

ちっちな笑顔



おさんぼだいすき♪

佐藤朱里ちゃん
(9か月/鯨井)



私もちよっぴりおめかし♥

朝日梨加ちゃん
(2歳3か月/小仙波町2丁目)



つぶやけんた
丸谷健太くん
(10か月/月吉町)
わが家の宝物



やましたけんた
山下颯斗くん
(6か月/扇河岸)
ボクのバイクだよ♡



わが家の宝物です♡

おかわりん
小川凜ちゃん
(3か月/新富町1丁目)



すずきだんじろう
鈴木弾士郎くん
(7か月/泉町)
ぼくは、弾士郎です！
ミロンね☆



つばやけんた
網川陽太くん
(7か月/泉町)
食べるの大好き！



わが家のアイドルです！

やまうちみこと
山内心琴ちゃん
(6か月/牛子)

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…11月16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…11月20日(月)、午後1時30分～ 対象…難病および病名が不明で療養生活に悩んでいる方やその家族など 申し込み…11月1日(火)、午前10時から電話で総合保健センター成人保健係

●健康市民大学講座 第5回公開講座

タバコをやめたい人もやめさせたい人も生まれ！あなたとあなたの周りの人のため ～分煙、そして禁煙～ 講師…歯科医師・北川純さん 日時…11月13日(月)、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…10月31日(火)、午前

臨時職員(助産師)募集

詳しくは、お尋ねください。

勤務内容…産婦・新生児訪問指導業務(市内全域)および乳幼児健診・相談業務など 資格…助産師経験がある50歳くらいまでの方 募集人数…若干名(選考) 申し込み…11月22日(水)までに電話で総合保健センター母子保健係 問い合わせ…総合保健センター母子保健係・TEL229-4125

10時から電話で総合保健センター健康増進係

●運動教室の参加者募集

①健康づくり運動教室

| 日程 | 内容 |
|-----------|---------------|
| 11月21日(火) | 体力テスト |
| 11月28日(火) | 体力テスト |
| 12月1日(金) | 個別相談 |
| 12月5日(火) | トレーニング開始(1年間) |

時間…午前9時30分～正午(トレーニングは別途通知) 対象…市内在住の18歳以上 持ち物…体力テスト実施前3か月以内の健康診査の結果が、異常なまたは要指導などの方は健康診査の結果▶要精密検査または要治療などの方は健康診査の結果と医師の診断書(各種運動器具を用いた運動負荷が可能と診断を受けている、3か月以内の物) 定員…先着20人 申し込み…11月1日(火)、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ックスセッション。 日時…11月22日(水)・29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…各25人(抽せん) 申し込み…往復ハガキに、教室名と希望日(ハガキ1枚につき1日)・住所・郵便番号・氏名・年齢・電話番号を明記し、11月6日(月)(消印有効)までに総合保健センター健康増進係

●12月の成人歯科健診

日時…12月3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、11月20日(月)(必着)までに総合保健センター健康増進係

●知っ得教室(高血圧編)

高脂血症の病態・運動・食事などについて。

日時…11月24日～12月15日、金曜日、午後1時30分～3時30分 対象…市内在住の成人 定員…先着40人 申し込み…11月6日(月)、午前10時から電話で総合保健センター成人保健係

第2回川越脳神経疾患研究会市民講演会「脳出血について考えよう」

手話通訳あり。当日直接会場。 講師…脳神経外科医師・松居徹さん 日時…12月2日(土)、午後2時～4時(開場=午後1時30分) 会場…川越プリンスホテル 対象…市内在住の成人 定員…先着800人 問い合わせ…川越市医師会・TEL 222-0794

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7日(木)・12日(火)=中央公民館▶8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、11月28日(火)(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・TEL 231-1945(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

●11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。

●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。通知が届かない場合や受診しない場合は、ご連絡ください。

●11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。

日時…11月13日(月)、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

●たのしい食育

PFCの会・総合保健センター共催。お弁当箱を使って、食事バランスを体験してみましょう。

日時…12月5日(火)、午前10時30分～11時45分 (受け付け=午前10時15分～) 対象…1歳6か月～4歳未満の子と保護者 定員…25組 (抽せん) 経費…300円 申し込み…往復ハガキに教室名・住所・子どもの氏名・生年月日・電話番号を明記し、11月17日(金) (必着) までに総合保健センター母子保健係

●12月の赤ちゃん広場

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。

日時…12月4日(月)、午前10時～正午 対象…5か月くらいまでの子と保護者

●12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…12月13日(水)、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…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、11月17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

●12月の2歳児親子歯科健診

日時…12月18日(月)、午後1時～ (受付時間は後日通知) 対象…平成16年6月～11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、11月17日(金) (必着) までに総合保健センター母子保健係

●12月の妊婦歯科健診

日時…12月7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 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、11月17日(金) (必着) までに総合保健センター母子保健係

●12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…12月20日(水)、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、11月17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

●育児教室・親子の広場

①12月の離乳食教室 (初期)

離乳食初期の進め方。受講は1回限り。

日時…12月19日(火)、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

②12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…12月12日(火)、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

③12月のおやつと歯みがき教室～クリスマスのおやつ～

日時…12月8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、11月17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。

個別予防接種委託医療機関の追加

■おぜき子どもクリニック

〒350-1104 砂新田2丁目19-8 TEL242-8888

問い合わせ…総合保健センター母子保健係 TEL229-4123

ひよこサロン 小さく生まれた子どもを持つ親の会

情報交換、保育士と手遊びなど。

日時…11月17日・12月15日・来年1月19日・2月16日、金曜日、午前10時～正午 対象…小さく生まれた子と保護者

問い合わせ…総合保健センター母子保健係 TEL229-4125