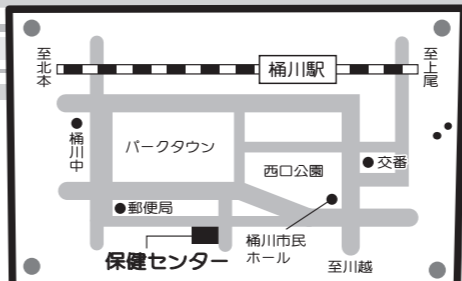


健康増進課  
(保健センター内)  
☎786-1855  
FAX 786-0096



※母子健康センターは耐震工事のため、こどもの健康診査は全て保健センターで実施します。

こどもの健康診査



種別	とき	ところ	受付時間	内容
4か月児健診	9月13日(金)	保健センター	13:15~14:10	診察、身体計測、育児相談、離乳食相談・試食、絵本コーナー <b>持ち物</b> 母子健康手帳、健診票
7か月児・10か月児相談	〈高崎線東側〉 9月3日(火) 10月1日(火) 〈高崎線西側〉 9月9日(月) 10月7日(月)		9:30~10:30	保健師による身体観察、身体計測、育児相談、栄養士による離乳食相談 ※対象児は、7か月児と10か月児です。高崎線の東側と西側で日程が異なりますので、ご注意ください。 その他、電話にてご相談ください。 <b>持ち物</b> 母子健康手帳
1歳6か月児健診 (個別通知あり)	9月25日(水)		13:15~14:10	内科・歯科診察・歯科指導、身体計測、育児・幼児食相談、発達・心理相談 <b>持ち物</b> 母子健康手帳、問診票
3歳3か月児健診 (個別通知あり)	9月20日(金)		13:15~14:10	内科・歯科診察、身体計測、育児・幼児食相談、発達・心理相談 <b>持ち物</b> 母子健康手帳、問診票
フッ素塗布	9月2日(月) 9月30日(月)		1回目 13:30~14:00 2回目以降 14:00~14:30	1歳6か月児健診終了児、6か月ごとに塗布します。 <b>持ち物</b> 母子健康手帳 <b>問合せ</b> ☎口腔保健センター(北足立歯科医師会) ☎048-596-0275

母子健康相談



種別	とき	ところ	受付時間	対象者および内容	定員
マタニティクラス 《要予約》	10月10日(木) 10:30~13:00	保健センター	10:15~10:30	妊娠16~28週の妊婦(夫も可) 簡単クッキング、妊娠中の食事や過ごし方などについて、その他交流会 <b>持ち物</b> 母子健康手帳、エプロン、三角きん、ふきん、筆記用具	25人
	10月21日(月) 13:30~16:00		13:15~13:30	妊娠20~31週の妊婦(夫も可) 妊娠経過や出産のこと、その他交流会 <b>持ち物</b> 母子健康手帳、筆記用具	25人
パパママ体験クラス 《要予約》	9月14日(土) 10:00~12:00		9:45~10:00	妊娠24~36週の妊婦と夫(祖父母になられる方歓迎) 赤ちゃんのお風呂の入れ方、保育について <b>持ち物</b> 母子健康手帳、筆記用具	9組
赤ちゃんサロン	9月5日(木) 10月3日(木)		開催時間 10:00~12:00	2~6か月児の保護者 ママ達の仲間づくり、交流の場としてご利用ください。 <b>持ち物</b> 母子健康手帳	なし
ベビーもくもぐクラス (ママ準備クラス) 《要予約》	9月12日(木) 13:30~16:00		13:15~13:30	6~9か月児の保護者 歯の話と離乳食について ※妊婦の方も参加できます。 <b>持ち物</b> 母子健康手帳	25人

注1) 母子健康相談については、実施日の1週間前までに電話でお申し込みください。また、効果的に参加していただくため、対象となる乳児以外の小さなお子さんを連れての参加はご遠慮ください。  
注2) 母子健康相談の対象となる乳幼児用のおむつ・調乳用のお湯などは、各自でご持参ください。

おとなの健康相談



種別	とき	ところ	受付時間	対象者および内容
お立ち寄り健康相談	9月10日(火)	保健センター	9:30~11:00	<b>対象</b> 成人 <b>内容</b> 血圧測定、体重・体脂肪測定、バランスの良い食事のとり方などの相談 ※気軽にお立ち寄りください!

