

# 2月子育て情報コーナー



## 子育てひろば

名称	場所	日時	主な事業		
			身体測定	講習など(1)	講習など(2)
①やわた 子育てひろば ☎998-7421	保健センター	月～木 午前10時～ 午後3時	25日(火) 午前10時～ 11時30分	4日(火) 午前11時～11時45分 図書館お話し会	26日(水) 午前11時～正午 おひなさまづくり
②はちじょう 子育てひろば ☎949-6887	八條公民館	火～金 午前10時～ 午後3時	5日(水) 午前10時～ 11時30分	14日(金) 午前10時～11時 タッチケア	21日(金) 午前11時～正午 おひなさまリースづくり
③ゆまにて 子育てひろば ☎070-3350-1297	ゆまにて	火～金 午前10時～ 午後3時	12日(水) 午前10時～ 11時30分	5日(水) 午前11時～正午 栄養相談	26日(水) 午前11時～正午 春のお話リトミック
④楽習館 子育てひろば ☎995-3035	やしお 生涯楽習館	月・水・木・金 午前10時～ 午後3時	3日(月) 午前10時～ 11時30分	13日(水) 午前11時～正午 おひなさまづくり	28日(金) 午前10時30分～ 午後0時30分 子どもの発達相談
⑤だいばら 子育てひろば ☎996-3839	だいばら 児童館	月・火・木・金 午前10時～ 午後3時	6日(水) 午前10時～ 11時30分	毎週月曜日 午前11時～11時30分 お話し会	20日(水) 午前11時～11時30分 だるまびなづくり
⑥駅前 子育てひろば ☎951-0285	やしお子育て ほっと ステーション	毎日 午前10時～ 午後4時	20日(水) 午前10時～ 11時30分	7日(金) 午前11時～正午 あかみみ先生 コンサート	28日(金) 午前10時15分～ 11時15分 タッチケア
⑦おおげのもり 子育てひろば ☎951-3216	みつもり 保育園(*)	月～金 午前10時30分 ～午後3時30分	28日(金) 午前11時～ 正午	5日(水) 午前11時～11時40分 子どもの歯の教室	12日(水) 午前11時～正午 栄養相談

子育てひろばは、おおむね3歳未満の児童と保護者の「子育て親子」の交流の場です。  
 \*保育園とは入口が異なります。  
 ※各ひろばへのご来場は公共交通機関をご利用ください。  
 ※2月の休館日: 11日(祝)=①②③⑤⑦、12日(水)=④、24日(水)=①④⑤⑦、25日(木)=②

## だいばら児童館 (わんぱる) ☎999-0321

時間 午前9時～午後5時 休館日…祝日を除く水曜日  
 ▼毎週月・火・金曜日 午前11時30分～ちゅうりっぷリズム 体操、ふれあい遊びなど  
 ▼毎週木曜日 午前10時～正午＝ボールプール  
 ▼毎週土・日曜日、祝日 午前中＝電車で遊ぼう  
 ▼6日(水) 午前11時～11時45分＝おやこdeヨガ 園生後6カ月～1歳の乳幼児と保護者 掛飲み物 定15組(要予約) 窓口または電話で児童館へ

(小学生向けイベント)  
 ▼毎日 午後4時～＝チャレンジ ジランキング「ジグザグドリブル」  
 ▼毎週土曜日 午後2時30分～＝なかよしひろば  
 1日 キッカーボード  
 8日 ビンゴゴルフ  
 15日 キッカーボード  
 22日 ターゲット  
 ※子育て相談(27日)について詳しくは11面の「各種無料相談」をご覧ください。

## やしお子育てほっとステーション ☎951-0285

●利用者支援 時30分  
 妊産婦の方、子育て親子 園生後おおむね6カ月から小学生までのお子さんがいる方  
 園子育て相談や保育施設、子育て支援サービスの紹介など  
 ●ホームスタート  
 園市内在住の就学前のお子さんのいる子育て親子  
 園子育ての不安や悩みを聞く、一緒に食事を作るなど  
 ※ベビーシッターや家事代行は行っていません。  
 共通一  
 園月～金曜日(年末年始を除く) 午前10時～午後4時 費無料  
 ●ファミリー・サポート・センター  
 園月～土曜日(祝日、年末年始を除く) 午前9時30分～午後4時30分  
 園生後おおむね6カ月から小学生までのお子さんがいる方  
 園保育施設までの送迎、外出時のお子さんのお預かりなど  
 ◆入会説明会  
 園8日(土) 午後1時～2時  
 園お父さんがいて援助を希望する方、援助ができる方  
 園援助活動の仕組みの説明  
 園窓口または電話でやしお子育てほっとステーションへ  
 ●駅前子どもの相談窓口(保育士相談)  
 園13日(木) 午前10時～11時30分  
 園0～3歳未満のお子さんのいる子育て親子  
 園お子さんに関する相談および関係機関の紹介

# 保健センターからのお知らせ

申問 ☎995・3381

●インフルエンザが流行しています  
 外出後の手洗い、適切な湿度の保持、十分な栄養とバランスの取れた栄養摂取など、予防に努めましょう  
 ●冬の冷え対策は万全に  
 手足がかじかむ冬の冷えを経験したことはありませんか。体が冷えることによって、血液の流れが悪くなり、頭痛、肩こり、手足や腰などに冷える症状が発生します。次のことを参考に、冷え対策に努めましょう  
 ①主食、野菜、副菜など、バランスの良い食事をとりましょう  
 ②甘いもの、高脂肪のものは控えましょう。過度の糖分や脂肪は血糖や中性脂肪を増やし、血行不良の原因になります  
 ③ストレッチやマッサージ、ぬるめのお風呂で体を温めて血行をよくしましょう  
 ④温かい食べ物や飲み物をとりましょう

