

ちっちな笑顔



菜々美お姉ちゃん大好き♡
本橋拓真くん
 (6か月/新宿町6丁目)



大好きな大翔お兄ちゃんといっしょ♡
大石そらちゃん
 (3か月/藤間)



お話ししてるよ♡
加藤未乃理ちゃん
 (8か月/南大塚)



もじすべお兄ちゃんになるよ
金子直真くん
 (2歳3か月/豊田町二丁目)



優しい笑顔に癒されます♡
丸山紗輝ちゃん
 (2か月/下広谷)



優しい笑顔に癒されます♡
山田優裕くん
 (2歳/鴨田)



お話ししてるよ♡
村上幸太郎くん
 (3か月/山田)



もじすべお兄ちゃんになるよ
須賀凜太郎くん
 (1歳8か月/釣場)

成人

●手軽に健康チェック日

身長・体重・体脂肪・血圧測定、尿検査、健康相談。保健師が相談に応じます。当日直接会場。

日時…12月13日(水)、午前10時～11時
 対象…市内在住の成人 持ち物…健康手帳 問い合わせ…総合保健センター成人保健係

●成人健康相談

身長・体重・体脂肪・血圧測定、尿検査、健康相談・介護相談。保健師・在宅介護支援センター職員が、相談に応じます。当日直接会場。

日時…12月14日(木)、午前10時～11時
 会場…高階公民館 対象…市内在住の成人 持ち物…健康手帳 問い合わせ…総合保健センター成人保健係

●運動教室の参加者募集

①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…12月20日(水)、午後1時30分～3時 対象…市内在住で他の運動事業に参加していない成人

②はつらつ運動教室

介護予防のための筋力トレーニング。
 日時…来年1月10日～3月22日、水または木曜日(全8回)、午前10時～11時30分 対象…市内在住で現在ほかの運動事業に参加していない40歳以上

①②の定員…各25人(抽せん) ①②の申し込み…往復ハガキに、教室名・住所・氏名・年齢・電話番号を明記し、12月5日(火)(消印有効)までに総合保健センター健康増進係

●1月の成人歯科健診

日時…来年1月28日(日)、午後1時～3時
 会場…予防歯科センター(三久保町18-3) 対象…市内在住の30歳以上 定員…20人(抽せん) 申し込み…ハガキに健診名・住所・郵便番号・氏名・生年月日・電話番号を明記し、12月22日(金)(必着)までに総合保健センター健康増進係

●第3回川越市口腔ケア研修会

～知的障害者や肢体不自由の方の、お口のお手入れ～
 講話と実習。
 講師…明海大学助教授・清水良明さんほか 日時…12月21日(水)、午後1時30分～3時30分(受け付け=午後1時)
 会場…保健所 対象…障害者とその家族 および障害者施設職員 申し込み…ハガ

きに研修会名・住所・郵便番号・氏名・生年月日・電話番号を明記し、12月11日(月)(必着)までに〒350-0054三久保町18-3・予防歯科センター(ファクス可) 問い合わせ…同センター・TEL 224-3891▶FAX223-1825

●難病医療講演会

「膠原病と痛みについて」

医師による講義。療養生活を送るためのヒントを学んでみませんか。
 日時…来年2月11日(祝)、午後1時～2時30分 対象…市内在住の膠原病で療養中の方およびその家族など 定員…先着100人 申し込み…12月4日(月)、午前10時から電話で総合保健センター成人保健係

高齢者インフルエンザ 予防接種実施中

65歳以上の方などを対象に、インフルエンザ予防接種を市内委託医療機関124か所で行っています。インフルエンザ流行の前(12月いっぱいまで)に、済ませておきましょう。詳しくは、お尋ねください。
 問い合わせ…総合保健センター母子保健係・TEL229-4123

オレンジの会

(精神保健福祉家族教室OB会)

これまでの精神保健福祉家族教室に参加した方を対象に、開催します。日ごろ感じていることなどを、グループで話し合ってみませんか?

