保健センター 〒359-0025 上安松 1224-1 **22991-1811 2995-1178**

「FAX 不可)

市業力	★保健センターで実施する事業 ●☎印…保健士			
事業名	日時・内容等		事業名	日時・
	▶とき:9月5日月·12日月·29日休(全3回)午後1:15~		血液	▶とき:9月20日以午前9:30
7 * 0 * * * * * 7 * 7 * 7 * 7 * 7 * 7 * 7 * 7 *	4:00、29日休は午前9:45~午後1:00(開始15分前から受付) 対象 :平成23年11月~24年1月に出産予定の初産婦とパー	7	さらさら	を受けた方で、継続的に治療を
說学級 基礎	トナー (住民登録をしている方) ▶内容 :妊娠中の保健と生活		教室	の基礎知識、動脈硬化予防のた 員:申し込み先着30人▶持ち物
三十二人	(栄養講話を含む)、新生児の保育、もく浴実習、調理実習等▶		(予約制)	長
	定員:申し込み先着40人▶費用:500円(調理実習材料費)▶持ち			★
	物:母子健康手帳、筆記用具、9月12日側はバスタオル	Ι.	1.7704	▶とぎ、9月13日以午前9、30 歳以下の方▶テーマ:腎臓病予
	● 8月1日月~		ところ21	
	▶とき: 9月20日似午後1:15~3:15 (開始15分前から受付)		栄養教室	
見学級	▶対象: 平成23年11月~24年1月に出産予定の初産婦、経産婦		(予約制)	着36人(初めての方を優先) このまり
歯科	(住民登録をしている方) ▶内容 :歯科健診、ブラッシング指導			三角きん
コース	等 ▶定員 :申し込み先着40人 ▶持ち物 :母子健康手帳、筆記用			▶とき: 9月6日似、7日似午
納制)	具、歯ブラシ、コップ、タオル ●☎8月1日月~		優しい	は午後1:00~)▶対象:おす
	▶とき: 8月26日		健康食	臓に優しい食事▶内容:講話
	対象:平成23年11月~24年2月に出産予定の初産婦とパートナー		教室	方」、簡単な調理実習、個別食
見学級	(住民登録をしている方) ただし、パートナーと参加できる方に		(予約制)	(初めての方優先)▶費用:50
	限ります。▶内容:もく浴実習、パートナーとできる妊婦体操等			
	実技、ビデオ視聴 ▶定員 :申し込み先着24組 ▶持ち物 :母子健康			▶とき:9月22日休午前10:00
	手帳、筆記用具、バスタオル ●☎8月1日月~		ファミリー	付) ▶対象 :1 歳~18歳までのa
	▶健康診査日の2週間前までに、対象児の保護者あてに通知を郵		食育教室	弁当作り▶内容:講話「脂質異
)月児			(予約制)	習▶定員:申し込み先着15組(ネ
6か月児 歳児	送します。転入等で通知を受け取っていない場合は、保健センターへ連絡してください。			ち物 :エプロン・三角きん◎保
	一へ連絡してくたさい。 ◎3歳児健康診査は3歳3か月時に実施します。			
小心耳	▶とき:《離乳食》8月17日似午前中(グループでも参加可)			★市役所・公民館等 [・]
.幼児	▶とき、《離乳長》8月17日88年前中(グルーノでも参加引) 《食事》8月23日89年前中《歯科》8月9日89年前中▶定員:い		± 44. ¢	
相談	《長事》8月23日以午前中《幽科》8月9日以午前中▶定員:01 ずれも申し込み先着3人▶持ち物:母子健康手帳(歯科相談は歯		事業名	日時・
約制)				▶とき/ところ: ▷9月1日
				▷9月6日以/旧市庁舎3階
A #4 -	▶とき: 9月12日(月)午前10:00~11:30 (開始15分前から受付)			吾妻公民館 ▷ 9月28日⋈/新克
食教室	▶対象:平成23年3月・4月生まれの乳児とその保護者(住民登録をしている方) ▶内容: 党養士・振利衛生士の講話等		乳幼児	ずれも午前9:30~10:30(受
	録をしている方)▶内容:栄養士・歯科衛生士の講話等▶定員:		建康相談	体計測、保健師・栄養士・歯科
	申し込み先着50組▶持ち物:母子健康手帳、筆記用具、バスタオ	Ш		健康相談▶持ち物:母子健康
	ル	Ш		会場へ直接お越しください。馬
	▶とき: 9月15日休午前10:00~11:30 (開始15分前から受付)	Ш		め、車での来場はご遠慮くださ