●冬場に多発する入浴中の事故(ヒートショック)にご用心  
 ヒートショックとは、急激な温度差により、脳血管や冠動脈が収縮し、心臓や脳に血液が十分に届かなくなり、意識不明や昏倒、心臓や脳へのダメージが原因で死亡する場合があります  
 ①骨粗しょう症検診  
 園2月16日(日) 午前10時～10時45分  
 結果説明会 3月10日(火) 午前10時～11時30分(初回の受診者のみ)

●ヘルシーチェック健康診査  
 園2月16日(日) 午前9時～9時45分  
 結果説明会 3月8日(日) 午前9時～9時45分  
 園市内在住の20～39歳の方(妊婦を除く)  
 園問診、身体測定、血圧測定、尿検査、血液検査(貧血検査含む)、診察、骨密度測定(女性のみ)  
 定60人(申込順)  
 費500円  
 ●健康づくりの料理教室  
 園2月7日(金) 午前10時～午後1時  
 園市内在住の64歳以下の方 調理未経験者歓迎  
 園一血糖値をコントロールする食事

●救急電話相談(24時間365日)  
 ☎7119 または ☎048・824・4199  
 園急な病気やけがについて、受診の必要性など看護師によるアドバイス(利用方法) 自動音声のガイダンスに従って、相談内容(番号)を選択  
 園「子どもの救急電話相談」(中学生まで) ※つながらないときは#8000もしくは☎048・833・7911  
 園「大人の救急電話相談」 ※つながらないときは#7000  
 園「医療機関案内(子ども・大人に対応)」  
 ※歯科、口腔外科、精神科の案内はしていません。  
 ●埼玉県A1救急相談  
 園利用者がスマートフォンやパソコンから入力した内容をもとにした、可能性のある症状や家庭での対処法についての案内

●すこやかカレンダー  
 ①乳幼児相談(当日受付)  
 園2月4日(火) 午前9時30分～10時30分  
 園2月4日(火) 午前9時30分～11時(1人45分)  
 園2月4日(火) 午前9時30分～11時(1人45分)  
 園乳幼児の保護者、妊婦  
 園臨床心理士による子育て上の悩み、不安などの相談  
 定2人  
 ●パパ・ママ学級(予約制)  
 園2月9日(日) 午後1時～4時  
 園妊婦5～7カ月の初妊婦および夫  
 園プレマサロン(予約制)  
 園2月16日(日) 午後1時30分～3時

●各種検診のお知らせ  
 園2月16日(日) 午前10時～10時45分  
 結果説明会 3月10日(火) 午前10時～11時30分(初回の受診者のみ)

●骨粗しょう症検診  
 園2月16日(日) 午前10時～10時45分  
 結果説明会 3月10日(火) 午前10時～11時30分(初回の受診者のみ)

●ヘルシーチェック健康診査  
 園2月16日(日) 午前9時～9時45分  
 結果説明会 3月8日(日) 午前9時～9時45分  
 園市内在住の20～39歳の方(妊婦を除く)  
 園問診、身体測定、血圧測定、尿検査、血液検査(貧血検査含む)、診察、骨密度測定(女性のみ)  
 定60人(申込順)  
 費500円  
 ●健康づくりの料理教室  
 園2月7日(金) 午前10時～午後1時  
 園市内在住の64歳以下の方 調理未経験者歓迎  
 園一血糖値をコントロールする食事

とは、「」をテーマに調理実習と講話  
 園エプロン、三角巾、ハンドタオル  
 定20人(申込順)  
 費500円(食材料費)



①～③共通  
 園保健センター  
 園①②は電話または電子申請③は電話で保健センターへ  
 ①②共通  
 費69歳以下の八潮市国民健康保険被保険者(補助金交付申請書兼同意書提出)、生活保護受給世帯(受給証提示)、市民税非課税世帯(世帯全員の非課税証明書提示)、70歳以上の方(保険証の提示)、65歳以上69歳までの後期高齢者医療被保険者(保険証の提示)の方は無料  
 ※検診の受診回数は、年度内1回

次のURLまたは2次元コードからアクセスしてください。  
<https://www.pref.sai-tama.lg.jp/a0703/ai-kukyuh.html>  
 ☎995・3383  
 ●八潮市立休日診療所(内科・小児科) ☎995・3383  
 園日曜日、祝日 午前10時～正午、午後2時～4時  
 園保健センター(公園側)  
 ●草加市子ども急病夜間クリニック  
 ☎954・6401  
 園月～金曜日 午後7時30分～10時30分  
 園土・日曜日、祝日 午後6時30分～10時30分  
 園草加市立病院内  
 園0～15歳の患者で内科系の症状(発熱、腹痛、おう吐など)

●埼玉県A1救急相談  
 園利用者がスマートフォンやパソコンから入力した内容をもとにした、可能性のある症状や家庭での対処法についての案内

●救急電話相談(24時間365日)  
 ☎7119 または ☎048・824・4199  
 園急な病気やけがについて、受診の必要性など看護師によるアドバイス(利用方法) 自動音声のガイダンスに従って、相談内容(番号)を選択  
 園「子どもの救急電話相談」(中学生まで) ※つながらないときは#8000もしくは☎048・833・7911  
 園「大人の救急電話相談」 ※つながらないときは#7000  
 園「医療機関案内(子ども・大人に対応)」  
 ※歯科、口腔外科、精神科の案内はしていません。  
 ●埼玉県A1救急相談  
 園利用者がスマートフォンやパソコンから入力した内容をもとにした、可能性のある症状や家庭での対処法についての案内