

# 子育て情報コーナー

## 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 (祝日を除く)	月～木	火～金	月・水・木・金	月	月
主な 事業	午前10時～午後3時※				
	午前10時～11時30分				
	午前11時～正午				
	身体測定	29日(水)	17日(金)	22日(水)	9日(木)
講習 など	14日(火)	7日(火)	8日(水)	15日(水)	子育て親子 の交流の場 としてご利 用ください
	パルーンアート	親子ふれあい 遊び	新聞遊び	パルーンアート	

※6日(月)の駅前出張子育てひろば:午前10時～午後1時  
子育てひろばは、おおむね3歳未満のお子さんと保護者の「子育て親子」の交流の場です。  
\*各ひろばへ車でのご来場はできるだけご遠慮ください。駅前出張子育てひろばは駐輪場・駐車場がありません。  
\*10月の休館日:はちじょう子育てひろば14日(火)

## わんぱる(だいらら児童館) ☎999-0321

開 午前9時～午後5時  
10月の休館日…毎週水曜日

### 10月の主な予定

- ▼23日(木) 午前10時～午後1時 = 子育て相談(要予約、申込順)
- (幼児向けイベント)  
▼3日(金) 午前11時～11時45分 = おやこdeヨガ 図2歳～未就学児とその保護者 持飲み物 定15組(要予約、申込順)
- ▼10日(金) 午前10時～11時 = タッチケア 図生後2カ月～ハイハイ前までのお子さん 持バスタオル 定親子6組(要予約、申込順)
- ▼14日(火) 午前10時30分～ = お宝バック・虫めがね作り 定親子15組(要予約、申込順)

申込順)  
(のびのびサロン)  
▼9日(木) 午前10時30分～11時 = 身体測定、午前11時～正午 = 講話「朝ごはん」、栄養相談  
(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～)  
・4日 キッカーボード  
・11日 卓球  
・18日 キッカーボード  
・25日 風船バレー  
(ママのほっとタイム)  
▼23日(木) 午前11時～ = 親子スキンシップ遊び、ママのおしゃべりタイム(保育士も一緒に参加します)

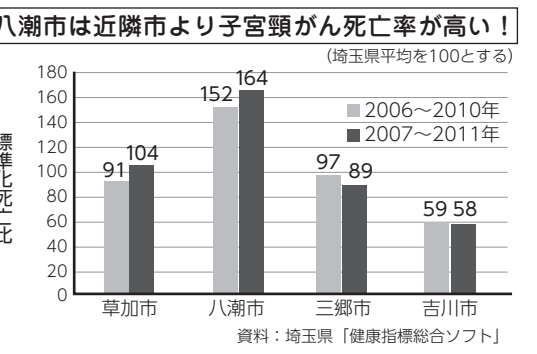
## 保健センターからのお知らせ 申問 ☎95・3381

●「毎日 笑顔で 気持ちよく!」  
〜笑う八潮に福きたる〜  
・こころの健康に関心を持つ  
・生活リズムを整えよう  
・悩みを相談できる人を持つ  
・自分の役割を持ち、やりがいや生きがいを持つ  
・コミュニケーションの場や機会を持つ  
(第2次八潮市健康づくり行動計画より抜粋)

●乳がん・子宮頸がん検診を受けましょう(締切り間近)  
医療機関で受ける乳がん・子宮頸がん検診の期間は10月31日までです。保健センターに申し込み、受診券を取り寄せ医療機関で受診してください(乳がんの集団検診は2月まで受けることができます)。八潮市は、特に子宮頸がんの死亡率が近隣市より高くなっています。検診を定期的に受診し、早期発見に努めましょう。

各種検診・教室などのお知らせ

- ①介護予防講演会 「知って安心!もの忘れ」〜認知症になっても安心して暮らせる地域をめざして〜
- ②10月6日(月) 午後1時30分～3時30分(受付 午後1時～)
- ③市内在住・在勤の方
- ④シニア世代のもの忘れ事情についての講演、認知症サポーター養成講座
- ⑤講師 小平敦之さん(医療法人社団 みどり会武里病院認知症連携担当)
- ⑥定80人(申込順)
- ⑦費用 無料
- ⑧ママのこころの相談 (1人45分)
- ⑨10月7日(火) 午前9時30分～11時
- ⑩子育て不安やお子さんの発達の遅れなどに不安を持つ乳幼児の保護者などに関する個別相談
- ⑪定3人(申込順)
- ⑫ヘルシーチェック健康診査
- ⑬10月10日(金) 午前9時～9時45分
- ⑭結果説明日 11月7日(金)
- ⑮市内在住で20歳～39歳の方
- ⑯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)
- ⑰定60人(申込順)
- ⑱費用500円 ※八潮市国民健康保険加入者
- ⑲生活保護受給世帯(受給証提示)
- ⑳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
- ㉑④胃がん・肺がん検診
- ㉒10月14日(火)・15日(水) 午前8時30分～11時
- ㉓市内在住の40歳以上の方
- ㉔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)
- ㉕定各日100人(申込順)
- ㉖費用が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)
- ㉗⑤お口の健康教室
- ㉘10月17日(金) 午前9時30分～11時30分
- ㉙市内在住で65歳以上の方
- ㉚内歯科衛生士による歯磨きの指導、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
- ㉛持タオル
- ㉜定20人(申込順)
- ㉝費用 無料
- ㉞⑥骨粗しょう症検診
- ㉟10月20日(月) 午前9時～午後2時30分
- ㊱市内在住で20歳以上の女性
- ㊲内問診、骨密度測定
- ㊳定午前・午後各40人(申込順)
- ㊴費用 無料
- ㊵⑦乳がん検診
- ㊶10月23日(木) 午後1時～1時45分
- ㊷市内在住で40歳以上の方
- ㊸内視鏡検査、乳房エックス線検査および乳がんの自己検査法の指導(検査は、多少時間がかかります)
- ㊹持バスタオル
- ㊺定90人(申込順)
- ㊻費用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)



