

# 子育て情報コーナー



## わんぱる (だいばら児童館) ☎999-0321

時午前9時～午後5時 9日 キッカーボード  
 1月の休館日…毎週水曜日 16日 卓球  
 年始休館日…1日(祝)～3日(日) 23日 キッカーボード  
 30日 風船バレー

—1月の主な予定—

▼21日(木) 午前10時～午後1時＝子育て相談 困育児の不安や悩み、指しゃぶり・かんしゃく・おねしょなどへの対処、学校や家庭の人間関係、言葉の遅れなどに関する相談(1人50分程度) 定3人(申込順)

(幼児向けイベント)  
 ▼26日(火) 午前10時30分～＝節分製作 定親子15組(申込順)

(のびのびサロン)  
 ▼14日(木) 午前10時30分～11時＝身体測定、午前11時10分～正午＝栄養相談、講話「かぜと食事」

(小学生向けイベント)  
 ▼毎日 午後4時～ チャレンジランキング＝なわとび  
 1分間に何回とべるか挑戦  
 ▼毎週土曜日 午後2時30分～ なかよしひろば 定各15人(申込順)

▼冬休みイベント  
 5日(火) 午後2時30分～ こまを作って遊ぼう 困小学生、保護者同伴の幼児 定15組(申込順)  
 7日(木) 午後2時30分～ かるた取り 困小学生、保護者同伴の幼児 定15組(申込順)

(ほのぼのサロン)  
 ▼21日(木) 午前11時～ 親子ふれあい遊び、ママのおしゃべりタイム(保育士も一緒に参加します)  
 ▼毎週月・火・金曜日 午前11時30分～ ちゅうりっぷリズム＝体操、ふれあい遊び、手遊び、歌遊び  
 ▼毎週月曜日 午前11時～ おはなし会＝紙芝居、絵本の読み聞かせ  
 ▼毎週木曜日 午前10時～正午 ポールプール＝たくさんのボールを入れた組み立てプールの中で遊ぶ  
 ▼毎週土・日曜日、祝日 午前9時～正午 電車で遊ぶ

## 八潮市ファミリー・サポート・センター ☎997-4321

地域の子育て支援に関心のある方、支援 日平成28年1月15日(金) 午前10時～11時を受けたい方、会員登録をお願いします。 場文化スポーツセンター研修室

●入会説明会 (センターのしくみなどを説明) 困お子さんをおもちで援助を希望する方、援助をしていただける方

## 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	金	
身体測定	午前10時～午後3時				
	25日(月)	19日(火)	6日(水)	7日(木)	29日(金)
講習など(1)	午前10時～11時30分				
	5日(火)	27日(水)	13日(木)	15日(金)	
講習など(2)	午前11時～正午				
	お正月遊び	新聞紙遊び	節分製作	栄養相談	タッチケア
講習など(2)	19日(火)	20日(水)	27日(水)	22日(金)	子育て親子の交流の場としてご利用ください。
	午前11時～11時30分	午前11時30分～正午	午前11時～正午	午前11時～午後1時	
	図書館読み聞かせ	ボランティアお話し会	節分遊び	巡回相談	

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。  
 \*各ひろばへのご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車場・駐輪場がありません。  
 \*駅前出張子育てひろばへご来場の際は、靴入れをお持ちください。  
 \*年末年始の休館日：全ひろば12月28日(月)～平成28年1月3日(日)  
 \*1月の休館日：12日(火)＝はちじょう子育てひろば

# 保健センターからのお知らせ

1ルデポルターレ楓  
 室内用運動靴、飲み物、タオル  
 定50人(申込順)  
 費無料

●ノロウイルスに注意!  
 ノロウイルスは強い感染力をもち、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、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。

《予防のポイント》  
 ・流水、石けんによる手洗いの徹底  
 ・食品の十分な加熱調理  
 ・調理器具の十分な洗浄消毒  
 ・患者のおう吐物などの処理による二次感染に気をつける

