

# 子育て情報コーナー



## 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	だいばら 子育てひろば ☎996-3839	駅前 子育てひろば ☎951-0285	
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	だいばら 児童館 すくすくルーム	やしお子育て ほっとステー ション	
日時	月~木	火~金	火~金	月・水・木・金	月・火・木・金	毎日	
	午前10時~午後3時					午前10時~午後4時	
主な事業	身体測定	30日(月)	17日(火)	18日(水)	11日(水)	12日(木)	23日(月)
		午前10時~11時30分					
	講習など(1)	5日(木) 午前11時~正午	13日(金) 午前10時~11時	11日(水) 午前11時~正午	18日(水) 午前11時~正午	毎週月曜日 午前11時~11時30分	13日(金) 午前11時~正午
		お正月製作	タッチケア	栄養相談	お話会	栄養相談	
講習など(2)	31日(火)	27日(金)	25日(水)	27日(金)	26日(木)	20日(金)	
	午前11時~正午			午前10時30分~正午	午前10時30分~11時	午前10時15分~11時15分	
	栄養相談	節分製作	節分遊び	就業セミナー	節分製作	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。  
\*各ひろばへの来場は公共交通機関をご利用ください。  
※1月の休館日：全ひろば=1日(祝)~3日(火)、はちじょう子育てひろば=10日(火)

## わんぱる(だいばら児童館)

☎999-0321

### 1月の主な予定

☎午前9時~午後5時  
1月の休館日…祝日を除く水曜日、1日(祝)~3日(火)

- ▼26日(木) 午前10時~午後1時=子育て相談(申込順)  
☑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)
- ▼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
- ▼毎週木曜日 午前10時~正午=ボールプール ☑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=電車で遊ぼう
- (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分間に何回跳べるか挑戦
- ▼毎週土曜日 午後2時30分~=なかよしひろば ☑各15人(申込順)  
7日 キッカーボード  
14日 ビンゴゴルフ  
21日 キッカーボード  
28日 風船パレー
- ▼冬休みイベント  
5日(木) 午後2時30分~=福笑い作り  
6日(金) 午後2時30分~=とびだせ!ロケット  
☑小学生、保護者同伴の幼児 ☑15組(申込順)

## 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、支援を受けたい方は、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)  
☑平成29年1月13日(金) 午前10時~11時  
☑文化スポーツセンター研修室

☑お子さんがいて援助を希望する方、援助ができる方  
☑1月10日までに、ファミリーサポートセンターへ  
※託児あり(要事前予約、先着6人)  
※入会説明はセンター内でも随時開催します。

## 保健センターからのお知らせ

申問 ☎95・3381

### ●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、せっけんによる手洗いをしましょう。
- ・食品の調理は十分に加熱をしましょう。
- ・調理器具は十分に洗浄消毒をしましょう。

### 《おう吐物や便の処理法》

患者のおう吐物や便には大量のウイルスが含まれます。必ずマスクとゴム手袋を着用し、静かにふき取り、ふき取った雑巾などはビニール袋に入れ密閉して捨てましょう。

また、汚染された場所や物は、家庭用塩素系漂白剤を約200倍に薄めた液体が熱湯で消毒してください。



### 各種検診・教室のお知らせ

#### ①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。

☑平成29年1月12日(木) 午後1時30分~3時30分  
☑特定健診を受診した方  
※5人以上集まれば、公民館など、

### ●ご希望の場所へ「出前講座」として、無料で保健師・栄養士が伺います。詳しくは、保健センターにご相談ください。

#### ②ヘルシーエック健康診査

☑平成29年1月15日(日) 午前9時~9時45分

#### 結果説明会

☑市内在住で20~39歳の方

☑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)

定60人(申込順)

費500円

#### ③骨粗しょう症検診

☑平成29年1月15日(日) 午前10時~11時30分

結果説明会 2月27日(月) 午前10時~正午(初回の受診者のみ)

☑市内在住で20歳以上の女性

☑内問診、骨密度測定

定各50人(申込順)

費200円

#### ④健康づくりの料理教室

☑平成29年1月17日(火) 午前10時~午後1時30分

☑市内在住で64歳以下の方(調理未経験者歓迎)

☑1日350グラムの野菜についての講話と調理実習

持三角巾、エプロン

定20人(申込順)

費500円(食材料費)

