

いきいき元気 みんなの健康



●問い合わせ

熊谷保健センター ☎526-5737
〒360-0014 箱田1-2-39
大里保健センター ☎0493-39-1115
〒369-0107 向谷373-1
妻沼保健センター ☎588-1516
〒360-0292 弥藤吾2441-1
母子健康センター ☎525-2722
〒360-0812 大原1-5-36
在宅ケアセンター ☎526-1256
〒360-0812 大原1-5-36
健康づくり課 ☎528-0601
〒360-0014 箱田1-2-39

健康相談

とき	ところ
11月9日(木)	上之荘
11月10日(金)	別府荘
11月13日(月)	市役所1階ホール

時間 9時30分～11時30分
相談員 保健師

◆熊谷保健センター

こころの健康相談

とき 11月9日(木)
9時45分～11時30分(予約制)

ところ 熊谷保健センター

相談員 臨床心理士・保健師等

費用 無料

※相談内容がもれることはありません。

◆熊谷保健センター

女性専門健康相談

女性の体はとても繊細です。女性特有の体のトラブルや、健康に関することについて、お気軽にご相談ください。

とき 11月10日(金)

14時～15時30分

ところ 熊谷保健センター

相談員 保健師

※相談内容がもれることはありません。

◆熊谷保健センター

骨の健康教室

若いときから骨粗しょう症予防

対象 20歳以上65歳未満の女性市民

とき	内容
11月20日(月) 9時～11時	骨密度測定(申込時に日時を決めます。)
11月21日(火) 9時～11時	骨密度測定結果説明(医師・栄養士による骨粗しょう症予防の講話、カルシウムを多く含む料理の試食)

ところ 熊谷保健センター

定員 先着70人

費用 無料

申し込み 10月16日(月)から電話で左記へ。

※骨粗しょう症治療中の方は、主治医と相談の上、お申し込みください。

◆熊谷保健センター

「高脂血症予防」の

ための健康料理教室

～あなたの血管、大丈夫？～

対象 市内在住の方(基本健診を受けた方はぜひ参加してください)

とき 11月16日(木)

9時15分～12時

ところ 熊谷保健センター

2階調理実習室

定員 先着22人

費用 調理実習費 500円

申し込みは10月16日(月)から電話で左記へ。

◆熊谷保健センター

ママパパ教室

初めてママ、パパになる方の妊娠中および出産、育児についての準備講座で1コース3日間です。

対象 市民の方で初妊婦と夫※妊婦さんの体調の良い時であればいつでも参加できます。

とき 11月2日(木)・9日(木)・16日(木) 受付12時45分～

講義13時～16時頃

ところ 母子健康センター

定員 先着25組

持ち物 母子健康手帳・筆記用具

申し込み 予約制です。電話で左記へ。

◆母子健康

センター



10月の献血

とき 10月18日(水)

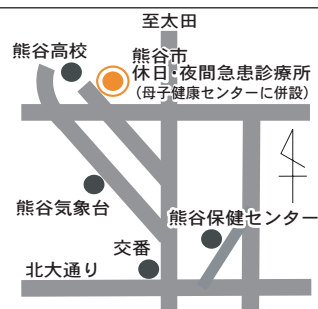
9時30分～16時

ところ 妻沼公民館

◆妻沼保健センター

■熊谷市休日・夜間急患診療所 (所在地: 大原1-5-36)

休日診療 診療日 10/1・8・9・15・22・29 11/3・5・12・19・23・26			
内科・小児科 ☎525-2720	歯科 ☎525-2721		
受付時間 9:00～11:00 診療時間 9:00～12:00	受付時間 9:00～11:00 診療時間 9:00～12:00		
13:00～15:00 13:00～16:00	13:00～16:00		
夜間診療 (診療日毎日)	内科・小児科 ☎525-2720	受付時間 19:00～21:30 診療時間 19:30～22:00	



