



# 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	4月23日(木)・5月21日(木) 午前9時30分～11時(15分ごとに3組) ※5月21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23日(木) 午前9時30分～11時(15分ごと)	
おや親タマゴ「はじめて生活withベビー」	妊娠中の生活、お風呂の入れ方の実習など	4月25日(土) 午前9時30分～正午	定員あり(随時受付)

### 高齢者用肺炎球菌ワクチン 予防接種を実施します

対象者には、3月末に予診票を郵送しました。接種を希望する人は、予診票を持参のうえ、同封した通知に記載の実施医療機関で接種を受けてください。なお、対象者で予診票が届いていない場合は、本庄市保健センターへお問い合わせください。

**対象** (年齢は、平成27年4月2日から平成28年4月1日までに達する年齢です)

○65・70・75・80・85・90・95・100歳になる人

○接種日時時点で60歳以上65歳未満の人で、心臓・じん臓・呼吸器に一定の機能障害又はヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能の障害を有する人

※既に肺炎球菌ワクチン(23価肺炎球菌莢膜ポリサッカライド)の接種を受けた人は接種対象外です。

**接種期間** 4月1日(木)～平成28年3月31日(木)

**自己負担額** 2,000円

※生活保護世帯の人は無料。

**接種回数** 生涯1回

※かかりつけ医が埼玉県内の他の市町村にいる場合、埼玉県の接種協力医であれば接種できます。接種協力医については、かかりつけ医又は本庄市保健センターへお問い合わせください。

### 本庄市ウェルカムベビー(不妊治療費) 助成金制度を開始

市では、不妊に悩むご夫婦を経済的に支援する助成事業を4月1日(木)から開始します。

#### 【対象者】

- ・法律上の婚姻関係にある夫婦
- ・特定不妊治療(体外受精及び顕微授精治療等)及び一般不妊治療(タイミング法、人工授精、検査・検診、画像診断・処置、投薬等)を受けた人
- ・治療を受けた人が、助成金の交付を申請する1年以上前から本庄市に住民登録をしていること
- ・各医療法による医療保険に加入していること
- ・市税に滞納がないこと

※夫婦以外の第三者からの精子、卵子、胚の提供による不妊治療及び代理母等は対象外です。

#### 【助成内容】

申請日の属する年度中に、医療機関で受けた保険診療対象外の治療に要した費用の自己負担額を対象とし、夫婦1組につき、1年度当たり10万円を限度とし、通算して5年度まで補助します。

※埼玉県不妊治療費助成事業助成金(以下「県助成金」という)の支給決定を受けている人は、対象額から県助成金を控除した額を補助します。

#### 【申請に必要なもの】

- ・本庄市不妊治療費助成金交付申請書(様式第1号)
- ・本庄市不妊治療実施証明書(様式第2号)
- ・不妊治療費領収書、健康保険証、振込先の通帳、印鑑ほか(申請内容により異なります。詳しくは本庄市保健センターへお問い合わせください。)

○4月1日(木)から埼玉県不妊治療費助成事業において男性不妊治療費の助成が実施されます。詳しくは、本庄保健所(☎26481)へお問い合わせください。

脂肪を燃やせ!

「燃焼系ウォーキング」

外でからだを動かしやすい季節がやってきました。

手軽で、しっかり汗もかけるウォーキングを体験してみませんか。

日時 4月28日(火) 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 本庄市保健センター

内容 準備運動、屋外ウォーキング(1時間程度)、ストレッチ

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、汗拭きタオル、飲み物

※リュックサック等で、両手が空くようにご準備ください。

申込 4月14日(火)から電話又は直接本庄市保健センターへ



## 皮脂欠乏性湿疹<sup>しっしん</sup>

## 医療メモ

本庄市児玉郡医師会広報部

冬季にみられる皮膚病の中で最も多いのは、皮膚の乾燥が原因で起こる皮膚疾患です。秋から春までの間は、大気中の湿度が低下している日が多く、皮膚がかさかさしてかゆくなったり、口唇が乾燥して痛くなったりした経験をお持ちの人が多いと思います。

皮膚表面の皮脂が何らかの理由で足りなくなって角質が乾燥し、バリアが壊れて発症するのが皮脂欠乏性湿疹です。この疾患は体の部位によってもできやすいところと、できにくいところがあります。人間の皮膚は皮脂の分泌が多いところと少ないところが存在し、皮脂の分泌が少ない四肢伸側、特にひざや足首などの伸側部によく発症します。皮膚の症状は、赤くかさかさしてかゆみを伴います。ひどくなると粉をふいたようになり、小さな赤いひび割れがたくさん見られたりします。かゆみが強いのでかいてさらに悪化していきます。特に、夜お布団に入ってから体が温まるとかゆみが強くなり睡眠を妨げることもあります。このような状態になってから保湿剤を塗っても改善させることは難しく、むしろ、保湿剤の刺激で悪化することのほうが多いようです。

この病気にならないためには、皮脂欠乏にならないように正しいスキンケアをすることが必要です。特に空気が乾燥してくる秋になったら、刺激性の少ない保湿剤を塗って皮膚が乾燥しないようにケアすることが大切です。もう一つ大事なことは、入浴時に体を擦り過ぎないことです。若い年齢層の人でもナイロンタオルなどでゴンゴシ擦るとこの病気になることがあり、高齢の人は皮脂の分泌が少なく乾燥肌傾向が強いので尚更です。洗うときは肌に刺激の少ないタオルや手で石けんを泡立ててやさしく洗ったほうが良いでしょう。そして、入浴後に保湿剤を塗るタイミングはできるだけ早いほうが皮膚の乾燥を防げます。保湿剤の種類にもよりますが、1日2回塗るほうが保湿効果に優れているといわれています。

私たちが住んでいる埼玉県北部は、冬季には乾燥した冷たい北風(赤城おろし)が吹き、皮膚の乾燥によるトラブルが多いので注意が必要です。

## 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・休日開設)  
(本庄市保健センター内 ☎③3322)

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。

4月5日(日)	辻クリニック	上里町七本木	☎③1116
4月12日(日)	田所医院	けや木1丁目	☎②3445
4月19日(日)	高山整形外科	見福2丁目	☎②3245
4月26日(日)	寺坂医院	西富田	☎②3343
5月10日(日)	中沢皮膚科	東台2丁目	☎②1112

●小児夜間初期救急診療(本庄総合病院内 ☎⑥6111)

診療日 毎週火曜日(休日は除く)午後6時～9時

対象 中学生まで

●電話相談をご利用ください

(相談料無料・通話料利用者負担)

・「#8000」小児救急電話相談

(IP電話、ひかり電話、ダイヤル回線からは、

☎048-833-7911)

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

・「#7000」大人救急電話相談

(IP電話、PHS、ダイヤル回線からは、

☎048-824-4199)

受付時間 毎日 午後6時30分～午後10時30分

★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(☎②1119)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。