

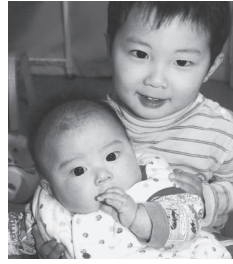


三吉奈央ちゃん
(2歳7か月/的場新町)
パパかわいく撮ってね♡



ごとうせいしろう
後藤誠士郎くん
(1歳8か月/田町)

うちの小さなお殿様です



稲田倫子ちゃん
(3か月/六軒町二丁目)
お兄ちゃん大好き♡



ももせゆいな
百瀬友衣菜ちゃん
(8か月/並木)

笑顔がチャームポイントです♡

●女性のための健康教室

助産師・管理栄養士の講話やリフレッシュ体操を通じて、更年期を快適に過ごす方法を学ぶ。

日時…9月22日(木)・29日(木)、午後1時30分～3時30分 会場…東部地域ふれあいセンター 対象…市内在住のおおむね64歳以下の女性 定員…先着25人 申し込み…9月1日(木)、午前10時から電話で成人保健担当

借金問題&こころの特別相談

～ワンストップ相談～

保健予防課 ☎227-5102

埼玉弁護士会川越支部と共催。多重債務や借金問題など、あなたの抱える悩みを弁護士・保健師・精神保健福祉士が相談に応じます。

日時…9月27日(火)、午前10時▶午後1時▶午後3時 会場…保健所 定員…各2人(予約制) 申し込み…9月26日(月)までに電話で同課

●ヘルスアップ運動教室



自分に合った効果的な運動習慣を身に付けてみませんか。

日時…オリエンテーション=9月20日(火)、午前9時30分～正午 運動期間…10月～12月(月4回程度のトレーニング。オリエンテーションで説明) 対象…市内在住の18歳以上 定員…20人(抽選) 申し込み…9月9日(金)までに電話で成人保健担当

●からだうれしい食事教室

～カロリーとりすぎいてませんか～



血糖値が気になる方など、糖尿病を予防するための食生活について。

日程・会場…9月15日(木)=総合保健センター▶10月4日(火)=高階市民センター 時間…午前10時～11時30分 対象…市内在住の成人 定員…各先着20人 申し込み…9月1日(木)、午前10時から電話で成人保健担当

●難病医療講演会

～クローン病患者の方のための食事～

管理栄養士による、病気と上手につきあうための食事方法の講話。

日時…10月1日(土)、午後2時～4時 対象…クローン病で療養中の方やその家族 定員…先着100人 申し込み…9月1日(木)、午前10時から電話で成人保健担当

●健康市民大学講座

～自分の食事診断をしよう～

簡単に、バランスの良い食事のとりかたを体験する。手話通訳あり。



講師…管理栄養士・西野智子さん 日時…9月20日(火)、午後1時30分～3時 対象…市内在住の成人 定員…先着50人 申し込み…9月1日(木)、午前10時から電話で健康づくり支援担当(ファクス可)

●女性のための健康講演会

更年期を快適に過ごすための医師・管理栄養士による講話。

日時…10月14日(金)、午後1時～3時10分(受け付けは午後0時30分から) 会場…保健所 対象…市内在住の成人 定員…先着50人 申し込み…9月1日(木)、午前10時から電話で成人保健担当

●結核予防週間(9月24日～30日) 保健予防課 ☎227-5102

日本では、年間約23,000人の新規結核患者が発生しています。決して過去の病気ではありません。2週間以上せき・たん・微熱が続く場合は、医療機関を受診し、胸部レントゲン検査などを受けましょう。

●9月はがん征圧月間です 成人健診課 ☎229-4126

がんは無症状で進行することが多く、早期発見が大切です。定期的に検診を受けましょう。市では各種がん検診を実施しています。詳しくは、健康づくりスケジュールまたは市ホームページをご覧ください。

夏の疲れを回復しよう!

