



乳幼児と父母の方へ

※健診等の費用について、特に記載しているもの以外は無料です。

内 容	日時・会場	対 象	そ の 他
お誕生訪問	内容／助産師・保健師が訪問し、赤ちゃんの発育発達の確認や育児全般のご相談に応じます。	生後4か月児未満のお子さん がいるすべての家庭	申し込み／母子健康手帳交付時に配布している出生連絡票をお送りください。 ※電話での申し込みもお受けします。
たけのこ教室	2／17(金) 午前10時～11時30分 保健センター	運動発達に心配のある お子さんとその保護者	内容／楽しく体を動かしながら発達をうながす教室です 申し込み／健康づくり課(電話で要予約) ※詳しくは健康づくり課までお問い合わせください。
ぴーなっつ	1／23(月)、2／16(木) 午前10時30分～11時30分 保健センター	0～3歳児くらいまでの多 胎児とその保護者 多胎児を妊娠中の妊婦	内容／参加者同士の交流、手遊び 申し込み／健康づくり課(電話で要予約)



成人の方へ

※健診等の費用について、特に記載しているもの以外は無料です。

内 容	日時・会場	対 象	そ の 他
ソーシャルクラブ (精神障害者社会 復帰相談指導)	毎週木曜日 午前9時30分～11時30分 保健センター ほか	回復途上にある精神障害者 (主に統合失調症)	内容／創作活動やレクリエーション、スポーツなどの活動をととしてのグループ訓練 問い合わせ／健康づくり課

ウイルス性胃腸炎にご注意！



【感染性胃腸炎とは？】

感染性胃腸炎とは、主にノロウイルスやロタウイルスなどの微生物を原因とする胃腸炎の総称です。ノロウイルスは全年齢に、ロタウイルスは乳幼児にかかりやすく、例年冬季に流行する感染性の強いウイルス性疾患です。また、学校などの集団生活の場で大流行となることもあり、ピークを迎える冬場には注意が必要です。

【感染経路】

ウイルスが人の手などを介して口に入ることによる経口感染です。

【症状】

吐き気、おう吐、腹痛、下痢(ロタウイルスは白色下痢便)が主な症状でまれに、37℃台の発熱、頭痛、全身倦怠感を伴うことがあります(症状の程度には個人差があります)。おう吐、下痢による脱水が強い場合には入院治療も必要となります。

【症状出現期間】

ノロウイルスは1～2日間
ロタウイルスは5～6日間

【基本的な予防対策】

- ①外出後や食事、トイレの後などは、手指についたウイルスを石けんと流水でしっかり洗い流しましょう。
- ②加熱調理する料理は、中心部まで十分に火を通しましょう。
- ③下痢・おう吐等の症状がある場合には、食品を直接取り扱う作業を控えましょう。
- ④症状がなくても便には1週間程度ウイルスが排出されますので、手洗いを励行しましょう
- ⑤おう吐物や便には多量のウイルスが存在します。おう吐物や便を片づける場合には、マスクや使い捨て手袋、エプロンを着用して行い、汚れた場所は、塩素系の薬剤(ハイター等)で消毒しましょう。処理後は石けんと流水で十分に手を洗いましょう。

日曜・休日に実施している医療機関

午前10時～午後4時

月日	場所	診 療 所 名	科 目	☎(048)	場所	診 療 所 名	科 目	☎(048)
1	22	朝霞 磯貝医院	内・循内	463-2370	新座	平山クリニック	内・小・アレ	480-0248
	29	和光 西谷医院	内・小	461-2226	新座	いしもと脳神経 外科・内科	脳外・内	483-7111
2	5	朝霞 すぎたこどもクリニック	小・アレ	458-6600	新座	ひまわり診療所	泌・内・外・皮	485-9788
	⑪	新座 志木小児科・アレルギー科 クリニック	小・アレ	481-1064	新座	城西医院	内・呼内	042- 421-9321
	12	朝霞 宮前クリニック	内・小・呼内・ 循内・アレ	466-5555	和光	中川眼科	眼	465-1144



※当番医は変更になる場合もあります。確認してからお出かけください。

※1・2月の休日歯科応急診療所

実施日 1／15(日)・22(日)・29(日)・2／5(日)
受付時間 午前9時～11時30分(問い合わせ：☎048-481-2211)
場所 新座市休日歯科応急診療所(新座市保健センター)
診療料 健康保険法の規定料金(保険証を必ずお持ちください。)

※救急医療のお問い合わせ

●埼玉県救急医療情報センター ☎048-824-4199
●埼玉県南西部消防本部 ☎048-460-0123
※小児救急電話相談
●#8000(携帯電話からも相談可能)