

ちっちゃんな笑顔 (未来をつくるのは、この子どもたち)



浴野杏菜ちゃん
(11か月/山田)
みんなにかわいがられています♡



内田理奈ちゃん
(3か月/上野田)
元気にすくすく育っています♡



児玉凰くん
(6か月/仙波町二丁目)
お友達いっしょに遊んでいます♡



松本耀司くん
(9か月/新宿町五丁目)
満足げに、ニッコリ

成人 (健康は、毎日の生活からはぐくまれます)

●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。当日直接会場。

日時…1月19日(木)、午後1時30分～2時30分 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

●難病医療相談

神経内科医による医療相談。

日時…1月16日(月)、午後1時30分～ 対象…病名が不明で日常生活に支障がある方または療養生活に悩んでいる難病療養者およびその家族等 申し込み…1月5日(木)、午前10時から電話で総合保健センター成人保健係

●介護者いきいき教室

介護者のリフレッシュと介護に関する情報を紹介します。

日時…1月26日～2月16日、木曜日、午後1時30分～3時30分 対象…市内在住で介護をしている方または介護に関心のある方 定員…先着30人 申し込み…1月10日(火)、午前10時から電話で総合保健センター成人保健係



●2月の成人歯科健診

日時…2月19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・氏名・生年月日・電話番号を明記し、1月13日(金) (必着) ま



でに総合保健センター健康増進係

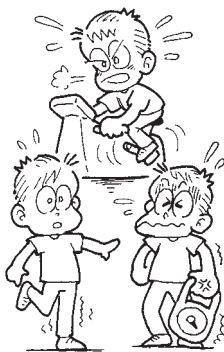
●運動教室の参加者募集

心疾患・高血圧等で治療中の方は、あらかじめご相談ください。

①1月の健康づくり運動教室

日 程	内 容
1月24日(火)	体力テスト
1月31日(火)	個別相談
2月7日(火)	トレーニング開始 (1年間)

時間…午前9時30分～正午 対象…①市内在住の18歳以上で健康診査等の結果が要指導②高脂血症・糖尿病等の生活習慣病を治療中で医師から運動を勧められている③体力テストを受ける前 (3か月以内) に医師から各種運動機器を用いた運動負荷が可能と診断を受けている④体力テスト実施日にその診断書を持参できる、①～④のすべてに該当する方 定員…先着20人 申し込み…1月6日(金)、午前10時から電話で総合保健センター健康増進係



②リラックス体操

ヨガを取り入れたリラクセーション。
日時…1月18日(木)、午後1時30分～3時 対象…市内在住で現在、ほか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・住所・氏名 (ふりがな) ・年齢・電話番号を明記し、1月6日(金) (消印有効) までに総合保健センター健康増進係

●健康市民大学講座・第5回公開講座

健康は口元から…「タバコの害とやめ方」



講師…北川歯科医院歯科医師・北川純さん 日時…1月19日(木)、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…1月5日(木)、午前10時から電話で総合保健センター健康増進係

第4回川越市市民健康講演会 「大腸がんは怖くない」

手話通訳あり。当日直接会場。

講師…埼玉医科大学客員教授・関根毅さん 日時…1月21日(土)、午後2時～4時 (開場=午後1時) 会場…川越プリンスホテル 対象…市内在住の成人 定員…先着400人 問い合わせ…川越市医師会・TEL222-0794

精神保健福祉家族教室

統合失調症について、正しい知識や対応のしかたを学びませんか? (1コース3回)

内容・日時…精神科医による「統合失調症の理解と治療」=1月17日(火)▶精神保健福祉士による「家族の対応と利用できる社会資源」=24日(火)▶家族 (当事者) による「家族ができること」=31日(火)、午後2時～4時 会場…保健所 対象…市内在住で精神障害者 (統合失調症の方) を抱える家族 定員…先着30人 申し込み…1月5日(木)、午前9時から電話で保健予防課精神保健係 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…2月2日(木)=中央公民館 ▶3日(金)=総合保健センター、午前10時～正午 対象…市内在住の成人 定員…各10人 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、1月20日(金) (必着) までに総合保健センター健康増進係 (申し込みをした方は、当日直接会場。定員を超えた場合は抽せん。外れた方には連絡します) 問い合わせ…同協議会・米原民子・TEL231-1945 (午後6時以降)