～よい食生活をすすめるための調理実習～

日時・会場…9月12日(月)=北公民館▶14日(水)・28日(水)=総合保健センター▶15日(木)・22日(木)=中央公民館▶28日(水)=高階市民センター▶30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(抽選) 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、9月7日(水)(必着)までに健康づくり支援担当(後日、結果を連絡します) 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)

●大腸がん検診の無料クーポン券を発送

検診を委託している医療機関で使用できます。クーポン券は、9月中旬から順次発送します。10月下旬になっても届かない方、4月21日以降に市内に転入された方は、成人健診課へご連絡ください。対象…4月20日現在、市内に住所がある次の生年月日に該当する方(40歳から60歳まで、5歳ごとに実施)

- ・昭和45年4月2日～同46年4月1日
- ・昭和40年4月2日～同41年4月1日
- ・昭和35年4月2日～同36年4月1日
- ・昭和30年4月2日～同31年4月1日
- ・昭和25年4月2日～同26年4月1日

●ポリオ生ワクチン予防投与

日程など健康づくりスケジュールで確認し、当日直接会場。住所により対象者を限定してる日程があります。受付時間…午後1時15分～2時15分 対象…6か月～7歳6か月未満 持ち物…母子健康手帳、予防接種・健診手帳(予診票)

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小ヶ谷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

小江戸動物ふれ愛まつり

10月2日(日)、午前10時～午後3時

犬のしつけ方教室、動物ふれあい広場、ポニー乗馬、警察犬デモンストレーション、「猫の飼い方・しつけ方」の講演などを行います。各コーナーは、無料で参加できます。当日直接保健所。

食品・環境衛生課 ☎227-5103

- 9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。
- 9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。

●妊婦対象の講座・健診

①マタニティクッキング

～お腹の赤ちゃんすくすくメニュー～

妊娠中の食生活の講話とデモンストレーション。受講は1回限り。
 日時…10月18日(火)、午前10時～正午(受け付けは、午前9時45分から) 対象…妊娠5か月以上 持ち物…母子健康手帳 申し込み…ハガキに催し名・住所・氏名・電話番号・出産予定日を明記し、9月9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



②妊婦歯科健診

日時…10月17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(抽選) 申し込み…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、9月9日(金)(必着)までに母子保健担当

●たのしい食育

～親子で学ぼう幼児のお弁当～



地域活動栄養士 PFCの会と共催。弁当箱に料理を詰めて、食事バランスを体験。親子で昼食を食べます。受講は1回限り。

日時…9月29日

(木)、午前11時15分～午後1時(受け付けは、午前11時から) 対象…1歳6か月～3歳の子と保護者 定員…20組(抽選) 経費…1組500円 持ち物…母子健康手帳 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、9月15日(木)(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。外れた方には、9月22日(木)までに連絡

●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…10月11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か月の子と保護者 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…10月13日(木)、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か月の子と保護者 持ち物…母子健康手帳・離乳食用スプーン

③おやつと歯みがき教室

～ハロウィンのおやつ～

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…10月7日(金)、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歳の子と保護者 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・住所・子の氏名・生年月日・電話番号を明記し、①②は9月30日(金)、③は9月9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、9月16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…10月3日(月)、午前10時～正午 対象…平成23年3月～6月生まれの子と親

●2歳児親子歯科健診

日時…10月6日(木)、午後1時～(受付時間は後日通知)

対象…平成21年4月～9月生まれの子と保護者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、9月9日(金)(必着)までに母子保健担当



●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情報交換と仲間づくり。

日時…9月9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、9月6日(火)(必着)までに母子保健担当

リズム体操教室

Happy times together

～幸せな日をご一緒に～

健康づくりボランティア「やまぶき21」と共催。音楽に合わせて、楽しく体を動かしましょう。託児は6か月～2歳で、定員15人(抽選)。
 日時…10月6日(木)、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、9月22日(木)(必着)までに健康づくり支援担当

●子宮頸がん予防ワクチンの第1回目の接種は、9月30日までに 予防接種担当

来年3月31日までに接種を終了しないと、今年度の接種費用の助成を受けることはできません。規定の回数(3回)を接種するためには、最低でも6か月かかります。今年度の助成を受けるためには、9月30日までに1回目の接種を受けてください。