

子育てひろば

10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	月・水・木	火～金	火～金	月・水・木・金	月	
主 な 事 業	身体 測定	30日(水)	22日(火)	23日(水)	10日(木)	
		午前10時～午後3時 ※				
	講習 など	午前10時～11時30分				
		17日(木)	11日(金)	9日(水)	16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		新聞＆ ハンカチ遊び		ふれあい 運動遊び	新聞遊び	
				フォトフレーム作り		

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。
※21日の駅前出張子育てひろば：午前10時～午後1時
*10月の休館日：はちじょう15日(火)

わんぱる(だいばら児童館) ☎ 999-0321

10月の主な予定

10月9時～午後5時
10月の休館日…毎週水曜日

▼24日(木) 午前10時～午後1時=子
育て相談☎3組(要予約、申込順)
(幼児向けイベント)
▼3日(水) 午前11時～11時45分＝
おやこdeヨガ☎親子15組(要予
約、申込順)
▼4日(金) 午前10時～11時＝タッチ
ケア☎生後2カ月～ハイハイ前ま
でのお子さん☎バス stol ☎親子6
組(要予約、申込順)
▼8日(火) 午前10時30分～＝でん

でんだいこ作り☎親子15組
(要予約、申込順)
(のびのびサロン)
▼10日(木) 午前10時30分～正
午＝身体測定、栄養相談、
講話「朝ごはん」
(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～)＝豆つまみ皿うつし
▼なかよしひろば(毎週土曜日、
午後2時30分～)
・5日 キッカーボード
・12日 卓球
・19日 キッカーボード
・26日 風船バレー

ファミリー・サポート・センター ☎ 997-4321

①入会説明会 ☎10月17日(木) 午
後1時30分～2時30分☎お子さんをお
持ちで援助を希望する方、援助をして
いただける方☎センターのしくみなど
②講習会 ☎10月31日(木) 午後1時
30分～3時30分☎援助をしていただ
ける方☎お子さんを預かるための心

構えなど
ー①②共通ー
☎八潮メセナ・アネックス☎開催日
の3日前までにセンターへ
*おおむね生後1歳から就学前ま
でのお子さんをお預かりします(要
予約)。

講座・講演会

①介護予防講演会「歩き方教室～歩き方を変えて、身体トラブル解消!～」
☎9月26日(木) 午後2時～4時(午後1時30分開
場)
☎エイトアリーナ
☎正しい歩き方、カバンの持ち方、O脚の治
し方など
講師 駒崎優さん(NPO法人ウォーキング研
究所理事長)
☎運動ができる服装、室内用運動靴、飲み物、
タオル
☎100人(当日先着順)
②生活習慣病予防講座・健康長寿サポーター養
成講座「待っていても健康はやってこない!今
日から取り組む、脱メタボ生活!」
☎10月28日(月) 午後2時～4時
講師 廣瀬健一さん(広瀬病院院長)
☎45人(申込順)
③こころの健康講座「みんなで支えるこころの
健康～うつ病への気づきと対処術～」
☎10月31日(木) 午後1時30分～3時30分
講師 藤井千代さん(埼玉県立大学保健医療福
祉学部共通教育科准教授、精神科医)
☎60人(申込順)
ー①～③共通ー
☎保健センター(①を除く)
☎市内在住・在勤の方
費無料

①乳がん検診
☎10月3日(木) 午後1時～1時45分

②ママの心の相談
☎10月8日(火) 午前9時30分～11時
(一人45分)
☎育児不安や子どもの発達の遅れな
どに不安を持つ乳幼児の保護者
☎育児における母のこころの健康に
ついて個別に相談
☎3人(申込順)
③メタボ予防の料理教室
☎10月16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)
☎食事の量やバランスなど、調理し
ながら楽しく学びます。
☎エプロン、三角巾
☎20人(申込順)

④胃がん・肺がん検診
☎10月22日(火)・23日(水) 午前8時30
分～11時
☎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)
☎各日100人(申込順)
☎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)
☎ヘルシーチェック健康診査
☎10月24日(木) 午前9時～9時45分
結果説明会 11月26日(火)
☎市内在住で20歳～39歳の方
☎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)
☎60人(申込順)
☎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

⑤ヘルシーチェック健康診査
☎10月24日(木) 午前9時～9時45分
結果説明会 11月26日(火)
☎市内在住で20歳～39歳の方
☎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)
☎60人(申込順)
☎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

⑥骨粗しょう症検診
☎10月28日(月) 午前9時～午後2時
30分
☎市内在住で20歳以上の女性
☎問診、骨密度測定
☎午前・午後各40人(申込順)
費無料
⑦おいしく食べよう栄養教室
☎10月17日(木) 午前10時～午後0時
30分
☎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。
☎エプロン、三角巾
☎20人(申込順)

⑧お口の健康教室
☎10月18日(金) 午前9時30分～11時
30分
☎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
☎20人(申込順)
費無料
⑨お口の健康教室
☎10月18日(金) 午前9時30分～11時
30分
☎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
☎20人(申込順)
費無料

急病の時はおたすけ

●八潮市立休日診療所(小児科・内
科) ☎995-3383
☎日曜日、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
☎▼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7時～翌午前7時

●草加市立休日急患歯科診療所(歯科
応急治療) ☎922-1156
☎祝日 午前9時～正午
☎草加市保健センター内
●埼玉県救急医療情報センター
☎048-824-4199
●小児救急電話相談 ☎80000
(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

10月のおたすけカレンダー

①乳幼児相談
☎10月8日(火) 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
☎10月17日(木) 午後1時30分～3時
(予約制)
☎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
③パパ・ママ学級
☎10月20日(日) 午後1時～4時(予
約制)

☎妊婦
☎1①⑥共通
☎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

☎妊娠5～7カ月の初妊婦および夫
④離乳食(初期)教室
☎10月23日(水) 午前10時30分～正午
(予約制)
☎満5～6カ月児
⑤離乳食(後期)教室
☎10月24日(木) 午前10時30分～正午
(予約制)
☎満10～11カ月児
⑥プレマサロン
☎10月25日(金) 午後1時30分～3時
30分(当日受付)