●大里保健センターの保健事業 0493-39-1115

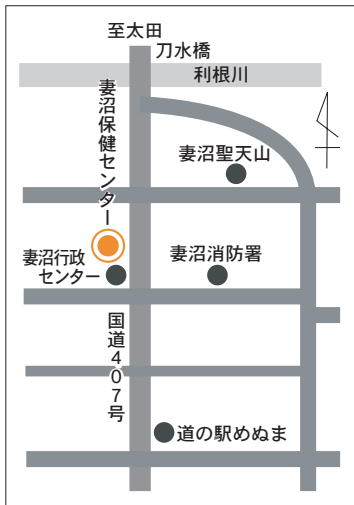
事業	実施日時	対象者等
乳児健診	10/25(水) 13:00～13:20受付	旧大里町域に住所を有する 平成18年5月・6月生まれの乳児
1歳6か月児健診	10/26(木) 13:00～13:20受付	旧大里町域に住所を有する 平成17年3月・4月生まれの幼児
3歳児健診		旧大里町域に住所を有する 平成15年4月・5月生まれの幼児
わくわくひろば 開放日	10/10(火)・17(火)・24(火)・ 31(火)、11/7(火)・14(火) 10:00～12:00	乳幼児と保護者
健康相談	10/18(水)、 11/1(水)・15(水) 10:00～11:00	市民 内容：血圧測定・尿検査等

乳幼児健診の該当者には通知します。

●妻沼保健センターの保健事業 588-1516

事業	実施日時	対象者等
乳児健診	11/21(火) 13:00～13:30受付	旧妻沼町域に住所を有する 平成18年6月・7月生まれの乳児
1歳6か月児健診	11/14(火) 13:00～13:30受付	旧妻沼町域に住所を有する 平成17年3月・4月生まれの幼児
3歳児健診	11/7(火) 13:00～13:30受付	旧妻沼町域に住所を有する 平成15年4月・5月生まれの幼児
なかよしひろば 開放日	10/16(月)・27(金)・30(月)、 11/6(月)・13(月)・20(月)・24(金) 9:00～17:00	乳幼児と保護者
なかよくあそぼう会	10/16(月)、11/13(月) 10:30～11:30	乳幼児と保護者
サロン (心に病を持った人の集い)	11/2(木) 10:00～11:30	メンバー制(申込み可)
若返り体操教室	10/11(水)老人憩の家めぬま荘 10/20(金)武道館 10/27(金)妻沼保健センター 10:00～11:30	「筋力がおちた」「よくつまずく」 と感じている方 ※転倒を予防するための体操教室です。

乳幼児健診の該当者には通知します。



●熊谷保健センターの保健事業 526-5737 ※申し込み制です

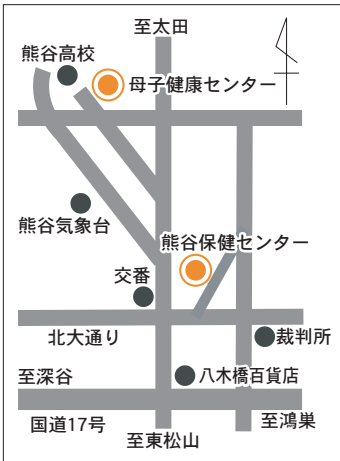
事業	実施日時	対象者等	費用
基本健康診査	毎週月・火・木曜日 13:00～13:30受付	40歳以上で、職場などでの検診機会のない市民 ※肝炎ウイルス(B型・C型)検査(今までに、肝炎ウイルス検査を受けたことのない方) 700円 ※前立腺がん検査(50歳以上の男性) 900円	1,300円
肺がん検診			無料 (必要により経たん細胞診 500円)
大腸がん検診			500円
胃がん検診	毎週月・金曜日 8:45～9:15受付	40歳以上で、職場などでの検診機会のない市民	900円
市民健康診査	毎週水曜日 8:45～9:15受付	市内在住・在勤の方	Aコース 10,670円 Bコース 18,260円 Cコース 30,180円
歯科健康診査	10/11(水)・25(水)、 11/8(水)・22(水) 13:00～13:15受付	市民	無料 (歯の撮影を希望する場合は 200円)
乳がん検診	毎週金曜日 13:00～13:30受付 ※2つの検診が同時に受けられます。単独も可。	40歳以上で、平成18年4月1日現在、偶数年齢の女性市民(2年に1回検診)	視触診およびマンモグラフィ 40歳代 2方向撮影 1,800円 50歳以上 1方向撮影 1,000円
子宮がん検診 (頸部)		20歳以上で、平成18年4月1日現在、偶数年齢の女性市民(2年に1回検診)	600円

