

親子

■親子遊びとリフレッシュタイム

伊勢原公民館 ☎237-5676 ☎237-5677

父と子のふれあい遊び、母の骨盤ダイエット体操。

日時…2月17日(日)、午前10時～11時30分 対象…4歳までと家族 定員…先着20組 申し込み…2月5日(火)、午前10時から同館(電話・ファクス可)

■お母さんといっしょ

名細公民館 ☎231-0001 ☎239-1166

日時…3月1日(金)・8日(金)、午前10時～正午 対象…1～3歳と保護者 定員…先着25組 経費…80円 申し込み…2月13日(水)、午前9時から経費を添えて同館(電話・ファクス可)

■お雛さまを作ろう 今成保育園つどいの広場 ☎☎222-8622

日時…2月13日(水)、午前10時～11時 対象…2～3歳 定員…先着12組 申し込み…2月1日(金)、午前9時から電話・ファクスで同広場

●からだうれしい食事教室

①丈夫な骨をいつまでも

骨密度が気になる方など、カルシウムをアップさせる食生活について。

②めざせ血液サラサラ!

コレステロールや中性脂肪が気になる方など、動脈硬化を予防するための食生活について。

日時・会場…①2月26日(火)、午前10時～11時30分=南古谷公民館、②3月1日(金)、午前10時～11時30分=総合保健センター 対象…市内在住の成人 定員…各先着20人 申し込み…2月1日(金)、午前10時から電話で成人保健担当

●手軽にできる簡単クッキング

～よい食生活をすすめるための調理実習～
日程・会場…3月11日(月)=北公民館▶12日(火)・14日(木)=中央公民館▶14日(木)=大東公民館▶13日(水)・22日(金)=保健センター▶13日(水)=高階公民館 時間…午前10時～正午 対象…市内在住の成人 定員…各10人(抽選) 経費…各600円 申し込み…ハガキに催し名・希望日・氏名・電話番号を明記し、3月7日(木)(必着)までに健康づくり支援担当 問い合わせ…川越市食生活改善推進員協議会・米原民子 ☎231-1945(午後6時以降)

●リズム体操教室

健康づくりボランティア「やまぶき21」と共催。リズム体操で心も体もリフレッシュ。託児は6か月～2歳で、定員は15人(抽選)。
日時…3月6日(水)、午前10時～11時30分
対象…市内在住のおおむね40歳までの成人(疾病のある方は事前に相談。妊娠中の方は参加できません) 定員…25人(抽選) 申し込み…往復ハガキに催し名・住所・氏名・年齢・電話番号、託児希望の方は子の氏名・性別・年齢・子の愛称を明記し、2月20日(水)(必着)までに健康づくり支援担当

■地域子育て支援センターの催し

☎☎233-7551

●音楽会(オカリナとハンドベル)

日時…2月13日(水)、午前10時30分～11時 対象…2歳～未就園児 定員…先着12組 申し込み…2月1日(金)、午前10時から電話・ファクスで同センター

●離乳食について

日時…2月14日(木)、午後2時～3時 対象…1歳6か月まで 定員…先着12組 申し込み…2月1日(金)、午前10時から電話・ファクスで同センター

■おやこ和太鼓体験教室

子育て支援課 ☎224-5821

日程…①2月22日(金)、②24日(日) 時間…午前10時30分～11時30分 会場…北部地域ふれあいセンター 対象…①3歳以下、②4～6歳 定員…各20組(抽選) 経費…300円 申し込み…往復ハガキに住所・親子の氏名・ふりがな・電話番号・子の年齢を明記し、2月1日(金)(消印有効)までに〒350-0815 鯨井1526-1・A-201・NPO法人和太鼓文化を伝える会 ☎050-3615-1182

忘れていませんか? 予防接種

予防接種担当

必要な予防接種はお済みですか。特に、小学校就学直前から高校生までの時期の予防接種は忘れがちです。母子健康手帳と健康づくりスケジュールで確認して、まだ接種を受けていないものがあれば受けるようにしましょう。接種の履歴がわからない場合は、必ず事前に予防接種担当にお尋ねください。

