

子育て情報コーナー



### 子育てひろば

5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	月～木	火～金	火～金	月・水・木・金	金
主な事業	午前10時～午後3時				
	午前10時～11時30分				
身体測定	25日(月)	15日(金)	13日(水)	14日(木)	29日(金)
	午前11時～正午				
講習など	親子ふれあい遊び				子育て親子の交流の場としてご利用ください。
	栄養相談	ふれあい遊び	新聞紙あそび		

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。  
 \* 「駅前出張子育てひろば」は、平成27年4月から金曜日に開催しています。  
 \* 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車場・駐輪場がありません。  
 \* 5月の休館日：はちじょう子育てひろば・楽習館子育てひろば7日(木)

### わんぱる (だいらら児童館) ☎999-0321

時午前9時～午後5時  
5月の休館日…毎週水曜日

—5月の主な予定—  
 ▼21日(木) 午前10時～午後1時＝子育て相談(申込順)  
 (幼児向けイベント)  
 ▼12日(火) 午前10時30分～＝アンパンマンをつくろう 定親子15組(申込順)  
 ▼28日(木) 午前11時～11時45分＝おやこdeヨガ 誕生後6カ月～1歳の乳幼児とその保護者 随飲み物定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＝講話「つまない」、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～)＝わりばしダーツ  
 ▼なかよしひろば(土曜日、午後2時30分～)  
 ・2日 キッカーボード  
 ・9日 卓球  
 ・16日 キッカーボード  
 ・23日 風船バレー  
 (ほのぼのサロン)  
 ▼21日(木) 午前11時～＝おはなし会、ママのおしゃべりタイム(保育士も一緒に参加します)

### 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、支援を受けたい方、会員登録をお願いします。  
 ▼入会説明会(センターのしくみなどの説明)  
 日5月8日(金) 午前10時～11時  
 対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  
 ▼講習会(お子さんを預かるための心構えなど)  
 日5月22日(金) 午前10時～正午

対援助をしていただける方  
 共通—  
 場文化スポーツセンター研修室  
 申開催日の3日前までにセンターへ  
 \*参加する際、おおむね生後1歳から就学前までのお子さんを預かりします(要事前申し込み、先着6人)。  
 \*入会説明はセンター内でも随時開催します。詳しくは、センターへお問い合わせください。

## 若返るぞ!シニア体操教室

①エイトアリーナ(鶴ヶ曾根体育館)  
 日5月11日～7月13日(毎週月曜日・全10回)  
 午前10時～11時30分 定100人(申込順)

②文化スポーツセンター  
 日5月15日～7月17日(毎週金曜日・全10回)  
 午前10時～11時30分 定80人(申込順)

③コミュニティーセンター  
 日5月19日～7月21日(毎週火曜日・全10回)  
 午前10時～11時30分 定20人(申込順)

④ゆまにて  
 日5月27日～7月29日(毎週水曜日・全10回)  
 午前10時～11時30分 定30人(申込順)

⑤八條公民館  
 日5月21日～7月23日(毎週木曜日・全10回)  
 午前10時～11時30分 定30人(申込順)

⑥八潮メセナ・アネックス  
 日5月20日～7月22日(毎週水曜日・全10回)  
 午前10時～11時30分 定30人(申込順)

⑦資料館  
 日5月22日～7月24日(毎週金曜日・全10回)  
 午前10時～11時30分 定20人(申込順)

—①～⑦共通—  
 対市内在住で65歳以上の方  
 因専門の指導員による運動の実技指導と、継続的な運動習慣の定着のためのアドバイス  
 持室内用運動靴、飲み物、タオル  
 費無料  
 申電話で保健センターへ  
 ※他会場との同時参加はできません。

### 各種検診・お知らせ

①ヘルシーチェック健康診査  
 日5月10日(日) 午前9時～9時45分  
 結果説明会 6月14日(日)

②ヘルシーアップ健康教室  
 日5月18日(月) 午後1時30分～3時30分  
 対市内在住で65歳以上の方  
 因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

③お口の健康教室  
 日5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  
 因熱中症予防の話、栄養バランスを

④ヘルシーアップ健康教室  
 日5月22日(金) 午前10時～午後1時30分  
 対市内在住で65歳以上の方  
 因専門の指導員による運動の実技指導と、継続的な運動習慣の定着のためのアドバイス  
 持室内用運動靴、飲み物、タオル  
 費無料  
 申電話で保健センターへ  
 ※他会場との同時参加はできません。

