政法人国民生活センターが共同して事故情報等を収集している「医療機関ネットワーク」(全国13医療機関が参画)によると、歯みがき中の歯ブラシによる受傷例は、平成22年12月から25年1月末までの間に50件あり、その内49件が6歳以下の乳幼児の事故でした。年齢別では、1歳児が23件(46.9%)で最も多く、次が2歳児の12件(24.5%)です。

受傷原因では、歯みがき中に歩くなどして転倒した例が31件で過半数を占めます。また、東京消防庁のデータでは、平成19年から23年までの5年間に、歯みがき中に歯ブラシで受傷した事故で、5歳以下の乳幼児229人が救急搬送

されています。年齢別では、1歳児が108人(47.2%)で最も多く、次いで2歳児が62人(27.1%)で、この両者で搬送例の大半を占めています。

歯ブラシは、先端がとがっているわけではなく細長いために力が加わると意外に深く刺さりやすい。咽頭に刺入した方向により、上方では脳に、垂直から下方では咽頭の深部組織に達し、そこから縦隔まで炎症が波及することもあります。また、左右方向では頸動脈、静脈といった主要な血管を損傷し、大出血につながる可能性もあります。

実際に、乳幼児に1人磨きをさせている保護者が多いのが実情です。消費者庁と国民生活センターが、0〜3歳児を持つ保護者計1,200人を対象に行ったアンケート調査では、その約4分の1が、子どもが歯みがき中に歯みがきでケガをした、又はケガをしそうになった経験があると答えています。また、約80%の保護者は、歯ブラシによる事故の危険性を感じていたそ

うです。しかし、口腔内に歯ブラシが突き刺さる事故が現実にも多発していることを知っている人は、約3割しかいませんでした。

日本小児歯科学会では、歯みがきの導入から自立へ向け、乳児期から幼児期に向けた歯みがきについて、幼児期前半までは、親が正座をした膝の上子どもを仰向けに寝かせてみがく「寝かせみがき」を推奨しています。幼児期後半では、立位で親が背後から子どもの顎を支えてみがく「立たせ後ろみがき(スターキーズポジション)」を推奨しています。

また、事故を起こさないために、次の3項目を特に注意しましょう。

- ①歯ブラシを口に入れたまま、又は手に持ったまま歩き回らない
- ②人やものにぶつかってケガをすることのないよう、周囲の状況にも気をつける
- ③イスや踏み台などから転落してケガをすることのないよう、不安定な場所では歯みがきをしない

休日急患の診療

●本庄市児玉郡医師会立本庄市休日急患診療所(日曜・祝日開設)
(本庄市保健センター内 ☎ 3322)

診療時間 午前9時～正午、午後1時～4時、午後7時～10時

診療科目 内科系疾患

※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。

3月9日(日)	服部クリニック	東台4丁目	☎ 4671
3月16日(日)	春山眼科医院	けや木1丁目	☎ 2160
3月21日(祝)	ヒグチクリニック	栗崎	☎ 5300
3月23日(日)	へんみ眼科医院	小島1丁目	☎ 3702
3月30日(日)	鈴木外科病院	児玉町八幡山	☎ 1235
4月6日(日)	上武病院	小島5丁目	☎ 0111

ご利用ください!小児救急電話相談「#8000」

休日や夜間の子どもの急病時にご利用ください。県内であれば、プッシュ回線の電話や携帯電話から「#8000」を押すとつながります。

(相談料無料・通話料利用者負担)

受付時間

- ・月曜日～土曜日 午後7時～翌日午前7時
- ・日曜日、休日、年末年始 午前9時～翌日午前7時

★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。