●麻しん風しんの予防接種

次の方は、平成24年度の麻しん風しん予防接種の対象者です。3月31日(日)まで、市の委託医療機関で接種できます(各期1回のみ無料)。

対象

- 第2期=平成25年4月に小学校に入学する年齢
(平成18年4月2日～同19年4月1日生まれ)
 - 第3期=中学1年生に相当する年齢
(平成11年4月2日～同12年4月1日生まれ)
 - 第4期=高校3年生に相当する年齢(*)
(平成6年4月2日～同7年4月1日生まれ)
- *平成23年度中に接種した方は対象外です。



●ジフテリア・破傷風(第2期)の予防接種

ジフテリア・破傷風(第2期)の予防接種は、11歳から13歳未満までが対象です。市の委託医療機関で接種できます(1回のみ無料)。市では小学6年生に相当する年齢(平成12年4月2日～同13年4月1日生まれ)の方に、4月に個別通知を送付しています。

●子宮頸がん予防ワクチンの任意予防接種

次の対象の方は、3月31日(日)まで、無料で接種できます。来年度以降の助成については現時点では未定です。子宮頸がん予防ワクチンは、全部で3回接種を受けます。これから接種を開始する場合、今年度内には終了しません。来年度にずれ込んだ分は有料になる可能性があります。
対象…中学1年生～高校1年生に相当する年齢の女子(平成8年4月2日～同12年4月1日生まれ)

●日本脳炎(第1期)予防接種の特例措置

次の対象の方は、未接種分を無料で接種できます。詳しくは、健康づくりスケジュール、または平成24年5月25日発行の広報川越をご覧ください。
対象…3回の接種が終わっていない20歳未満のうち平成7年6月1日～同19年4月1日生まれの方

保健・健康

* 身体的理由などにより電話での申し込みが難しい場合は、ご相談ください。
 * 手話通訳が必要な方は、参加希望事業名・氏名・ファクス番号をご連絡ください。
 * 会場について、特に明記がない場合は、総合保健センターが会場です。

川越市保健所・総合保健センター 〒350-1104小ケ谷817-1

■川越市保健所	☎227-5101(代表)	☎224-2261
■総合保健センター	☎224-8611(代表)	☎225-1291
健康づくり支援課	健康づくり支援担当	☎229-4121
	予防接種担当	☎229-4123
	母子保健担当	☎229-4125
	成人保健担当	☎229-4124
成人健診課		☎229-4126

「ときも健康川柳」
入選作品(入選)

うす味に
慣れて笑顔の
食事どき

小川正夫
(神明町)



- 2月の乳幼児相談 健康づくりスケジュールで日程・会場を確認し、母子健康手帳を持って当日直接会場。
- 2月の乳幼児健診 4か月児・1歳6か月児・3歳3か月児に通知。通知が届かない場合や受診しない場合は、ご連絡ください。

●育児教室

①はじめまして離乳食教室

離乳食を始める目安や進め方について。受講は1回限り。

日時…2月26日(火)、午前10時～11時30分(受け付けは、午前9時45分から) 対象…おおむね4か月～6か月と保護者 持ち物…母子健康手帳

②もぐもぐ離乳食教室

離乳食の情報交換や、2回食などについて。受講は1回限り。

日時…2月27日(水)、午前10時～11時30分(受け付けは、午前9時45分から) 対象…おおむね6か月～8か月と保護者 持ち物…母子健康手帳

③おやつと歯みがき教室～春のおやつ～

親子で一緒におやつ作り、エプロンシアターと歯磨きの練習など。

日時…3月19日(火)、午前10時～11時45分(受け付けは、午前9時45分から) 対象…2歳6か月～3歳と保護者 定員…20組(抽選) 持ち物…母子健康手帳・タオル・歯ブラシ

①～③の申し込み方法

ハガキに催し名・開催日・住所・子の氏名・生年月日・電話番号を明記し、2月8日(金)(各必着)までに母子保健担当。申し込みをした方は、当日直接会場。③で外れた方には、2月15日(金)までに連絡。

