子育てひろば

9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	火～金	月･水･木･金	金
	午前10時～午後3時				
主な事業 身体測定	28日㈪	18日㈮	16日㈬	10日㈭	25日㈮
	午前10時～11時30分				
主な事業 講習など(1)	17日㈭	10日㈭	9日㈬	7日㈪	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40分				
	子どもの病気・ケガ・事故について				
主な事業 講習など(2)	7日㈪	3日㈭	2日㈬	11日㈮	
	午前11時～正午	午前11時～午後1時	午前11時～正午	午前10時～11時	
	新聞遊び	巡回相談	読み聞かせ	タッチケア	

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、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。

＊9月の休館日：24日㈭＝楽習館子育てひろば、はちじょう子育てひろば

わんぱる（だいばら児童館）☎999-0321

時午前9時～午後5時

9月の休館日…毎週水曜日（祝日の場合は次の平日）

―9月の主な予定―

▼17日㈭　午前10時～午後1時＝子育て相談　内育児の不安や悩み、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）

▼8日㈫　午前10時30分～＝小麦粉粘土で遊ぼう　定親子15組（申込順）

（のびのびサロン）

▼10日㈭　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「指しゃぶり」

（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＝ボウリング　ピンをどれくらい倒せるかに挑戦しよう。

▼なかよしひろば（毎週土曜日、午後2時30分～）　定各15人（申込順）
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

（ほのぼのサロン）

▼17日㈭　午前11時～　手作りおもちゃ､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　ボールプール=沢山のボールを入れた組み立てプールの中で遊ぼう

▼毎週土・日曜日、祝日　午前9時～正午　電車で遊ぼう

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を説明します）

日9月15日㈫　午前10時～11時

場文化スポーツセンター研修室

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

＊各申し込みは、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お預かりします。（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。

子育て情報コーナー

保健センターからのお知らせ

申問☎995・3381

●夏バテ予防には夏野菜

夏の野菜や果物には水分が多く体を冷やす効果があります。また、疲労回復に効果のあるビタミンC、老化防止（抗酸化作用）のビタミンEも豊富です。例えば、かぼちゃ、トマト、なす、とうがん、キュウリ、ゴーヤ、みょうが、ピーマン、パイナップル、桃、すいかなどです。

各種検診・教室などの お知らせ

①健康づくりの料理教室

日9月9日㈬　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）

内塩分の減らし方の話と調理実習

持エプロン、三角巾

定20人（申込順）

費500円（食材料費）

②おいしく食べよう栄養教室

日9月10日㈭　午前10時～午後0時30分

対市内在住で65歳以上の方

内バランスの良い食事についての話と調理実習

持エプロン、三角巾

定20人（申込順）

費500円（食材料費）

③お口の健康教室

日9月16日㈬　午後1時30分～3時30分

対市内在住の65歳以上の方

内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

持タオル

定20人（申込順）

④骨粗しょう症検診

日9月18日㈮　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

内問診、骨密度測定

定午前・午後各40人（申込順）

⑤胃がん・肺がん検診

日9月27日㈰　午前8時30分～11時

対市内在住の40歳以上の方

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）

定100人（申込順）

費胃がん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）

⑥ヘルシーチェック健康診査

日9月29日㈫　午前9時～9時45分

結果説明会　10月27日㈫

対市内在住で20歳～39歳の方

内身体計測、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）

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

⑦いきいきヘルスアップ（肥満予防）教室

日9月14日・28日、10月5日・19日・26日、11月2日・9日・30日（各月曜日・全8回）　午前10時～正午（10月26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

内効果的な運動と栄養を学ぶ

持室内用運動靴、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（10月26日は食材料費500円）

⑧子育てメンタルサロン

子育てに対する不安や困難さを感じている女性が集い、日頃感じていることを自由に話し、交流する場です。

日月1回　午前10時～11時

対子育てに不安などを感じている母親・妊婦※利用には登録が必要

―①～⑧共通―

場保健センター

申①②は8月17日から、③～⑧は随時、電話で保健センターへ

費③④⑦⑧は無料

9月のすこやかカレンダー

①乳幼児相談

日9月3日㈭　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9月24日㈭　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9月27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

日9月16日㈬　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9月17日㈭　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9月30日㈬　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

―②～⑤共通―

申電話で保健センターへ（③は電子申請も可）

急病のときはこちらへ

●八潮市立休日診療所（小児科・内科） ☎995・3383

日日曜・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▼月～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

内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

内緊急に医療機関の受診が必要なときに、診療できる病院を24時間体制でご案内

●小児救急電話相談 ☎#8000（または、☎048・833・7911）

日▼月～土曜日　午後7時～翌朝7時▼日曜・祝日　午前7時～翌朝7時

内子どもの急病（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）

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

内毒物（薬、化学薬物など）を誤って飲んだときの応急手当の仕方

日日時・期間　場場所　対対象　内内容　持持ち物　定定員　費費用　申申し込み　問問い合わせ