

●小江戸いきいき倶楽部

タオルやイスを使ったストレッチ、筋力アップ運動、食事・口の健康の講義など全5回の教室。体力に自信のない、きつい運動が苦手な方向け。

会場・日時…①名古屋市民センター＝12月2日～来年2月3日、火曜日、午後1時30分～3時30分▶②大東南公民館＝12月5日～来年2月6日、金曜日、午前10時～正午▶③震ヶ関市民センター＝12月10日～来年2月4日、水曜日、午後1時30分～3時30分▶④名細市民センター＝12月11日～来年2月12日、木曜日、午後1時30分～3時30分 対象…市内在住の65歳以上 定員…各20人(抽選) 経費…各100円 申し込み…11月18日(火)までに電話で成人保健担当

●からだうれしい食事教室

①カロリー摂りすぎていませんか？

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。

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。

会場・日時…①名古屋市民センター＝11月18日(火)、②総合保健センター＝11月25日(火)、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…11月4日(火)、午前10時から電話で成人保健担当

●委託医療機関の変更(閉院)

■西川医院(通町11-7)

●若年者健康相談

問診、身長・体重・腹囲測定、血圧測定、尿検査、医師による生活習慣病を未然に防ぐための相談。

日時…11月25日(火)、午後1時～5時

対象…市内在住の18～39歳(通院治療中の方を除く) 定員…先着8人 申し込み…11月4日(火)、午前9時から電話・ファクスで成人健診課 ☎229-4126 ☎225-2817

●がん検診等申し込み受け付け中

■第2期施設がん検診(先着順) …④骨密度検診(12月分)

■第3期施設検診(来年1月～3月実施)の受け付けが始まります

申し込み期間は11月1日(出)～15日(出)です。

■個別検診は来年1月31日(出)まで委託医療機関にて実施

項目は⑧大腸がん検診、⑨前立腺がん検診、⑩子宮がん検診、⑪乳がん検診、⑫肝炎ウイルス検診、⑬健康増進健康診査、⑭歯周疾患検診です。

申し込み…各検診ともハガキで成人健診課。個別検診⑧、⑨、⑫は申し込み不要。⑩、⑪、⑬、⑭は市ホームページからも可。申し込み方法等、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確認ください。 問い合わせ…成人健診課



11月14日は世界糖尿病デー

成人保健担当

糖尿病への理解を深め、予防・治療に対する意識を高めましょう。当日直接会場。

ブルーライトアップ

日時…11月14日(金)、午後5時～10時 会場…埼玉りそな銀行川越支店

市民公開講座

管理栄養士による講演会。

日時…11月8日(土)、午後2時～3時30分 会場…埼玉医科大学かわごえクリニック(協田本町)

糖尿病相談・血糖値測定体験

日時…11月8日(土)、午後1時～4時 会場…埼玉りそな銀行川越支店、ポケットパーク 問い合わせ…川越市医師会 ☎222-0794



12月1日は世界エイズデー

保健予防課 ☎227-5102

無料・匿名で土曜エイズ即日検査を行います。あなた自身と大切な人を守るため、ぜひご利用ください。会場は保健所。

土曜エイズ即日検査・相談(要電話予約)

日時…11月29日(土)、午後1時30分～3時 *エイズ検査は、下記日程でも行います。

エイズ即日検査(要電話予約)

日時…12月8日、来年1月19日、2月9日、3月9日、月曜日、午後1時30分～3時

親子

*会場=問い合わせと同じ・対象=どなたでも・定員=なし・経費=無料の場合は記載を省略しています。

■音を楽しまう！南米アンデスの音楽

今成保育園つどいの広場 ☎☎222-8622

日時…11月19日(火)、午前10～11時 対象…1～3歳の子と親 定員…先着12組 申し込み…11月5日(火)、午後2時から電話・ファクスで同広場

■クリスマス制作

地域子育て支援センター ☎☎233-7551

子どもと作る飾りもの。

日時…①11月26日(火)、②11月27日(水)、午前10時～11時 会場…同センター(名細保育園内) 対象…①2歳未満の子と親、②2歳～就学前の子と親 定員…各先着10組 申し込み…11月17日(月)、午後2時から電話・ファクスで同センター