●赤ちゃん広場

NPO法人川越子育てネットワークと共催。情報交換と仲間づくり。当日直接会場。参加は1回限り。

日時…3月4日(月)、午前10時～11時30分 対象…平成24年9月～11月生まれの子と親 問い合わせ…母子保健担当

●ポッポサークル(食物アレルギーのある子どもを持つ親の会)

情報交換など。

日時…3月8日(金)、午前10時30分～正午 申し込み…ハガキに催し名・住所・子の氏名・生年月日・電話番号を明記し、3月1日(金)(必着)までに母子保健担当

●妊婦対象の講座・健診

①プレバパママスクール

夫婦と一緒に、育児・栄養・歯科などについて。受講は1回限り。

日時…3月9日(土)、午前9時15分～11時45分(受け付けは、午前9時から) 対象…妊娠5か月以上で経過良好な初妊婦と夫 定員…20組(抽選)

②妊婦歯科健診

日時…3月14日(木)、午後1時20分～(受付時間は後日通知) 対象…妊娠5か月以上 定員…20人(抽選)

①②の申し込み方法

往復ハガキに催し名(1枚1催し)・住所・氏名・電話番号・出産予定日を明記し、2月8日(金)(必着)までに母子保健担当

●2歳児親子歯科健診

歯科健診、ブラッシング指導、おやつについての講話。

日時…3月7日(木)、午後1時～(受付時間は後日通知) 対象…平成22年9月～同23年2月生まれと保護者1人 定員…40組(抽選) 申し込み…往復ハガキに健診名・住所・子の氏名・生年月日・電話番号・保護者の歯科健診希望の有無を明記し、2月8日(金)(必着)までに母子保健担当

●献血ルームでいつでも献血できます

川越クレアモール献血ルーム(脇田町4-2・川越モディ4階 ☎0120-049-225)をご利用ください。

受付時間…全血献血=午前10時～午後1時・午後2時～5時30分 ▶成分献血=午前10時～午後0時30分・午後2時～4時30分(2月20日(火)、年末年始の休業日を除く) 問い合わせ…保健総務課 ☎227-5101

●公開講座「ひきこもるころを知るために…」

登校拒否文化医学研究所所長・高橋良臣さんによる講演と、ひきこもり体験談など。

日時…3月12日(火)、午後2時～4時 会場…保健所 定員…先着50人 申し込み…1月31日(木)、午前9時から電話で保健予防課 ☎227-5102

●健康市民大学講座⑥「大量飲酒は万病のもと!～少酒で健康寿命を延ばそう～」

講師は、さいたま市こころの健康センター長・黒田安計さん。6か月～2歳の託児あり(先着5人)。

日時…3月11日(月)、午前10時～11時30分 会場…保健所 対象…市内在住の成人 定員…先着100人 申し込み…2月1日(金)、午前10時から電話・ファクスで健康づくり支援担当

●統合失調症家族の集い

精神障害者家族会「やまぶき会」の紹介とグループワーク。

日時…3月8日(金)、午後1時30分～3時30分 会場…保健所 対象…市内在住で統合失調症の方の家族 定員…先着20人 申し込み…2月1日(金)、午前9時から電話で保健予防課 ☎227-5102

特定不妊治療支援事業助成金 申請期限は、3月29日(金)

母子保健担当

特定不妊治療(体外受精・顕微授精)を受けた方を対象に1回の治療につき15万円まで、1年度当たり2回(初年度は3回)を限度に5年度まで治療費の一部を助成しています(通算10回まで)。1回の助成対象となる範囲は、ホルモン注射等の採卵に向けた準備から、受精、胚移植を経て妊娠の有無の確認で終了する1周期の治療のうち医療保険適用のない部分です。医師の判断で治療を中止した場合も助成の対象となる場合があります。詳しくはお尋ねください。

1回の治療が平成24年度中に終了した方の助成金の申請期限は、3月29日(金)です。3月末に治療が終了し、医師による受診証明書の受け取りが4月以降になる方は、3月中に母子保健担当に連絡をしてください。

市政にゆづす
小江戸いんぷお
情報アラカルト
市民相談案内
施設情報
子育て情報館
保健・健康
コラム
ひとまち