【公開講座】  
内容▼統合失調症の症状と治療について  
とき▼10月4日(金)午後2時~3時30分  
ところ▼保健センター  
対象▼市内在住・在勤の人  
定員▼50人(先着順)  
費用▼無料 申込み▼不要  
講師▼精神科医師

Let's トライ ウォーキング (東側14kmコース)  
とき▼9月26日(木)午前8時に駅西口公園噴水前集合 午後2時頃解散 (小雨決行)  
コース▼駅西口公園~明星院~わんぱく村~光照寺~加納天神~べに花ふるさと館(昼食・休憩)~駅西口公園  
持ち物▼昼食・飲み物・雨具・ウォーキングに適した服装・履きなれた靴  
参加費▼100円(保険代)  
定員▼30人  
申込み▼9月4日(水)午前9時~20日(金)に電話または健康増進課窓口へ。  
主催▼桶川市健康づくり市民会議  
ウォーキング部会

**9月の献血**

種類	全血献血(200ml・400ml)
とき	9月20日(金)
ところ	桶川駅西口
時間	午前10時~11時45分 午後1時~4時
対象	16歳~69歳の健康な人 ※400mlは男性17歳以上 女性18歳以上

※65歳以上の人は、60歳~64歳に献血したことがある人に限ります。

本人確認にご協力を!  
運転免許証  
パスポート  
健康保険証  
などで本人確認をさせていただきます。

【家族セミナー】対応の仕方や支援制度について一緒に考えてみませんか?  
内容▼①社会資源と福祉制度(生活保護など)について②家族の対応について  
とき▼①10月8日(火)②15日(火)各午後2時~3時30分  
ところ▼保健センター  
対象▼統合失調症の患者の家族で市内在住の人※現在別居でもかまいません  
費用▼無料  
講師▼①障害福祉課職員、社会福祉課職員②健康増進課職員、社会福祉職員  
申込み▼10月2日(水)までに電話または健康増進課窓口へ。

☆自衛官募集☆

募集種目	受付期間	応募資格	試験予定日
防衛大学校	推薦 9月5日(木)~9日(月)	高卒(見込含)21歳未満 (高等学校長の推薦が必要)	9月28日(土)29日(日)
	総合選抜 締切必着		★1次試験 9月28日(土) ★2次試験有
防衛医科大学校	9月5日(木)~30日(月) 締切必着	高卒(見込含)21歳未満	★1次試験 11月9日(土)10日(日) ★2次試験有
			★1次試験 11月2日(土)3日(日・祝) ★2次試験有
防衛医科大学校看護科学学生(自衛官コース)			★1次試験 10月19日(土) ★2次試験有

\*年齢は平成26年4月1日現在  
問合せ▶自衛隊さいたま地域事務所☎651-2420

●40分で助かる命があります!  
血液は、けがや事故だけでなく、がんなどの病気の治療や、血液製剤の材料として、必要不可欠なものです。しかし、人工的につくることも、長い間保存することもできません。  
たとえば全血献血400mlにかかる時間は、採血後の休憩も含めて平均40分。実際に針をさしている時間は約15分です。  
献血には、人の命を助ける力があります。献血バスや献血ルームをみかけたら、ぜひ足を運んでみてください。

10名以上のグループに最適! 15名様以上でお酒1本付! 1泊2食9,000円~(お一人様/入湯税別)

<p><b>草津温泉リゾート</b> 山を自然を楽しむ! ハイキング、ゴルフ、テニス、溪流釣り</p> <p>●各種健康保険指定ホテル http://www.kusatsu-gpp.com 〒377-1711 群馬県吾妻郡草津町草津白根464-523 Fax 0279 (88) 3950 ☎0279 (88) 3960 E-mail otoiawase@kusatsu-gpp.com</p> <p><b>草津グリーンパークパレス</b></p>	<p><b>湖畔のホテルリゾート</b> 日帰りでも1泊気分! ゆっくりおしゃべり レディースプラン</p> <p>入浴+和食会席+お酒1本付のシルバープラン</p> <p>●東松山・鴻巣駅より車で15分 ●バス送迎できます http://www.friend-yoshimi.co.jp 〒355-0166 埼玉県比企郡吉見町大字黒岩602 Fax 0493 (54) 1007 ☎0493 (54) 2030 E-mail otoiawase@friend-yoshimi.co.jp</p> <p><b>フレンドシップ ハイツよしみ</b></p>
--	---

情報ステーション 健康ステーション 11 2013.9

健康ステーション 10 2013.9