



みんなの けんこうガイド

★本庄市保健センター ☎ 242003
※お問い合わせは、午前8時30分
からです。

※児玉保健センターは検診などを行う事業を除いて職員が不在です。お問い合わせは本庄市保健センターへ

●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	6月21日(木) 午前9時30分～11時	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	6月21日(木) 午前9時30分～11時	
おや親タマゴ	マタニティエクササイズ	6月13日(水) 午前10時～正午	
	母乳・沐浴	5月26日(土) 午前9時30分～正午	
	食事	5月24日(木) 午前9時30分～正午	

●コアクラスのお知らせ

【会場】本庄市保健センター

内容	対象	日時	申込
子どもの心やことばの育ちについて	1～1歳4か月児 とその保護者	6月7日(木) 午前10時～11時30分	各回先着15組。 1回ごとの参加もできま す。 5月14日(月)から本庄市保 健センターへ
子どものからだの発達について		6月12日(火) 午前10時～11時30分	
子どもの成長に欠かせない食事		6月22日(金) 午前10時～午後0時30分	
親子ふれあい体操		6月27日(水) 午前10時～11時30分	

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 ☎ 243322）

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。

ご利用ください！小児救急電話相談「#8000」

休日や夜間のお子さん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～11時

・日曜日、祝日、年末年始 午前9時～午後11時

5月13日(日)	中村 外科 医院	日の出3丁目	☎ 246211
5月20日(日)	春山 眼科 医院	けや木1丁目	☎ 242160
5月27日(日)	ヒグチクリニック	栗 崎	☎ 255300
6月3日(日)	上 武 病 院	小島5丁目	☎ 240111
6月10日(日)	へんみ眼科 医院	小島1丁目	☎ 243702

★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(☎ 241119)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。

医療メモ

本庄市児玉郡医師会広報部

赤ちゃんが何か飲み込んだ、どうしよう？

赤ちゃんの事故で一番多いのは異物誤飲です。窒息することもあり、赤ちゃんの目の高さや手の届くところに危険なものを置かないよう注意しましょう。500円硬貨は直径が27mmですが、直径39mm以下のものは飲み込むことが出来ます。赤ちゃんが誤飲したと思ったら、何をどれくらい飲み込んだのか確認しましょう。ものによっては吐かせると危険なものがあります。

このような時は至急病院へ

とがったもの、バス用洗剤などの強酸性、強アルカリ性製品、除光液などの石油製品は吐かせると危険です。飲み込んだときは、至急病院へ連れて行きましょう。また、飲み込んだあとぐったりしたり、呼吸が苦しそうなときにも至急病院へ連れて行きましょう。



吐かせる方法

赤ちゃんの顔を下に向け、口に人差し指を入れ、舌のつけ根を強く押し下げます(図1)。1歳未満なら、うつぶせにし、赤ちゃんを抱え、頭を下げて背中を叩きます(図2)。



図1



図2

危険度が高い異物

医薬品とタバコです。医薬品はとにかく吐かせ、医師に相談してください。タバコ1本のニコチンは、乳児2人分の致死量です。2cm以上のタバコや吸殻を入れた水を飲んだら、吐かせてから至急病院へ連れて行きましょう。

吐かせると危険なものは先述したほか、ボタン電池や乾電池があります。電池類は食道や胃にとどまると粘膜に穴が開く危険がありますので、至急病院に連れて行きましょう。



医師に相談してください

危険度が少し低くなるものとして少量の台所洗剤、硬貨などがあります。洗剤をなめた程度なら様子を見ましょう。量が多いときにはまず吐かせてから医師に相談してください。硬貨は便とともに出ますが、医師に相談してください。

電源に差し込んだポットやジャーのコードを口に入れると中でショートし、口の中が大やけどとなります。日頃から畳や床の上に危険物を置かないよう心がけてください。

参考資料 「よくわかる赤ちゃんとお子さんの病気&事故 齋藤加代子監修 主婦の友社」

あたたかい愛の心で「献血」にご協力ください

日時 5月22日(火) 午前9時30分～11時15分、午後0時30分～4時
会場 市役所1階市民ホール
対象 16歳から69歳までの人(ただし、65歳から69歳までの人は、60歳から64歳までの間に献血をしたことがある人に限ります。)
※疾病や服薬などにより、献血できない場合があります。

種類 全血(400ml・200ml)
★本庄市保健センター ☎2420003



生活機能基本于エックリス トを発送しました

市では、一定の年齢の人に生活機能基本于エックリス トを発送しました。

自宅に届かなかった人で介護予防事業に興味のある人には、希望により同様のものを郵送します。その結果によって介護予防事業の勧誘をさせていただきますので、お気軽にお申し出ください。

対象 要介護度のない65歳以上の
申込 電話又は直接左記へ

★介護いきがい課 ☎1127