

ちっちな笑顔



山内雄心くん
(1歳1か月/生子)
生涯、夢、希望、背に!!



お姉ちゃん 大好き

井上紗希ちゃん(左)
(6か月/岸町2丁目)



まんま! おかわり!!

木幡優翔くん
(1歳3か月/脇田本町)



おすまし顔、できたよ☆

臼井漣くん
(1歳4か月/の場2丁目)



好きな食べ物「マメ」です♡

平野心温ちゃん
(1歳9か月/小ヶ谷)



山田心桜ちゃん
(8か月/月吉町)
我が家の癒やし系です♡



早川理音ちゃん(左)・巴葉ちゃん(右)
(2歳4か月・0か月/三光町)



陽気な我が家の王様

島野權くん
(2歳10か月/古谷上)

成人

●難病医療相談

神経内科医による医療相談。

日時…5月12日(火)、午後1時15分～
会場…保健所 対象…難病および病名が不明で、療養生活に悩んでいる方やその家族など 定員…先着6人 申し込み…4月30日(木)～5月8日(金)、午前10時～午後5時に電話で成人保健担当

●からだうれしい食事教室

①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、血液をサラサラにする食生活について、考えてみませんか。

日時…5月14日(木)、午前10時～11時30分

②食卓の塩分何グラム?

血圧が気になる方など、おいしく減塩

するポイントについて、考えてみませんか。

日時…6月2日(火)、午前10時～11時30分

①②=対象…市内在住の成人 定員…先着20人 申し込み…5月1日(金)、午前10時から電話で成人保健担当

●これから元気食教室

65歳からの元気なからだづくりをするために、自分に合った食生活について、一緒に考えてみませんか。

日時…5月21日、6月11日・25日、木曜日、午前9時30分～11時30分
対象…市内在住の65歳以上 定員…20人(抽せん) 申し込み…5月8日(金)までに電話で成人保健担当

●5月のリラックス体操

ヨガを取り入れたリラクゼーション。

日時…5月29日(金)、午後1時30分～3時
会場…芳野公民館 対象…市内在住の成人で他の運動事業に参加していない方 定員…25人(抽せん) 申し込み…往復ハガキに教室名・郵便番号・住所・氏名・年齢・電話番号を明記し、5月15日(金)(必着)までに成人保健担当

●健康市民大学講座

第1回公開講座。手話通訳可(5月11日(月)までに要予約)。

テーマ…からだチェンジ! 毎日続くコツコツ体操のすすめ 講師…健康運動指導士・菅野隆さん 日時…5月19日(火)、午後1時30分～3時30分 対象…市内在住の成人 定員…先着100人 申し込み…5月7日(木)、午前10時から電話・ファクスで健康づくり支援担当

●はじめて運動教室

運動を始めたい方のための教室。
日時…5月19日(火)、午後1時30分～3

時▶27日(水)、午前10時～11時30分

対象…市内在住で他の運動事業に参加していない18歳以上 定員…各25人(抽せん) 申し込み…往復ハガキに教室名と希望日(ハガキ1枚に1日)、郵便番号・住所・氏名・年齢・電話番号を明記し、5月7日(木)(必着)までに成人保健担当

●8020よい歯のコンクール参加者募集

現在80歳(昭和4年3月31日以前生まれ)以上で自分の歯が20本以上ある方を、6月7日(日)の「歯ツッピーフェスティバル」で審査し、優秀な方を表彰します。過去に受賞した方はご遠慮ください。定員…先着20人 申し込み…5月7日(木)、午前10時から電話で健康づくり支援担当

●男性料理教室

川越市食生活改善推進員協議会と共催。食と健康および調理の基本を学び、調理実習を行います。

日時…5月19日～来年1月12日、火曜日(全8回)、午前9時30分～午後0時30分 対象…市内在住の男性 定員…20人(抽せん) 経費…5,600円 申し込み…往復ハガキに教室名・郵便番号・住所・氏名・電話番号を明記し、5月8日(金)(必着)までに健康づくり支援担当

●町名地番整理実施に伴う個別検診委託医療機関の住所変更

7月1日(水)～11月30日(月)に実施される個別検診の委託医療機関の住所変更について、お知らせします。

■大東外科医院 (TEL243-3345)

変更前=南大塚29-1
変更後=南大塚2丁目10-2
問い合わせ…成人健診課

うつ病で休職中の本人・ 家族の暮らし方 -より良い復職をめざして-

復職のための適切な療養生活について。

日時…5月12日(火)、午後1時30分～3時 内容…産業医による講話 会場…保健所 対象…市内在住・在勤で、うつ病と診断されて治療中の本人と家族、事業所の人事労務担当者や産業保健担当者ほか 定員…先着50人 申し込み…5月1日(金)、午前9時から電話で保健予防課

