

子育て情報コーナー



子育てひろば

2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	月・水・木・金	月・火・木・金	毎日	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	20日(月)	15日(水)	6日(月)	9日(木)	21日(火)
		午前10時~11時30分				
	講習など(1)	15日(水) 午前11時~正午	1日(水) 午前11時30分~正午	8日(水) 午前11時~午後1時	3日(金) 午前11時~正午	8日(水) 午前11時~正午
	講習など(2)	22日(水) 午前11時~正午		15日(水)	23日(木)	17日(金)
	ひなまつり製作		おひなさま製作	タッチケア	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。

わんぱる(だいばら児童館) ☎999-0321

2月の主な予定 園午前9時~午後5時
2月の休館日...祝日を除く水曜日

- ▼23日(木) 午前10時~午後1時=子育て相談(申込順) 園育児の不安や悩み、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 園体操、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 園たぐ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
- ぼう (幼児向けイベント)
- ▼2日(木) 午前11時~11時45分=おやこdeヨガ 園0~1歳の乳幼児とその保護者 園飲み物 園15組(申込順) (小学生向けイベント)
- ▼毎日 午後4時~=チャレンジランニング「ジグザグドリブル」 園何秒でドリブルをしてポールをまわられるか挑戦
- ▼毎週土曜日 午後2時30分~=なかよしひろば 4日 キッカーボード 18日 キッカーボード 25日 風船バレー

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の説明)
回2月10日(金) 午後1時30分~2時30分
園お子さんがいて援助を希望する方、援助ができる方
●講習会(お子さんを預かるための心構えなど)
回2月13日(月) 午後1時30分~3時30分
園援助をしていただける方
一共通一
園保健センター
園各開催日の3日前までに、ファミリーサポートセンターへ
※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。

冬場に多発する入浴中の事故(ヒートショック)にご用心

ヒートショックとは、急激な温度差がもたらす健康被害のことです。

暖かい部屋から寒い部屋への移動などの急激な温度変化により、血圧が大きく変動することで、失神、心筋梗塞、不整脈、脳梗塞などを起こすことがあり、冬場に多く見られます。入浴時は特に注意が必要です。

安全に入浴するために、次の点に注意しましょう。

- ①入浴前に脱衣所や浴室を暖めましょう。
- ②温度は41度以下、湯につかる時間は10分までを目安にしましょう。
- ③浴槽から急に立ち上がらないようにしましょう。
- ④アルコールが抜けるまで、また、食後すぐの入浴は控えましょう。
- ⑤入浴する前に同居者に一声かけて、見回ってもらいましょう。



- 冬の冷え対策は万全に
手足がかじかむ冬の冷えを経験したことはありませんか。体が冷えることにより、血液の流れが悪くなり、頭痛、肩こり、手足や腰などに冷えの症状が発生します。次のことを参考に、冷え対策に努めましょう。
- ①主食、主菜、副菜など、バランスの良い食事をとりましょう。
- ②甘いもの、高脂肪のものは控えましょう。過度の糖分や脂肪は血糖や中性脂肪を増やし、血行不良の原因になります。
- ③ストレッチやマッサージ、ぬるめのお風呂で体を温めて血行をよくしましょう。
- ④温かい食べ物や飲み物をとります。

保健センターからのお知らせ 申問 ☎995-3381

●今年度の乳がん検診受付終了
平成29年度の乳がん検診は、広報やしお3月号でお知らせする予定で
す。

●各種検診・教室のお知らせ
①健康づくりの料理教室
回2月15日(水) 午前10時~午後1時30分
園市内在住の64歳以下の方(調理未経験者歓迎)

②ママのこころの相談
回2月7日(火) 午前9時30分~11時(一人45分)
園乳幼児の保護者、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すこやか相談
回2月16日(木) 午後1時30分~3時(予約制)
園お子さんの発育・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
④パパ・ママ学級
回2月21日(火) 午後1時30分~3時(当日受付)
園妊婦
回2月22日(水) 午前10時30分~正午(予約制)
園満5~6カ月児
⑦離乳食(後期)教室
回2月23日(木) 午前10時30分~正午(予約制)
園満10~11カ月児
①~⑦共通一
園保健センター
①②④⑥⑦共通一
園電話で保健センターへ(④は電子申請も可)



●小児救急電話相談 ☎8000
●埼玉県救急医療情報センター ☎048-824-4199
●八潮市立休日診療所(小児科・内科) ☎995-3383
園日曜・祝日、振替休日 午前10時~正午、午後2時~4時
園保健センター(公園側)
●草加市子ども急病夜間クリニック ☎954-6401
園月~金曜日 午後7時30分~10時30分
園土・日曜日、祝日 午後6時30分~10時30分
園草加市立病院内
園0~15歳の患者で内科系の症状(発熱、腹痛、おう吐など)

●大人のお急病電話相談 ☎7000
園(または、☎048-824-4199)
園月~土曜日 午後6時30分~10時30分
園日曜・祝日 午前9時~午後10時30分
園休日・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
園内毒物(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

園保健センター
園電話で保健センターへ