■パパママ一緒に楽しく子育て

伊勢原公民館 ☎237-5676 ☎237-5677

ふれあい遊びや子育てトークなど。

日時…12月14日(日)、来年1月18日(日)、2月15日(日)、午前10時～11時30分 対象…1歳までの子と両親 定員…15組(抽選) 経費…200円 申し込み…往復ハガキ(1組1枚)に催し名・住所・両親と子の氏名・ふりがな、子の年(月)齢・性別・電話番号を明記し、11月14日(金)(必着)までに〒350-1108伊勢原町5丁目1-1・伊勢原公民館(ファクス・市ホームページからも可)

■子育てフェスタ川越

保育課 ☎224-5827

川越市私立保育園協会主催。保育園紹介、あそび・制作コーナー、模擬店など。先着200人の子どもにプレゼントあり。

日時…11月22日(土)、午前9時30分～11時30分(雨天決行) 会場…ジョイフル 対象…未就学児と保護者 問い合わせ…同協会 ☎245-2740

■高階南公民館の催し

☎245-3581 ☎240-1752

●パパとママの手作り講座

パパは子どもとのふれあい、ママは布おもちゃ作り。

日時…11月30日(日)、午前10時～正午 対象…1歳までの子と両親 定員…先着15組 経費…500円 申し込み…11月13日(土)、午後2時から電話・ファクスで同館

●クリスマス親子コンサート

ピアノ・トランペット・ヴァイオリン・ソプラノの演奏会。

日時…12月1日(月)、午前10時～11時30分 対象…未就学児と保護者 定員…40組(抽選) 経費…200円 申し込み…往復ハガキ(1組1枚)に催し名・住所・参加者全員の氏名・ふりがな・性別・電話番号を明記し、11月7日(金)(消印有効)までに〒350-1143藤原町23-7・高階南公民館(ファクス可)



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=総合保健センター・経費=無料の場合は、記載を省略しています。

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

大東図鑑
(南大塚)

健診は
次こそでなく
今ですよ



「ときも健康川柳」
応募作品

- 11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。
- 11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、日程を変更する、受診しない場合は、必ずご連絡ください。

●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…12月12日(金)、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、11月14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歳児親子歯科健診

歯科健診、ブラッシング指導、フッ素塗布(希望児)、おやつについての講話。
日時…12月4日(木)、午後1時～(受付時間は後日通知) **対象**…平成24年6～11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、11月14日(金)(必着)までに母子保健担当(市ホームページからも可)

●妊産婦歯科健診

日時…12月18日(木)、午後1時20分～(受付時間は後日通知) **対象**…妊娠5か月以上の妊婦と産後1年未満の産婦 **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、託児希望の有無(希望の場合は月齢)を明記し、11月14日(金)(必着)までに母子保健担当(市ホームページからも可)

●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…12月1日(月)、午前10時～11時30分 **対象**…平成26年6～8月生まれの子と親 **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情報交換の場。

日時…11月～来年3月、第2火曜日、午前10時～11時30分 **問い合わせ**…母子保健担当

●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…11月19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4～6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…11月20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6～8か月の子と保護者 **持ち物**…母子健康手帳

③おやつと歯みがき教室

～クリスマスのおやつ～
 親子で一緒におやつ作り、エプロンシアター等と歯磨きの練習。
日時…12月17日(水)、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



高齢者肺炎球菌ワクチンの定期予防接種対象者

予防接種担当

10月1日から65歳以上の方を対象として「肺炎球菌ワクチン」が定期予防接種になりました。

接種対象者について、平成31年3月31日までの5年間をかけて順次、対象の生年月日をずらしていく予定です。

対象者は原則、該当年度に65歳、70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、100歳となる方(今年度は101歳以上も含む)です。

今年度の対象者は、10月10日発行の広報川越または市ホームページでお知らせしています。今年度に対象となっていない場合は、来年度以降に順次、定期予防接種の対象となる予定です。詳しくは健康づくり支援課にお尋ねください。



市政にゆうす 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