①いきいきヘルスアップ(肥満予防)教室  
 日平成28年1月14日～3月10日(2月11日を除く毎週木曜日・全8回) 午前10時～正午(2月18日の調理実習日は午後0時30分まで)  
 対市内在住で65歳以上の方  
 対市内用運動靴、飲み物、タオル(調理実習日のみエプロン、三角巾)  
 定20人(申込順)  
 費無料(調理実習日のみ食材料費500円)

②ヘルシーチェック健康診査  
 日平成28年1月15日(金) 午前9時～9時45分  
 結果説明会 2月18日(木)  
 対市内在住で20～39歳の方  
 対市内用運動靴、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健康づくりの料理教室  
 日平成28年1月20日(水) 午前10時～午後1時30分  
 対市内在住の64歳以下の方(調理未経験者歓迎)  
 対市内用運動靴、飲み物、タオル(講師 玉崎志朋さん(スポーツスク)

④健康づくり講座  
 「メタボリックシンドロームを予防&改善!健康からはじめる健康づくり」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。  
 日平成28年1月13日(水) 午後1時30分～3時30分  
 対特定健診を受診した方  
 費無料

⑤おいしく食べよう栄養教室  
 日平成28年1月21日(木) 午前10時～午後0時30分  
 対市内在住で65歳以上の方  
 対市内用運動靴、飲み物、タオル(栄養生活改善推進会によるバランスの良い食事についての講話や、簡単な栄養満点な食事作り  
 対エプロン、三角巾)  
 定20人(申込順)  
 費500円(食材料費)

⑥お口の健康教室  
 日平成28年1月25日(月) 午後1時30分～3時30分  
 対市内在住で65歳以上の方  
 対市内用運動靴、飲み物、タオル(歯科衛生士による歯磨き(ブラッシング)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)  
 対エプロン、三角巾)  
 定20人(申込順)  
 費無料

⑦介護予防講演会(カラダに効くオーキング)  
 日平成28年1月29日(金) 午後2時～3時30分  
 場エイトアリーナ  
 対市内在住の方  
 対市内用運動靴、飲み物、タオル(講師 玉崎志朋さん(スポーツスク)

①乳幼児相談  
 日平成28年1月7日(木) 午前9時30分～10時30分(当日受付)  
 対満2カ月～未就学児  
 対ママサロン

②プレママサロン  
 日平成28年1月15日(金) 午後1時30分～3時30分(当日受付)  
 対妊婦

③パパ・ママ学級  
 日平成28年1月17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

④すこやか相談  
 日平成28年1月21日(木) 午後1時30分～3時30分

●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、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)

●草加市子ども急病夜間クリニック ☎954-6401  
 日午後6時30分～10時30分  
 場草加市立病院内  
 対0～15歳の患者で内科系の症状(発熱、腹痛、おう吐など)

●埼玉県救急医療情報センター ☎048-824-4199

●小児救急電話相談 ☎8000(または、☎048-833-7911)  
 日午後7時～翌朝7時  
 対月曜日・土曜日 午後7時～翌朝7時  
 対日曜日・祝日 午前7時～翌朝7時

●大人の救急電話相談 ☎7000(または、☎048-824-4199)  
 日午後6時30分～10時30分  
 対日本中毒情報センター大阪  
 中番11番(24時間) ☎072-727-2499

●急病のときは  
 緊急に医療機関の受診が必要などに、診療できる病院を24時間体制で案内

●小児救急電話相談 ☎8000(または、☎048-833-7911)  
 日午後7時～翌朝7時  
 対月曜日・土曜日 午後7時～翌朝7時  
 対日曜日・祝日 午前7時～翌朝7時

●大人の救急電話相談 ☎7000(または、☎048-824-4199)  
 日午後6時30分～10時30分  
 対日本中毒情報センター大阪  
 中番11番(24時間) ☎072-727-2499

●急病のときは  
 緊急に医療機関の受診が必要などに、診療できる病院を24時間体制で案内