日時…12月4日(月)、午後1時30分～
 会場…保健所 問い合わせ…保健予防課精神保健係・TEL227-5102

よい食生活をすすめるための調理実習

川越市食生活改善推進員協議会主催

日時・会場…12月13日(水)=総合保健センター▶18日(月)=高階公民館、午前10時～正午 対象…市内在住の成人 定員…各10人(抽せん) 経費…各500円
 申し込み…ハガキに教室名と希望日、氏名・電話番号を明記し、12月6日(水)(必着)までに総合保健センター健康増進係
 問い合わせ…同協議会・米原民子・TEL231-1945(午後6時以降)

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 TEL224-8611 (代表)
FAX225-1291 (共通)
母子保健係 TEL229-4125
成人保健係 TEL229-4124
成人健診係 TEL229-4126
健康増進係 TEL229-4121

- * 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…母子保健係

●12月の乳幼児相談・母乳育児相談

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。

●12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。

●マタニティスクール (3回コース)

日時…12月6日(水)・18日(月)・来年1月12日(金)、午前9時15分～11時30分
対象…妊娠5か月以上の経過良好な初妊婦 (「プレパパママスクール」受講者を除く) 持ち物…母子健康手帳・筆記用具 申し込み…12月6日(水)、午前9時に直接会場

●12月のマタニティ体操

妊婦体操・呼吸法などの実習。ズボン着用の上、当日直接会場。

出産後は、 出生連絡票の提出を お願いします

出生連絡票は、助産師の新生児訪問などに活用されています。出産後、なるべく2週間以内にお送りください。出生連絡票は、母子健康手帳と同時に渡している「母子健康手帳川越市別冊」につづられています。問い合わせ…総合保健センター母子保健係・TEL229-4125

食物アレルギーのある子どもを持つ親の会 (ポッポサークル)

情報交換と勉強会。当日直接総合保健センター。

日時…12月26日(火)・来年1月5日(金)・2月26日(月)・3月26日(月)、午前10時～正午

問い合わせ…総合保健センター母子保健係・TEL229-4125

日時…12月8日(金)、午前10時～11時30分 (受け付け=午前9時45分) 対象…妊娠6か月以上で、医師から運動制限の指示がない妊婦 持ち物…母子健康手帳

●1月のプレ・パパママスクール

夫婦でいっしょに、妊娠中の生活や育児について学ぶ、半日コース。受講は1回かぎり。

日時…来年1月5日(金)、午前9時30分～11時30分 (受け付け=午前9時15分) 対象…妊娠5か月以上の第1子出産予定の夫婦 (「マタニティスクール」受講者を除く) 定員…20組 (抽せん) 持ち物…母子健康手帳・筆記用具 申し込み…往復ハガキに教室名・住所・夫婦の氏名・電話番号・出産予定日を明記し、12月15日(金) (必着) までに総合保健センター母子保健係

●1月の妊婦歯科健診

日時…来年1月15日(月)、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 (抽せん) 申し込み…往復ハガキに健診名・住所・氏名・生年月日・電話番号・出産予定日を明記し、12月15日(金) (必着) までに総合保健センター母子保健係

●1月のマタニティクッキング

～30分で3品! ヘルシークッキング～
日時…来年1月23日(火)、午前10時～11時30分 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 申し込み…ハガキに教室名・住所・氏名・電話番号・出産予定日を明記し、12月15日(金) (必着) まで

で総合保健センター母子保健係。申し込みをした方は、当日直接会場。外れた方には連絡します

●育児教室・親子の広場

①1月の離乳食教室 (初期)

離乳食初期の進め方。受講は1回かぎり。

日時…来年1月24日(水)、午前10時～11時30分 (受け付け=午前9時45分) 対象…離乳初期の子と保護者 定員…40組 (抽せん) 持ち物…母子健康手帳・離乳食用スプーン

②1月の離乳食教室 (中期)

離乳食の情報交換や、2回食などについて。受講は1回かぎり。

日時…来年1月17日(水)、午前10時～11時30分 (受け付け=午前9時45分) 対象…離乳中期の子と保護者 定員…40組 (抽せん) 持ち物…母子健康手帳・離乳食用スプーン

③1月のおやつと歯みがき教室

～おもちのおやつ～

日時…来年1月16日(火)、午前10時～11時45分 (受け付け=午前9時45分) 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、12月15日(金) (必着) までに総合保健センター母子保健係。申し込みをした方は、当日直接会場。外れた方には連絡します。

●1月の2歳児親子歯科健診

日時…来年1月25日(木)、午後1時～ (受付時間は後日通知) 対象…平成16年7月～12月生まれの子と保護者1人 定員…45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、12月15日(金) (必着) までに総合保健センター母子保健係