

子育て情報コーナー



子育てひろば					
8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 ちびっこコミュニケーションルーム	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
(祝日を除く)					
主な事業	午前10時～午後3時				
	午前10時～11時30分				
	24日(月)	18日(火)	12日(水)	6日(木)	21日(金)
	子育て親子の交流の場としてご利用ください。				
講習など	26日(水)	7日(金)	19日(水)	5日(木)	
	午前11時～正午	午前10時～11時	午前11時～正午		
	栄養相談	タッチケア	バルーンアート	栄養相談	

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。
 *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輪場・駐車場がありません。
 *8月の休館日：駅前出張子育てひろば14日(金)、28日(金)
 楽習館子育てひろば13日(水)、14日(金)

わんぱる (だいらら児童館) ☎999-0321

時 午前9時～午後5時
 8月の休館日…毎週水曜日

— 8月の主な予定 —

- ▼27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)
- ▼4日(火) 午前10時30分～=スライムで遊ぼう 親子15組(申込順)
- ▼6日(木) 午前11時～11時45分=おやこdeヨガ 対0歳～1歳の乳幼児とその保護者 種飲み物 親子15組(申込順)
- (のびのびサロン)
- ▼20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「睡眠」(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～) =フィルムケース積み
- ▼なかよしひろば(毎週土曜日、午後2時30分～) 各15人(申込順)
- ・1日 キッカーボード
- ・8日 卓球
- ・15日 キッカーボード
- ・22日 風船バレー(ほのぼのサロン)
- ▼27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)
- (夏休みイベント)
- ▼21日(金) 午前11時～正午=夏のスペシャルデー 園就学前の親子 対スペシャルちゅうりっぷリズム、コーナー遊び(お面、ロケット風船、くじ引き)

ちゅうりっぷリズム

保健センターからのお知らせ

申問 ☎995・3381

●食中毒に気をつけましょう
 食品に細菌やウイルスが付いている、見た目や臭い、味の変化がないため、食中毒は少しの油断でかかり、命に関わる危険があります。もしおう吐や下痢など、食中毒の疑いがある症状がでたら、早めに医療機関を受診しましょう。

【食中毒予防の3原則】

- ①細菌をつけない
- ②こまめに手を洗おう。
- ③食品はしっかりと加熱しよう。

・まな板は、肉用と魚用に分けよう。
 ・食品の保管は、密閉容器やラップをかけて冷蔵庫に保管しよう。
 ・②細菌を増やさない
 ・冷蔵庫に食品を詰めすぎず、冷気が庫内を回るようにしよう。
 ・冷蔵庫以外での解凍はやめよう。
 ・食品は早めに食べよう。
 ・③細菌を殺菌する
 ・食品はしっかりと加熱しよう。
 ・使用したふきんや調理器具は、熱湯をかけるなどの消毒をしよう。

●蚊を介する感染症の予防対策
 蚊を介する感染症を防ぐためには、蚊を増やさない、蚊に刺されないことが重要です。

- ①蚊を増やさない
- ②蚊に刺されない

・蚊は植木鉢の受け皿やプラスチック容器などに溜まった雨水など、小さな水たまりで発生するので、日頃から住まいの周囲の水たまりをなくすように心がけよう。

●八潮市母子愛育会員募集
 市内在住の女性で、市の母子の健康づくりを中心に、地域住民の健康づくりに関心のある方
 内地域での声かけ活動や出前講座などでの妊婦体験、乳幼児のお世話についての講話・実習、各種健診の受診勧奨など
 費年会費1000円
 ●コバトンお達者倶楽部
 外出で楽しみながら健康づくりを定期的な外出という気軽な健康づくりに、ぜひご参加ください。
 市内在住で65歳以上の方
 ①最寄りの地域包括支援センターや保健センター、市役所長寿介護課でカードを受け取り、登録店を1カ所選びます(カードと一緒に登録店の一覧表をお渡しします)。
 ②その登録店で買い物や飲食などをするとスタンプを押してもらえます。
 ③3カ月以内に10個のスタンプが貯まったら、その登録店などから特典をもらえます。
 ・登録店には、ステッカーやポスターが掲示されています。
 ・登録店の最新の情報は県ホームページ(<http://www.pref.saitama.lg.jp/>)をご覧ください。
 【店舗・企業の皆さんへ】
 ・随時、登録店を募集しています。

●各種健診のお知らせ

- ①親子料理教室
 8月4日(火)・6日(木) 午前10時～午後1時
 対5歳～小学校6年生の子どもと保護者
 市内で作ろう「手打ちうどん」とバランス献立、お話、クイズ、調理実習
 対エプロン、三角巾
 対親子各20組(申込順)
 対親子(親1人子1人) 500円(食料費)1人増えるごとに100円
- ②ヘルシーエッグ健康診査
 8月18日(火) 午前9時～9時45分
 ※結果説明会 9月24日(木)
 市内在住の20歳～39歳の方
 ③健康づくりの料理教室
 8月19日(水) 午前10時～午後1時30分
 市内在住の64歳以下の方(調理未経験者歓迎)
 ④おいしく食べよう栄養教室
 8月20日(木) 午前10時～午後0時30分
 市内在住の65歳以上の方
 対エプロン、三角巾
 対20人(申込順)
 対500円(食料費)
- ⑤胃がん・肺がん検診
 8月20日(木) 午前8時30分～11時
 市内在住の40歳以上の方
 ⑥骨粗しょう症検診
 8月24日(月) 午前9時～午後2時

●8月のすこやかカレンダー

- ①乳幼児相談
 8月5日(水) 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
 8月20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、落ち着きが無いなどの心配がある方
- ③パパ・ママ学級
 8月9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離乳食(初期)教室
 8月26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
 8月27日(木) 午前10時30分～正午(予約制)
 対満10～11カ月児
- ⑥プレマサロン
 8月31日(月) 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③④は15日から、その他は随時電話で保健センターへ

●急病のときは

●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
 ①0歳児～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)
 日曜・土曜日 午後7時～翌朝午前7時
 日曜・祝日 午前7時～翌朝午前7時
 ②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
 ●大人の救急電話相談 ☎7000
 (または、☎048・824・4199)
 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
 ③毒物(薬、化学薬物など)を誤って飲んだときの応急手当の仕方

●市内在住で20歳以上の女性の方
 ①問診、骨密度測定
 対午前・午後各40人(申込順)
 費無料

●市内在住の64歳以下の方(調理未経験者歓迎)
 対エプロン、三角巾
 対20人(申込順)
 対500円(食料費)

●市内在住の65歳以上の方
 対エプロン、三角巾
 対親子各20組(申込順)
 対親子(親1人子1人) 500円(食料費)1人増えるごとに100円

●市内在住の20歳～39歳の方
 ③健康づくりの料理教室
 8月19日(水) 午前10時～午後1時30分
 市内在住の64歳以下の方(調理未経験者歓迎)
 ④おいしく食べよう栄養教室
 8月20日(木) 午前10時～午後0時30分
 市内在住の65歳以上の方
 対エプロン、三角巾
 対20人(申込順)
 対500円(食料費)

●市内在住の40歳以上の方
 ⑤胃がん・肺がん検診
 8月20日(木) 午前8時30分～11時
 市内在住の40歳以上の方
 ⑥骨粗しょう症検診
 8月24日(月) 午前9時～午後2時