#### ⑤こころの健康講座

☑平成29年1月17日(火) 午後1時30分~3時30分

☑市内在住・在勤の方

☑内講座「笑いはこころの薬!笑いヨガを体験してみよう!」

講師 成嶋規子さん(日本笑いヨガ協会)

持動きやすい服装、運動靴、飲み物

定180人(申込順)

### 無料

①②③共通

④⑤⑥⑦共通

⑧⑨⑩⑪⑫⑬⑭⑮⑯⑰⑱⑲⑳㉑㉒㉓㉔㉕㉖㉗㉘㉙㉚㉛㉜㉝㉞㉟㊱㊲㊳㊴㊵㊶㊷㊸㊹㊺

☑電話で保健センターへ

### 1月のすこやかカレンダー

#### ①乳幼児相談

☑平成29年1月6日(金) 午前9時30分~10時30分(当日受付)

☑満2カ月~未就学児

#### ②ママのこころの相談

☑平成29年1月6日(金) 午前9時30分~11時(一人45分)

☑乳幼児の保護者、妊婦

☑内臨床心理士による子育て上の悩み、不安などの相談

定2人(予約制)

#### ③パパ・ママ学級

☑平成29年1月15日(日) 午後1時~4時(予約制)

☑妊婦5~7カ月の初妊婦および夫

#### ④すこやか相談

☑平成29年1月19日(木) 午後1時30分~3時(予約制)

☑市内在住で64歳以下の方(調理未経験者歓迎)

### 急病のつらさはひとひと

☑八潮市立休日診療所(小児科・内科) ☎995・3383

☑日曜・祝日、振替休日、年末年始 午前10時~正午、午後2時~4時

☑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

☑月~金曜日 午後7時30分~10時30分

☑土・日曜日、祝日、年末年始 午後6時30分~10時30分

☑草加市立病院内

☑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、☎048・833・7911

☑月~土曜日 午後7時~翌朝7時

☑日曜・祝日、年末年始 午前7時~翌朝7時

☑子どもの急病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、☎048・824・4199

☑月~土曜日 午後6時30分~10時30分

☑日曜・祝日、年末年始 午前9時~午後10時30分

☑休日・夜間の急な病気やけがに関するアドバイス

☑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、化学薬品など)を誤って飲んだときの応急手当ての仕方

### ①②③共通

※受診できる回数は年度内1回

☑八潮市国民健康保険被保険者(補助金申請書提出)、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)、70歳以上の方(保険証の提示)、65歳以上69歳までの後期高齢者医療被保険者(保険証の提示)の方は無料

### ④⑤⑥⑦共通

☑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

### ⑧⑨⑩⑪⑫⑬⑭⑮⑯⑰⑱⑲⑳㉑㉒㉓㉔㉕㉖㉗㉘㉙㉚㉛㉜㉝㉞㉟㊱㊲㊳㊴㊵㊶㊷㊸㊹㊺

### ①離乳食(初期)教室

☑平成29年1月25日(水) 午前10時30分~正午(予約制)

### ②離乳食(後期)教室

☑平成29年1月26日(木) 午前10時30分~正午(予約制)

### ③プレマサロン

☑平成29年1月30日(月) 午後1時30分~3時30分(当日受付)

### ④すこやか相談

☑市内在住で64歳以下の方(調理未経験者歓迎)

### ⑤ヘルシーエック健康診査

☑平成29年1月15日(日) 午前9時~9時45分

☑市内在住で20~39歳の方

☑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)

定60人(申込順)

費500円

☑骨粗しょう症検診

☑平成29年1月15日(日) 午前10時~11時30分

結果説明会 2月27日(月) 午前10時~正午(初回の受診者のみ)

☑市内在住で20歳以上の女性

☑内問診、骨密度測定

定各50人(申込順)

費200円

☑健康づくりの料理教室

☑平成29年1月17日(火) 午前10時~午後1時30分

☑市内在住で64歳以下の方(調理未経験者歓迎)

☑1日350グラムの野菜についての講話と調理実習

持三角巾、エプロン

定20人(申込順)

費500円(食材料費)

☑こころの健康講座

☑平成29年1月17日(火) 午後1時30分~3時30分

☑市内在住・在勤の方

☑内講座「笑いはこころの薬!笑いヨガを体験してみよう!」

講師 成嶋規子さん(日本笑いヨガ協会)

持動きやすい服装、運動靴、飲み物

定180人(申込順)

☑希望の場所へ「出前講座」として、無料で保健師・栄養士が伺います。詳しくは、保健センターにご相談ください。

☑ヘルシーエック健康診査