

子育てひろば

8月の主な予定

名称	やわた (さくらんぼ) ☎998-7421	はちじょう ☎997-8767	ゆまにて ☎995-9222	楽習館 ☎995-3035	駅前出張ひろば
場所	保健センター1階	八條公民館2階 ちびっこコミュニティールーム	ゆまにて 2階和室	やしお生涯 楽習館2階	八潮メセナ・ アネックス
日時	月・水・木	火～金	火～金	月・水・木・金	6日(月)・20日(月)
主な事業	午前10時～午後3時				午前10時～ 午後1時
	身体測定	20日(月)	21日(火)	22日(水)	10日(金)
講演など	午前10時～11時30分				子育て親子の 交流の場として ご利用ください。
	29日(水)	3日(金)	15日(水)	8日(水)	
講演など	午前11時～正午 栄養相談	午前11時～正午 夏のおもちゃをつ くろう	午前11時～正午 読み聞かせ	午前11時～正午 パルーンアート	

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。
 *8月の休館日: 楽習館13日(月)、15日(水)
 *各ひろばへ車でのご来場はできるだけご遠慮ください。駅前出張ひろばは駐輪場・駐車場がありません。

わんぱる(だいばら児童館) ☎999-0321

時 午前9時～午後5時
 8月の休館日…毎週水曜日

8月の主な予定

- ▼23日(水) 午前10時～午後1時
=子育て相談(要予約)
(幼児向けイベント)
- ▼7日(火) 午前10時30分～=スライ
ム 親子15組(要予約)



- ▼9日(木) 午前10時30分～正午=
身体測定、手遊び、栄養相談、
講話「睡眠」
(小学生向けイベント)
- ▼チャレンジランキング(毎日、午後
4時～)=フィルムケース積み
- ▼なかよしひろば(毎週土曜日、午
後2時30分～)各15人
・4日(土) キッカーボード
・11日(土) 卓球
・18日(土) キッカーボード
・25日(土) 風船パレード
(夏休みイベント)
- ▼2日(水) 午後2時30分～=スライ
ム
- ▼24日(金) 午前10時～11時30分=
お店やさんごっこ 各15人



子育て情報コーナー

保健センターからのお知らせ ☎995・3381～3

●麻しん風しん混合(MR)ワクチ
ンの予防接種

麻しん、風しんのいずれかにかか
った方でも、麻しん風しん混合ワク
チンの接種が受けられます。

対▼第1期: 1歳～2歳未満▼第2
期: 小学校就学前の1年間▼第3期
: 中学1年生相当の年齢▼第4期:
高校3年生相当の年齢(第3、4期
は平成20年度から24年度までの期間
のみ)

※第1期の対象者は1歳になる月末
に個別通知します。第2～4期の対
象者で接種されていない方は、委託
医療機関でお受けください。
※対象年齢を過ぎての接種は自己負
担となります。

●熱中症にご注意を

熱中症は屋内外を問わず、高温・
多湿の環境で起こります。日ごとの
体調管理に気をつけ、熱中症を正し
く理解し、予防に努めましょう。

●熱中症の予防法

- ▼高温や多湿、強い日ざし、無風に
注意しましょう。
- ▼水分をこまめに補給しましょう。
- ▼エアコンなどを上手に使い、部屋
の温度調整に気を配りましょう。
- ▼服装は暑さに合わせ、屋外では帽
子を着用しましょう。
- ▼体調不良のときは無理をしないよ
うにしましょう。

●気をつけよう! 食中毒

気温や湿度が高くなる季節は、食
中毒菌が増えやすくなる季節です。
食中毒を防ぐために、3つの決まり
を守りましょう。もし食中毒になっ
たら、早めに医療機関を受診しまし
よう。

●食中毒予防の三原則

- 【食中毒菌をつけない】手や調理器
具、食品はしっかり洗い、食品は容
器やラップで覆い保存しましょう。
- 【食中毒菌を増やさない】鮮度に注



意し、冷蔵庫の温度管理に気を付け
調理後は早めに食べましょう。
【食中毒菌を殺菌する】加熱するこ
きは、食品の中心まで十分火を通し
ましょう。

各種検診・教室などのお知らせ

①子どもが喜ぶ野菜のおやつを作
ろう

対8月1日(水) 午後1時30分～3時
30分

対2歳から就学前のお子さんと保護
者

対エプロン、三角巾
対12組(申込順)
対無料

対ママの心の相談
対8月8日(水) 午前9時30分～11時
(一人45分)