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)
FAX 225-1291 (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(土・日曜日、祝日、休日を除く)
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

* 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)。

* 特に明記がない場合は、総合保健センターが会場です。

ちっちゃん笑顔



野々下結衣ちゃん
(9か月/今成三丁目)
おすまし顔でバチリ!



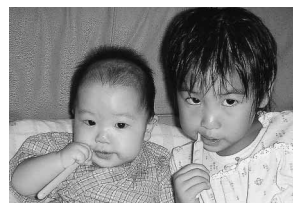
後藤晃太くん
(3か月/寺尾)

この笑顔……たまらない♡



徳田麻実ちゃん
(2歳/砂新田2丁目)

ハイポーズ! かわいいでしょ!



中山友里奈ちゃん
(6か月/今福)

恵里奈お姉ちゃんとハミガキ♡

母子(安心して子どもを産み、育てられる環境)

問い合わせ…母子保健係

● 1月の乳幼児相談・母乳育児相談

身体測定・育児相談・栄養相談。総合保健センターの幼児相談は、歯科衛生士による歯科相談を実施します。健康づくりスケジュールで日程・会場等を確認し、母子健康手帳を持って当日直接会場。

● 1月のマタニティー体操

妊婦体操・呼吸法等の実習。ズボン着用のうえ、当日直接会場。

日時…1月18日(木)、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

● 2月の妊婦歯科健診

日時…2月28日(火)、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、1月13日(金)までに総合保健センター母子保健係

● 2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回限り。日時…2月25日(土)、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)

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、1月13日(金)(必着)までに総合保健センター母子保健係

● 2月の2歳児親子歯科健診

日時…2月7日(火)、午後1時～(受付時間は後日通知) 対象…平成15年8月～同16年1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、1月13日(金)(必着)までに総合保健センター母子保健係

● 1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。持ち物等は通知をご覧ください。日程・会場の変更は健康づくりスケジュールを確認し、直接総合保健センターまたはジョイフル。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。

● 2月のマタニティークッキング

～30分で3品! ヘルシークッキング～ 日時…2月8日(木)、午前10時～11時30分 対象…妊娠5か月以上 定員…20人 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、1月13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。定員を超えた場合は抽せん。外れた方には連絡します

育児教室・親子の広場

2月の離乳食教室(初期)

離乳準備、1回食など。受講は1回限り。日時…2月2日(木)、午前10時～11時30分(受け付け=午前9時45分) 対象…離乳準備期～初期の乳児と保護者 定員…40組 持ち物…母子健康手帳・離乳食用スプーン

2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回限り。日時…2月20日(月)、午前10時～11時30分(受け付け=午前9時45分) 対象…離乳中期の乳児と保護者 定員…40組 持ち物…母子健康手帳・離乳食用スプーン

2月のおやつと歯みがき教室

～ほうれん草のおやつ～ 日時…2月17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 持ち物…母子健康手帳・タオル・歯ブラシ

■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、1月13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。定員を超えた場合は抽せん。外れた方には連絡します。

BCG予防接種のお知らせ

BCG予防接種を、下記の日程で行います。

日時…①1月20日(金)②24日(火)、午後1時30分～2時20分 会場…①=ジョイフル②=総合保健センター 対象…①=平成17年7月21日～同年10月20日生まれ②=同年7月25日～同年10月24日生まれ

二種混合が任意接種になります

来年4月1日(土)から、百日せきにかかった乳幼児に接種していた二種混合は、任意接種となります。

問い合わせ…総合保健センター母子保健係・TEL229-4123