

子育てひろば

12月の主な予定

名称	やわた 子育てひろば ☎998-7421	はちじょう 子育てひろば ☎997-8767	ゆまにて 子育てひろば ☎995-9222	楽習館 子育てひろば ☎995-3035	駅前出張 子育てひろば	
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 (祝日を除く)	月・水・木	火～金	火～金	月・水・木・金	月	
主な事業	午前10時～午後3時※1					
	午前10時～11時30分					
	身体測定	16日(月)	20日(金)	11日(水)	12日(木)	16日(月)
	講習など	11日(水)	6日(金)	4日(水)	18日(水)	子育て親子の 交流の場として ご利用ください
	午前11時～正午	午前10時～11時	午前11時～正午			
	栄養相談	タッチケア※2	クリスマス製作	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。
 *各ひろばへの来場は公共交通機関をご利用ください。駅前出張子育てひろばは駐輪場・駐車場がありません。
 *休館日:はちじょう24日(火) *年末年始:12月28日(土)～平成26年1月5日(日)はお休み
 ※1 16日の駅前出張子育てひろば:午前10時～午後1時 ※2 タッチケア 生後2カ月以上からでハイハイ前までのお子さん 定6組(申込順) 定11月22日から、はちじょう子育てひろば窓口へ(電話申込不可)。

わんぱる(だいばら児童館) ☎999-0321

☎午前9時～午後5時
 12月の休館日…毎週水曜日、年末年始…12月29日(日)～平成26年1月5日(日)

12月の主な予定

▼26日(木) 午前10時～午後1時=子育て相談 定親子3組(要予約、申込順)
 (幼児向けイベント)
 ▼10日(火) 午前10時30分～=クリスマスツリー作り 定親子15組(要予約、申込順)
 ▼12日(木) 午前10時30分～正午=身体測定、栄養相談、講話「離乳食、食べられる、食べ

られない」
 (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～)=紙ちぎりのばし
 ▼なかよしひろば(毎週土曜日、午後2時30分～)
 ・7日 キッカーボード
 ・14日 卓球
 ・21日 キッカーボード
 ・28日 風船パレー
 ▼冬休みイベント(午後2時30分～)
 ※幼児は保護者同伴で参加可
 ・24日(火) 紙コップのクラッカー作り
 ・26日(木) カレンダー作り



子育て情報コーナー

保健センターからのお知らせ 申問 ☎995・3381～3

●がん検診推進事業(子宮頸がん・乳がん)まもなく終了
 女性特有のがんの早期発見と受診率の向上のため、無料クーポン券による子宮頸がん・乳がん検診を実施しています。
 無料クーポン券の利用は、12月20日(金)までです。受診していない方は早めに受診してください。



●小児肺炎球菌ワクチンの切り替え

小児の肺炎球菌感染症の定期予防接種に使用するワクチンは、7価から13価に替わりました。
 なお、接種方法などは同じです。途中の方は、残りの回数を接種してください。

各種検診教室などのお知らせ

- ①ママのこころの相談
 定12月3日(火) 午前9時30分～11時(一人45分)
- ②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について個別に相談
 定3人(申込順)
- ③骨粗しょう症検診
 定12月5日(木) 午前9時～午後2時30分
- ④対市内在住で20歳以上の女性
 内問診、骨密度測定
 定午前・午後各40人(申込順)

- ⑤胃がん・肺がん検診
 定12月8日(日) 午前8時30分～11時
 内問診、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)
 定100人(申込順)
- ⑥胃がん1200円、肺がん(胸部エックス線検査)300円、喀たん検査600円 ※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)
- ⑦結核検診
 定12月8日(日) 午前11時～11時30分
 内問診、胸部エックス線検査※肺がん検診との重複受診はできません。
 定50人(申込順)
- ⑧乳がん検診
 定12月17日(火) 午後1時～1時45分
 内視鏡診、乳がんの自己検査法の指導および乳房エックス線検査(エックス線検査は、多少時間がかかります)。
 定90人(申込順)
- ⑨ヘルシーチェック健康診査
 定12月24日(火) 午前9時～9時45分
 結果説明日 平成26年1月28日(火)
 対市内在住で20歳～39歳の方
 内問診、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)
 定60人(申込順)
- ⑩500円※八潮市国民健康保険加入者

