

子育て情報コーナー

子育てひろば

1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					
	身体測定	27日(月)	24日(金)	22日(水)	9日(木)	20日(月)
	講習など	午前10時～11時30分				
		23日(木)	17日(金)	15日(水)	22日(水)	子育て親子の 交流の場として ご利用ください
節分製作	タッチケア※	バルーンアート	節分製作			

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14日(火) *1月の主な変更日:やわた9日(木)→10日(金) *年末年始:12月28日(土)～平成26年1月5日(日)はお休み ※タッチケア 12月22日(土)～24日(月)の3日間(申込順) 12月28日(土)～平成26年1月7日(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 (のびのびサロン)
 1月の休館日…毎週水曜日、平成26年1月1日(祝)～3日(金)
 ▼9日(木) 午前10時30分～正午=身体測定、栄養相談、講話「かぜと食事」(小学生向けイベント)
 ▼23日(木) 午前10時～午後1時=子育て相談 親子3組(要予約、申込順)
 ▼28日(火) 午前10時30分～=鬼のお面作り 親子15組(要予約、申込順)
 ▼29日(水) 午前10時30分～正午=鬼のお面作り 親子15組(要予約、申込順)
 ▼ななよしひろば(毎週土曜日、午後2時30分～)
 ▼冬休みイベント
 ・6日(月) 午後2時30分～=かるた取り 親子15人(要予約、申込順)

子ども・子育てに関するニーズ調査

子ども・子育て支援事業計画の策定に向けて、皆さんから認定子ども園、幼稚園、保育所の利用状況や利用希望などを把握するため、「子ども・子育て支援事業に関するニーズ調査」を実施しています。調査票が届いた方は、回答をお願いします。
 調査対象 0歳～小学生の児童がいる世帯(3000世帯、無作為抽出)
 調査方法 調査票の発送・回収は郵送
 回答期限 12月20日(消印有効)

保健センターからのお知らせ 申問 ☎995・33801～3

インフルエンザに注意

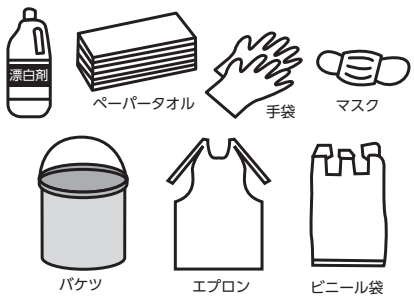
インフルエンザは、インフルエンザウイルスという特定の微生物に感染することによって起こる病気です。普通のかぜのように、のどの痛み、鼻水、くしゃみやせきなどのほか、38度以上の発熱、頭痛、関節痛など全身に症状が突然現れます。
 インフルエンザの症状かと思ったら、早めに受診しましょう。

予防のポイント

- ▼帰宅時は手洗い、うがいを十分にしましょう。
- ▼外出時はマスクを着用しましょう。
- ▼流行前にワクチンを接種しましょう。
- ▼十分な休養と栄養を取りましょう。
- ▼部屋の湿度は50パーセント以上に保ちましょう。

ノロウイルスに注意

ノロウイルスは強い感染力を持ち、体内に入ると下痢やおう吐、発熱などの症状を引き起こします。ほとんどの場合は、2～3日程度で治りますが、下痢やおう吐による脱水症状などを引き起こすことがあります。小さな子どもや高齢者は、特に注意が必要です。



意が必要です。
 《予防のポイント》
 ▼流水、石けんによる手洗いをしましょう。
 ▼食品の調理は十分に加熱をしましょう。
 ▼調理器具は十分に洗浄消毒をしましょう。
 おう吐物や便の処理法
 患者のおう吐物や便には大量のウイルスが含まれます。必ずマスクとゴム手袋を着用し、静かにふき取り、ふき取った雑巾などはビニール袋に入れ密閉して捨てましょう。汚染された場所や物は、家庭用塩素系漂白剤を約200倍に薄めた液体または熱湯で消毒してください。

各種検診・教室などのお知らせ

- ①健康づくり講座
 平成26年1月14日(火) 午後1時30分～3時30分
 特定健診を受診された方
 「メタボリックシンドロームはなぜ怖い？」をテーマに特定健診結果の見方と生活習慣病予防について講話します。
- ②ヘルシーチェック健康診査
 平成26年1月19日(日) 午前9時～9時45分
 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)
 費用500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)の方は無料
- ③メタボ予防の料理教室
 平成26年1月22日(水) 午前10時～午後1時30分
 市内在住で64歳以下の方(調理未経験者歓迎)

若返るぞ！シニア体操教室

- ①エイトアリーナ教室
 平成26年1月20日～3月24日(毎週月曜日・全10回) 午前10時30分～正午
 場エイトアリーナ
 定80人(申込順)
- ②文化スポーツセンター教室
 平成26年1月17日(金)・23日(木)・29日(水)、2月4日(火)・10日(月)・21日(金)・27日(木)、3月5日(水)・11日(火)・17日(月)の全10回 午前10時30分～正午
 場文化スポーツセンター
 定60人(申込順)
 -①②共通-
 市内在住で65歳以上の方
 運動の実技指導、継続的な運動習慣の定着のためのアドバイス
 室内用運動靴、飲み物、タオル
 無料
 随時、電話で保健センターへ



1月の赤ちゃんカレンダー

- ①乳幼児相談
 平成26年1月9日(木) 午前9時30分～10時30分(当日受付)
 満2カ月～未就学児
- ②すこやか相談
 平成26年1月16日(木) 午後1時30分～3時(申込順)
 赤ちゃんの発育・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
- ③パパ・ママ学級
 平成26年1月19日(日) 午後1時～4時(申込順)
- ④離乳食(初期)教室
 平成26年1月29日(水) 午前10時30分～正午(申込順)
- ⑤離乳食(後期)教室
 平成26年1月30日(木) 午前10時30分～正午(申込順)
- ⑥プレマサロン
 平成26年1月31日(金) 午後1時30分～3時30分(当日受付)
 妊婦

八潮市立休日診療所(小児科・内科)

- 科 ☎995・3383
 日曜日、祝日、年末年始 午前10時～正午、午後2時～4時
- 場八潮市立保健センター(公園側)
- 場八潮市子ども急病夜間クリニック
 ☎954・6401
 ▼月～金曜日 午後7時30分～10時30分
 ▼土・日曜日、祝日、年末年始 午後6時30分～10時30分
 場草加市立病院内
 対0歳児～15歳の患者で内科系の症状(発熱、腹痛、おう吐など)
- 場草加市休日急患歯科診療所(歯科)
 ☎110番(24時間) ☎072・727・2499
- 場小児救急電話相談 ☎8000
 (または、☎048・833・7911)
 ▼月～土曜日 午後7時～翌午前7時
 ▼日曜日、祝日、年末年始 午前9時～翌午前7時
 対子どもの急病(発熱、下痢、おう吐など)時の対処方法や受診の必要性についての助言が受けられます。
- 場日本中毒情報センター 大阪中
 ☎110番(24時間) ☎072・727・2499