### 保健センターからのお知らせ

●大人の風しん予防接種費用の一部を助成  
 市では妊婦が風しんウイルスに感染し、先天性風しん症候群の赤ちゃんが生まれることを予防するため、大人の風しん予防接種費用の一部を助成します。

接種期間 平成28年3月31日まで  
 対予防接種を受けた日に、市内に住所を有する方で、次のいずれかに該当する方  
 ▼妊娠を予定または希望する女性で、19歳以上49歳以下の方▼妊娠中の女性の夫(事実上婚姻関係にある方を含む)で、19歳以上の方▼妊娠前の女性の夫は対象になりません。  
 因「風しんワクチン」または「麻疹風しん混合ワクチン(MR)」  
 助成金額 上限3000円(1人1回限り)  
 ※接種費用が3000円未満の場合、接種費用の額  
 申請受付期間 平成28年4月15日(郵送の場合は当日消印有効)まで

②介護予防健康体操教室  
 日5月12日～7月14日(毎週火曜日・全10回) (1)午前10時～11時30分 (2)午後1時～2時30分(3)午後3時～4時30分  
 対市内在住で65歳以上の方  
 因「筋力トレーニングやストレッチ」  
 ▼自宅でできる運動の紹介と実技、運動継続のアドバイス  
 持室内用運動靴、飲み物、タオル  
 定1(各30人)(申込順)  
 費無料(調理実習日のみ食材料費500円)

③お口の健康教室  
 日5月18日(月) 午後1時30分～3時30分  
 対市内在住で65歳以上の方  
 因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

④いきいきヘルスアップ教室  
 日5月18日～7月27日(6月8日、7月6日・20日を除く毎週月曜日・全8回) 午前10時～正午(6月22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  
 因調理の工夫と運動を学ぶ  
 持室内用運動靴、飲み物、タオル  
 定20人(申込順)  
 費無料(調理実習日のみ食材料費500円)

⑤健康づくりの料理教室  
 日5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  
 因熱中症予防の話、栄養バランスを

⑥おいしく食べよう栄養教室  
 日5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  
 因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)

⑦骨粗しょう症検診  
 日5月26日(火) 午前9時～午後2時30分  
 対市内在住で20歳以上の女性の方  
 因問診、骨密度測定  
 定午前・午後各40人(申込順)  
 費無料  
 ①～⑦共通—  
 場保健センター  
 申⑤⑥は4月15日から、その他は随時電話で保健センターへ

### 急病の時は

●八潮市立休日診療所(小児科・内科) ☎995-3383  
 日曜・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 ☎954-6401  
 日曜・金曜日 午後7時30分～10時30分  
 土・日曜日、祝日 午後6時30分～10時30分  
 場草加市立病院内  
 対0歳～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  
 (または、☎048-833-7911)  
 日曜・土曜日 午後7時～翌朝7時  
 日曜・祝日 午前9時～翌朝7時  
 因子どもの急病(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。  
 ●大人の救急電話相談 ☎70000  
 (または、☎048-824-4199)  
 日毎日 午後6時30分～10時30分  
 ●(財)日本中毒情報センター大阪  
 中毒110番(24時間) ☎072-727-2499  
 因毒物(薬、化学薬品など)を誤って飲んだときの応急手当の仕方

### 5月のすこやかカレンダー

①乳児相談  
 日5月11日(月) 午前9時30分～10時30分(当日受付)  
 対満2カ月～未就学児  
 ②すこやか相談  
 日5月21日(木) 午後1時30分～3時(予約制)  
 対お子さんの発育・発達やことばの遅れ、夜尿症、落ち着きがないなどの心配がある方  
 ③パパ・ママ学級  
 日5月10日(日) 午後1時～4時(予約制)

④離乳食(初期)教室  
 日5月27日(水) 午前10時30分～正午(予約制)  
 対満5～6カ月児  
 ⑤離乳食(後期)教室  
 日5月28日(木) 午前10時30分～正午(予約制)  
 対満10～11カ月児  
 ⑥プレママサロン  
 日5月29日(金) 午後1時30分～3時30分(当日受付)  
 対妊婦

①～⑥共通—  
 場保健センター  
 申③は電子申請または電話、④⑤は電話で保健センターへ

### 考えた調理実習

持エプロン、三角巾  
 定20人(申込順)  
 費500円(食材料費)

⑦骨粗しょう症検診  
 日5月26日(火) 午前9時～午後2時30分  
 対市内在住で20歳以上の女性の方  
 因問診、骨密度測定  
 定午前・午後各40人(申込順)  
 費無料  
 ①～⑦共通—  
 場保健センター  
 申⑤⑥は4月15日から、その他は随時電話で保健センターへ