- ⑪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)の方は無料
- ⑫メタボ予防の料理教室
 定12月11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)
- ⑬食事の量や栄養バランスなど、調理をしながら楽しく学びます。
 定エプロン、三角巾
 定20人(申込順)
- ⑭500円(食材料費)
- ⑮介護予防健康体操教室
 定12月17日(火) 平成26年3月18日(12月31日、平成26年2月11日を除く)毎週火曜日・全12回 (1)午前10時～11時30分(2)午後0時30分～2時(3)午後2時30分～4時
 内筋力トレーニングやストレッチを行います。
 定室内用運動靴、飲み物、タオル
 定(1)～(3)各20人(申込順)
- ⑯いきいきヘルスアップ教室
 定12月2日(土) 平成26年2月17日(12月23日、平成26年1月6日・13日を除く)毎週月曜日・全8回、午前10時～正午(調理実習日は午後0時30分まで)
 内気軽に取り組めるダイエットとして、調理の工夫と運動を学びます。
 対室内用運動靴、飲み物、タオル(調理実習日のみエプロン、三角巾)
 定15人(申込順)
- ⑰500円(材料費・調理実習日に徴収)
- ⑱若返ろぞ！シニア体操教室
 定12月17日(火) 平成26年3月4日(12月31日、平成26年2月11日を除く)毎週火曜日・全10回 午前10時～11時30分
 場コミュニティセンター
 内運動の実技指導、運動習慣の定着

八潮市立休日診療所(小児科・内科)
 ☎995・3383

定12月17日(火) 祝日、振替休日 午前10時～正午、午後2時～4時

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

定12月17日(火) 午後7時30分～10時30分
 土・日曜日、祝日、年末年始

12月のお楽しみカレンダー

- ①乳幼児相談
 定12月3日(火) 午前9時30分～10時30分(当日受付)
- ②プレママサロン
 定12月20日(金) 午後1時30分～3時30分(当日受付)
- ③パパ・ママ学級
 定12月8日(日) 午後1時～4時(申込順)
- ④妊婦5～7カ月の初妊婦および夫
 対妊婦5～7カ月の初妊婦および夫
 ④すこやか相談
- ⑤離乳食(初期)教室
 定12月18日(水) 午前10時30分～正午(申込順)
- ⑥離乳食(後期)教室
 定12月19日(木) 午前10時30分～正午(申込順)
- ⑦11カ月児
 対満10～11カ月児
 ⑦～⑩共通
 場保健センター
 ③は電子申請または電話、④⑤⑥は電話で保健センターへ

のためのアドバイスを行います。
 対室内用運動靴、飲み物、タオル
 定40人(申込順)

⑪おいしく食べよう栄養教室
 定12月12日(木) 午前10時～午後0時30分
 内バランスの良い食事の講話や簡単で栄養満点な食事を作ります。
 定エプロン、三角巾
 定20人(申込順)

⑫500円(食材料費)

⑬お口の健康教室
 定12月6日(金) 午前9時30分～11時

⑭12月19日(木) 午後1時30分～3時(申込順)
 対お子さんの発育・発達やことばの遅れ、夜尿症、落ち着きが無いなどの心配がある方

⑮離乳食(初期)教室
 定12月18日(水) 午前10時30分～正午(申込順)

⑯離乳食(後期)教室
 定12月19日(木) 午前10時30分～正午(申込順)

⑰11カ月児
 対満10～11カ月児
 ⑰～⑳共通
 場保健センター
 ③は電子申請または電話、④⑤⑥は電話で保健センターへ

⑱歯磨きの指導、むせることを軽減するための口腔体操・唾液腺マッサージなどを行います。
 定20人(申込順)

⑲～⑳共通
 場保健センター(⑩を除く)
 ③⑤は市内在住で40歳以上の方、④⑧⑫は市内在住で65歳以上の方
 ①③⑥は随時、⑦⑫は11月15日から、電話で保健センターへ