

# ちっちな笑顔



谷島弘起くん  
（1歳6か月／新宿町一丁目）  
この顔にパパもママもメロメロ♡



栗島颯志くん  
（6か月／小仙波町四丁目）  
お話が上手だよ!!

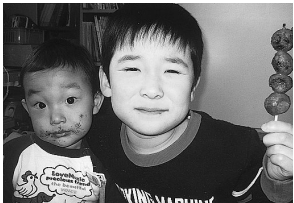


佐野慎羽くん  
（1歳2か月／南大塚）  
お外大好き♡



布瀬川結菜ちゃん  
（3か月／木野目）

パパとお話楽しいな



赤塚諒馬くん（左）  
（1歳9か月／石原町一丁目）

お兄ちゃんとおだんこが大好き。

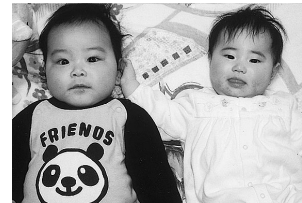


川村咲ちゃん  
（7か月／上戸）

咲ちゃん 女暴れん坊將軍♡



鈴木みはるちゃん  
（7か月／泉町）  
声の大きなわが家のおてんばガール♡



飯鳥健登くん（左）  
（6か月／笠幡）

同じ日に生まれたお友達と……

## 成人

### ●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…8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 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、8月7日(木)（必着）までに総合保健センター健康増進担当

### ●9月の成人歯科健診

日時…9月7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、郵便番号・住所・氏名・生年月日・電話番号を明記し、8月20日(水)（必着）までに総合保健センター健康増進担当

### ●からだうれしい食事教室

#### ①内臓脂肪を減らす“調理方法”のポイント

減量のための調理方法や油を上手に減らす方法について、考えてみませんか？  
日時…8月22日(金)、午前10時～11時30分

#### ②丈夫な骨を作ろう

丈夫な骨を保つ方法やカルシウムを上手にとる方法について、考えてみませんか？  
日時…9月12日(金)、午前10時～11時30分

#### ①②の対象・定員・申し込み

対象…市内在住の成人 定員…各先着20人  
申し込み…8月1日(金)、午前10時から電話で総合保健センター成人保健担当

### ●潰瘍性大腸炎・クローン病患者家族のつどい

潰瘍性大腸炎・クローン病の患者家族の集まりです。同じ病気で療養している方と情報交換してみませんか？

日時…9月13日(土)、午前9時30分～11時30分  
対象…市内在住 申し込み…9月5日(金)までに電話で総合保健センター成人保健担当

### ●個別検診委託医療機関の検診内容の変更

■森田耳鼻咽喉科医院（新富町2丁目21-8・TEL222-1535）

肝炎ウイルス検診の実施を中止。  
問い合わせ…総合保健センター成人健診担当

### ●親子料理教室

川越市食生活改善推進員協議会主催  
日時…8月27日(水)、午前10時～正午  
対象…小学生と保護者 定員…10組（抽せん） 経費…1組700円 申し込み

み…ハガキに教室名、郵便番号・住所・氏名（ふりがな）・電話番号を明記し、8月20日(水)（必着）までに総合保健センター健康増進担当 問い合わせ…同協議会・米原民子・TEL231-1945（午後6時以降）

### ●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…9月1日(月)=北公民館▶2日(火)=総合保健センター▶4日(木)=中央公民館▶9日(火)=総合保健センター▶10日(水)=高階市民センター▶11日(木)=中央公民館▶12日(金)=大東公民館、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600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、8月22日(金)（必着）までに総合保健センター健康増進担当（後日、申し込んだ方全員に、結果について連絡します）  
問い合わせ…同協議会・米原民子・TEL231-1945（午後6時以降）

## 元気な80歳以上の方の「健康じまんポスター」作成者を募集します！

川越市保健推進員協議会では、第22回川越市健康まつり保健推進員コーナーなどで展示するポスターを作成する方を募集します。所定の用紙に、本人の写真を使い、健康の秘けつなどを書きます。  
対象…市内在住で、おおむね80歳以上（1度応募した方はご遠慮ください） 定員…20人程度（抽せん）  
申し込み…ハガキに催し名、郵便番号・住所・氏名・生年月日・電話番号を明記し、8月18日(月)（必着）までに総合保健センター健康増進担当  
問い合わせ…総合保健センター健康増進担当・TEL229-4121



# 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)  
 母子保健担当 TEL229-4125  
 成人保健担当 TEL229-4124  
 成人健診担当 TEL229-4126  
 健康増進担当 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、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

### ●8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。

### ●8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

#### ①9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回かぎり。

日時…9月19日(金)、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

#### ②9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

## 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)

### ●座談会「給食代用食の作り方」

当日直接会場。川越市学校栄養職員に話を聞きます。

日時…8月5日(火)、午前10時30分～正午

### ●情報交換と勉強会

当日直接会場。

日時…8月29日(金)・9月30日(火)・10月30日(木)・11月25日(火)、午前10時～正午

問い合わせ…総合保健センター母子保健担当・TEL229-4125

いて。受講は1回かぎり。

日時…9月11日(休)、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

#### ③9月のおやつと歯みがき教室

～お月見のおやつ～

親子でいっしょにおやつ作り、およびエプロンシアターと歯磨きの練習。

日時…9月5日(金)、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、8月15日(金) (必着) までに総合保健センター母子保健担当。申し込みをした方は、当日直接会場。③の申し込みをして外れた方には、8月22日(金)までに連絡します。

### ●妊婦対象の講座・健診

#### ①9月のプレ・パパママスクール

夫婦でいっしょに、育児・栄養・歯科などについて学びます。受講は1回かぎり。

日時…9月13日(土)、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)

#### ②9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回かぎり。

日時…9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



#### ③9月の妊婦歯科健診

日時…9月8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)

#### 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、8月15日(金) (必着) までに総合保健センター母子保健担当。

### ●9月の2歳児親子歯科健診

日時…9月2日(火)、午後1時～ (受付時間は後日通知) 対象…平成18年3月～8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、8月15日(金) (必着) までに総合保健センター母子保健担当

### ●9月の赤ちゃん広場

NPO法人川越子育てネットワーク・総合保健センター共催。情報交換と仲間づくり。当日直接会場。参加は1回かぎり。

日時…9月8日(月)、午前10時～正午 対象…平成20年3月～5月生まれの子と保護者

### ●楽しい食育

PFCの会・総合保健センター共催。お弁当を使って、食事バランスを体験してみましよう。子どものみ、試食があります。受講は1回かぎり。

日時・会場…9月8日(月)=総合保健センター▶12日(金)=高階市民センター、午前10時15分～11時30分 (受け付け=午前10時～) 対象…1歳6か月～4歳未満の子と保護者 定員…総合保健センター=25組▶高階市民センター=20組 (各抽せん) 経費…子ども1人につき300円 (当日集金) 申し込み…往復ハガキに教室名、郵便番号・住所・子どもの氏名・生年月日・電話番号を明記し、8月22日(金) (必着) までに総合保健センター母子保健担当