問い合わせ…保健予防課
TEL227-5102

けんこう

川越市保健所総合保健センター

〒350-1104 小ヶ谷817-1

健康づくり支援課健康づくり支援担当
母子保健担当
成人保健担当
成人健診課

TEL224-8611 (代表)
FAX225-1291 (共通)
TEL229-4121
TEL229-4125
TEL229-4124
TEL229-4126

- * 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、あらかじめ総合保健センターにご相談ください。
- * 手話通訳が必要な方は、参加希望事業名・氏名・ファクス番号を記入のうえ、ファクスでご連絡ください。
- * もしも健康相談
TEL224-0712 (妊娠・出産・育児・子どもの健康)
TEL224-5263 (大人の健康)
受付時間 午前9時～正午・午後1時～4時
(土・日曜日、祝・休日を除く)
- * 川越市不妊専門相談センター (鴨田・埼玉医科大学総合医療センター内)
医師による面接相談です (予約電話=TEL228-3410)
- * 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。

母子 問い合わせ…母子保健担当

●5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。

●5月の乳幼児健診

4か月・1歳6か月・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。

●6月の2歳児親子歯科健診

日時…6月22日(月)、午後1時～ 対象…平成18年12月～同19年5月生まれの子と保護者1人 定員…40組(抽せん) 申し込み…往復ハガキに健診名・住所・子どもの氏名・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、5月8日(金)(必着)までに母子保健担当

●妊婦対象の講座・健診

①6月のプレパママスクール

夫婦でいっしょに、育児・栄養・歯科などを学びます。受講は1回限り。

日時…6月20日(出)、午前9時15分～11時30分 対象…妊娠5か月以上で経過良好な初妊婦と夫 定員…25組(抽せん)

②6月のマタニティクッキング

簡単な調理実習と妊娠中の食生活や歯の健康について。受講は1回限り。

日時…6月18日(休)、午前9時30分～正午 対象…妊娠5か月以上 定員…20人(抽せん) 持ち物…母子健康手帳・エプロン・歯ブラシ

③6月の妊婦歯科健診

日時…6月2日(火)、午後1時20分～ 対象…妊娠5か月以上 定員…20人(抽せん)

①～③の申し込み方法

往復ハガキに催し名・住所・氏名・電話番号・出産予定日を明記し、5月8日(金)(必着)までに母子保健担当。

●育児教室

①6月の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…6月23日(火)、午前10時～11時30分(受け付け=午前9時45分) 対象…おおむね4か月～6か月の子と保護者 持ち物…母子健康手帳・離乳食用スプーン

②6月の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…6月15日(月)、午前10時～11時30分(受け付け=午前9時45分) 対象…おおむね6か月～8か月の子と保護者 持ち物…母子健康手帳・離乳食用スプーン

③6月のおやつと歯みがき教室

～かぼちゃのおやつ～

親子で一緒におやつ作り、エプロンアターと歯磨きの練習。

日時…6月12日(金)、午前10時～11時45分(受け付け=午前9時45分) 会場…高階市民センター 対象…2歳6か月～4歳未満の子と保護者 定員…20組(抽せん) 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

ハガキに教室名・住所・子どもの氏名・生年月日・電話番号を明記し、5月8日(金)(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を申し込んで外れた方には、5月15日(金)までに連絡します。

●6月の赤ちゃん広場

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…6月1日(月)、午前10時～正午 対象…平成20年12月～同21年2月生まれの子と保護者

小児慢性特定疾患医療 給付継続手続きのご案内

詳しくは、お尋ねください。

受付期間…5月1日(金)～7月31日(金)

受付場所…健康づくり支援課
問い合わせ…母子保健担当

ポリオ生ワクチン 予防投与を行います
十四会場を実施します。日程・会場については、健康づくりスケジュールで確認し、当日直接会場へお越しください。
期間…5月20日(水)～6月17日(水)
受付時間…午後1時30分～2時20分
対象…3か月～7歳6か月未満
問い合わせ…母子保健担当

ハッピーエンジェル (多胎児を持つ親の会)

情報交換と交流の場。妊娠中の方も歓迎です。託児あり。

日時…5月27日(水)・6月24日(水)、午前10時～11時30分 対象…多胎児を持つ親
問い合わせ…母子保健担当

いもっこの会 (ダウン症のある子どもを持つ親の会)

情報交換など。当日直接会場。

日時…5月12日(火)・6月9日(火)・7月14日(火)、午前10時～正午
問い合わせ…母子保健担当