●高齢者向けインフルエンザ予防接種  
10月1日(水)～12月25日(木)  
場市内委託医療機関  
対市内在住で接種当日65歳以上の方  
または60歳以上65歳未満で心臓・腎臓・呼吸器などの障がいによる、身

障害者手帳1級をお持ちの方  
費用1000円(生活保護受給世帯の方は、受給証提示により無料)  
申12月16日までに、電話で保健センターへ(65歳以上の方は申込不要)  
※65歳以上の方に、予診票などを9月下旬に送付します。届かない方は保健センターへお問い合わせください。

①介護予防講演会 「知って安心!もの忘れ」〜認知症になっても安心して暮らせる地域をめざして〜  
②10月6日(月) 午後1時30分～3時30分(受付 午後1時～)

③市内在住・在勤の方

④シニア世代のもの忘れ事情についての講演、認知症サポーター養成講座

⑤講師 小平敦之さん(医療法人社団 みどり会武里病院認知症連携担当)

⑥定80人(申込順)

⑦費用 無料

⑧ママのこころの相談 (1人45分)

⑨10月7日(火) 午前9時30分～11時

⑩子育て不安やお子さんの発達の遅れなどに不安を持つ乳幼児の保護者などに関する個別相談

⑪定3人(申込順)

⑫ヘルシーチェック健康診査

⑬10月10日(金) 午前9時～9時45分

⑭結果説明日 11月7日(金)

⑮市内在住で20歳～39歳の方

⑯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)

⑰定60人(申込順)

⑱費用500円 ※八潮市国民健康保険加入者

⑲生活保護受給世帯(受給証提示)

⑳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

㉑④胃がん・肺がん検診

㉒10月14日(火)・15日(水) 午前8時30分～11時

㉓市内在住の40歳以上の方

㉔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)

㉕定各日100人(申込順)

㉖費用が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)

㉗⑤お口の健康教室

㉘10月17日(金) 午前9時30分～11時30分

㉙市内在住で65歳以上の方

㉚内歯科衛生士による歯磨きの指導、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

㉛持タオル

㉜定20人(申込順)

㉝費用 無料

㉞⑥骨粗しょう症検診

㉟10月20日(月) 午前9時～午後2時30分

㊱市内在住で20歳以上の女性

㊲内問診、骨密度測定

㊳定午前・午後各40人(申込順)

㊴費用 無料

㊵⑦乳がん検診

㊶10月23日(木) 午後1時～1時45分

㊷市内在住で40歳以上の方

㊸内視鏡検査、乳房エックス線検査および乳がんの自己検査法の指導(検査は、多少時間がかかります)

㊹持バスタオル

㊺定90人(申込順)

㊻費用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)

●八潮市立休日診療所(小児科・内科)  
☎95・3383  
日曜日、祝日、振替休日 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)

●草加市子ども急病夜間クリニック  
☎95・6401  
月～金曜日 午後7時30分～10時  
日曜日、祝日 午後7時～翌朝7時

●小児救急電話相談 ☎8000  
(または、☎48・833・7911)

●土曜朝7時～翌朝7時

●乳幼児相談 カレンジャー  
①乳幼児相談  
日10月7日(火) 午前9時30分～10時30分(当日受付)

②満2カ月～未就学児

③すこやか相談  
日10月16日(木) 午後1時30分～3時(予約制)

④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

⑤パパ・ママ学級  
日10月19日(日) 午後1時～4時(予約制)

⑥プレマサロン  
日10月31日(金) 午後1時30分～3時30分(当日受付)

⑦妊婦  
⑧共通  
⑨保健センター  
⑩電話または電子申請、④⑤は電話で保健センターへ

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)

⑧メタボ予防の料理教室  
自分にあつた食事の量やバランスなどについて、調理をしながら楽しく学びます。

日10月8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)

講師 在宅栄養士  
持エプロン、三角巾

定20人(申込順)

費用500円(食材料費)

⑨おいしく食べよう栄養教室  
日10月16日(木) 午前10時～午後0時30分

対市内在住で65歳以上の方

対バランスの良い食事についての講話、簡単に栄養満点な食事作り

持エプロン、三角巾

定20人(申込順)

費用500円(食材料費)

⑩共通  
⑪保健センター  
⑫①～⑦は随時、⑧⑨は9月16日から、電話で保健センターへ