対育児不安や子どもの発達遅れな
どに不安を持つ乳幼児の保護者
対育児における母のこころの健康な
どを個別に相談
対3人(予約制)

対メタボ予防の料理教室
対8月22日(水) 午前10時～午後1時
30分

対市内在住で64歳以下の方(調理未
経験者歓迎)

対食事の量や栄養バランスなどを学
びます。
対エプロン、三角巾
対20人
対500円(食材料費)

④骨粗しょう症検診
対8月31日(金) 午前9時～午後2時

対市内在住で20歳以上の女性
対問診、骨密度測定
対午前・午後各40人(申込順)
対無料

対ヘルシーチェック健康診査
対9月2日(日) 午前9時～9時45分
対結果説明日 10月2日(火)

対市内在住で20歳～39歳の方
対問診、身体計測、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)
対50人

対500円※八潮市国民健康保険加入者
対生活保護受給世帯(受給証提示)、
対市民税非課税世帯(世帯全員の非課
税証明書提示)の方は無料

対9月3日(月) 午後1時～4時
対内視鏡診、乳房エックス線検査およ
び乳がんの自己検査法の指導(エッ
クス線検査は、多少時間がかかりま
す)

対バスタオル
対90人(申込順)
対1740円※八潮市国民健康保険
加入者、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)、受診当日
70歳以上の方は無料(申込時に要申
請)

対7月がん・肺がん検診
対9月4日(火) 午前8時30分～11時
対問診、胃部エックス線検査、胸部
エックス線検査(必要に応じて喀た
ん細胞診検査)
対100人

対胃がん1200円、肺がん(胸部
エックス線300円、喀たん検査60円)
対※八潮市国民健康保険加入者(喀た
ん検査を除く)、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)、

受診当日70歳以上の方は無料(申込
時に要申請)

対8月23日(木) 午前10時～午後0時
30分

対バランスの良い食事についての講
話や、簡単に栄養満点な食事を作り
ます。
対エプロン、三角巾
対20人

対500円(食材料費)
対9介護予防健康体操教室
対8月7日～10月30日(8月14日を
除く毎週火曜日・全12回)(1)午前

10時～11時30分(2)午後1時～2時30
分(3)午後3時～4時30分

対高齢者のための筋力トレーニング
やストレッチ、自宅でできる運動を
紹介します。

対室内用運動靴、飲み物、タオル
対(1)～(3)各20人
対無料

対①～⑨共通
対保健センター

対⑥⑦市内在住で40歳以上の方、
対⑧⑨は市内在住で65歳以上の方
対申電話で健康増進課(☎995・338
1～3)へ

8月の赤ちゃん
カレンダー

①乳幼児相談
対8月8日(水) 午前9時30分～10時
30分(当日受付)

対満2カ月～未就学児
対8月19日(日) 午後1時～4時(予
約制)

対妊娠5～7カ月の初妊婦および夫
対8月23日(木) 午後1時30分～3時
(予約制)

対お子さんの発育・発達やことばの
遅れ、夜尿症、落ち着きがないなど
の心配がある方
対①～⑥共通
対保健センター

対②③④⑤は電話で健康増進課(☎
995・3381～3)へ

お母さんの
健康の時は
いつか?

●八潮市立休日診療所(小児科・内
科) ☎995・3383

対日曜・祝日・振替休日 午前10時
～正午、午後2時～4時

対八潮市立保健センター(公園側)
対草加市子ども急病夜間クリニック
☎954・6401

対▼月・金曜日 午後7時30分～10
時30分▼土曜・日曜・祝日、年末年
始 午後6時30分～10時30分

●草加市立病院内
●草加市休日急患歯科診療所(歯科
応急治療) ☎922・1156

対日曜・祝日 午前9時～正午

対草加市保健センター内
対埼玉県救急医療情報センター
☎048・824・4199

対小児救急電話相談 ☎8000
(または) ☎048・833・7911

対▼月・土曜日 午後7時～翌午前
7時▼日曜・祝日 午前9時～翌午
前7時