婦人がん検診(医療機関実施)の詳細は「熊谷市くらしのカレンダー」をご覧ください。
申し込みは、電話またはハガキ(住所・氏名 ふりがな・生年月日・希望する健 検 診名を明記)で、熊谷保健センターへ。

●母子健康センターの保健事業 525-2722

事業	実施日時	対象者等
乳児健診	11/14(火) 13:30～14:00受付	旧熊谷市域に住所を有する平成18年6月1日～15日生まれの乳児
	11/21(火) 13:30～14:00受付	旧熊谷市域に住所を有する平成18年6月16日～30日生まれの乳児
1歳6か月児健診	11/8(水) 13:30～14:00受付	旧熊谷市域に住所を有する平成17年4月1日～15日生まれの幼児
	11/17(金) 13:30～14:00受付	旧熊谷市域に住所を有する平成17年4月16日～30日生まれの幼児
3歳児健診	11/10(金) 13:30～14:00受付	旧熊谷市域に住所を有する平成15年5月1日～15日生まれの幼児
	11/24(金) 13:30～14:00受付	旧熊谷市域に住所を有する平成15年5月16日～31日生まれの幼児
いきいきママの 子育て教室	11/24(金) 受付9:30～10:00 11:30終了予定	平成18年3月～4月生まれの第1子を持つ母親を対象に離乳食や歯の話等 (11/2(木)から電話で申し込み、先着30組)

乳幼児健診の該当者には通知します。



虫歯の治療は
オーダーメイドで

歯は丁寧に磨いているのに虫歯が出来てしまうとか、それ程手入れをしているわけではないのに1本も虫歯がないと度々耳にします。

がん、糖尿病、高血圧などと同じように、虫歯や歯周病も遺伝因子、生活習慣などの環境因子などによって罹りやすい方とそうでない方に分けられます。

一人ひとりの口の中、全身状態、生活環境も異なるのに、同じような治療方針で対処しても、その後の結果には大きな差が生じてしまうわけです。

患者の虫歯になりやすさをきめ細かく検査、診断して一人ひとりに合った治療が望まれるわけです。

虫歯になりやすさを診断するためには、通常の問診、視診、触診やX線診査などのほかに口の中の細菌の種類や量、唾液の量や性状、生活習慣(食生活、運動、休養、喫煙、飲酒など)等の検査が必要となります。

ヒトの体内には、700種類もの細菌が住み着いています。そのうち300種類以上の細菌が口の中に住んでいます。虫歯菌にも何種類もあって同じ種類の菌でも型の違いがあります。菌の量や組み合わせの比率も皆違い

ます。生後2～3年で完成した細菌の組み合わせは一生変わらないと言われています。悪い菌の組み合わせの患者さんには3D Sと呼ばれる抗菌治療法などにより、虫歯になりにくい、口の環境を新しく作らなくてはなりません。

唾液には、食べかすを洗い流したり、抗菌作用、食後には酸性に偏って虫歯になりやすいのを中和したり、虫歯になり始めた歯を再び固くする働きなどがあります。その量や性状は年齢、食習慣、病気、薬の副作用などで変化します。生活習慣も同じなのですが、医師、栄養士、トレーナーとのチームワークが不可欠です。

多くの患者さんは通常の治療と歯磨き指導をして、定期検診を心掛ければ問題は殆ど起きませんが、不幸にして劇症型の細菌が住み着いた人は、特別な治療をしないと、一生歯で悩むことになりかねません。

無菌だった赤ちゃんの口の中には主に母親の口の中の細菌が感染してしまいます。もしお母さんあるいは同居の家族の中に酷い虫歯や歯周病の人がいれば、赤ちゃんは将来かなりの確率で同じようになってしまいます。

心配だと思う方は一度相談してください。子どもは勿論のこと、大人でも遅くはありません。

熊谷市歯科医師会 関口 智久