食教室	▶対象:平成23年1月・2月生まれの乳児とその保護者(住民登			▶とき/ところ: ▷8月10日休
	録をしている方) ▶ 内容:栄養士の講話、試食等 ▶ 定員:申し込			~3:30/山□公民館 >8月1
約制)	み先着30組▶持ち物:母子健康手帳、筆記用具、お手ふき、スプ			9:30~午後0:30/富岡公民
	ーン ● 2 8 月 2 日 2 0 ~	J.	出張成人	の方法・検査値の見方・歯周病の
	▶とき: 9月5日(月)・26日(月)午前10:00~11:30 (開始15分前か		建康相談	
食教室	ら受付)▶対象:平成22年6月・7月生まれの幼児とその保護者	10	XEI/X I H IIX	士のみ) ○希望者は会場へ直接
ぱく期)	(住民登録をしている方) ▶内容:栄養士・歯科衛生士の講話等			狭山ヶ丘コミュニティセンター
約制)	▶定員:いずれも申し込み先着25組▶持ち物:母子健康手帳、筆			妖田ケ丘コミュニティ ピンラ は、輪番休業のため実施しませ
	記用具、お手ふき、飲み物(さ湯または麦茶)、歯ブラシ	H		
	●☎8月2日巛~	۱.	tal wastl	~ C C C C C C C C C C C C C C C C C C
歳児	▶とき:9月8日休・30日魵いずれも午後0:50~1:10(受		おしゃべり	〒(開始20分前から受刊)/ 正定、ストレッチ、健康ワンポイン
	付)▶対象:平成21年2月・3月生まれの幼児(住民登録をして	I IX	健康サロン	
L 4L-15	いる方)▶内容:歯科診察、栄養指導、歯磨き指導、フッ化物塗	H		越しください。また、体操をする
的制)	布等▶定員:いずれも申し込み先着50人 ●☎8月3日⋈〜			▶とき/ところ: ○9月26日月
	▶とき:9月29日休午前9:30~10:30、午後1:30~2:30		健診	手指公民館▶対象:健診・人間
00	(受付) ▶対象:平成23年6月生まれの乳児▶持ち物:母子健康	糸	洁果相談	を受けていない方〉内容:健診
125 VE	手帳、体温計、予診票(会場にも用意してあります)◎対象者に		(予約制)	分) ▶相談員:保健師、管理栄
	は事前に通知します。また、上記対象者以外で生後6か月未満の			手帳(お持ちでない方には当日
	未接種の方も接種できます。会場へ直接お越しください。			申し込みください。
	▶とき:8月25日休午前10:00~11:30▶対象:双子・三つ子を			▶とき/ところ:8月8日側午
すて	妊娠中の方とパートナー、または保育園等に通っていない双子・			2:00/市役所1階市民ホール
サロン ちゅーりっぷ	三つ子を育てている親 ▶内容 :参加者どうしの交流会 ▶持ち物 :	糸	洁核検診	部X線検査を受ける機会のない
	母子健康手帳、お子さんに必要なもの(ミルク、オムツ、おもち			ていない、あるいは受ける予定
	ゃ等)◎希望者は会場へ直接お越しください。			越しください。
	《健康相談》▶とき:8月3日㎏、17日㎏いずれも午前中▶内容:		献血	▶とき/ところ:8月16日似午前
	病気の予防、療養方法、食事、運動等のさまざまな健康について		шулш	/市役所1階市民ホール◎希望
	の相談《歯科相談》▶とき:毎週火曜日午前中▶内容:歯周病予			
	防、入れ歯の手入れの方法等 <mark>《栄養相談》▶とき</mark> :毎週木曜日午前			★訪問事業・相
~~~	中 <b>▶内容</b> :生活習慣病の予防、バランスの良い食事等 <mark>《気になる</mark>		担当課	内
	血糖値相談》▶とき:8月8日側、22日側いずれも午前中▶内容:		に二味	
	糖尿病の予防、食事、運動などの生活習慣の見直し等《リハビリ			▶新生児・妊産婦訪問:保健師の情報をお与え、まず、保健士
	相談》▶とき:8月26日 金午前中▶内容:ひざ・腰痛予防、身体機			の情報をお伝えします。保健センスをは、これでは、これでは、これでは、これでは、これでは、これでは、これでは、これで
	能・歩行能力維持・改善のためのリハビリ等 <b>▶持ち物</b> :健康手帳			診券に添付の出生連絡票を保健
	(お持ちでない方には当日配布)、歯科相談は歯ブラシ	臣	子保健課	▶こんにちは赤ちゃん訪問:新 まればての生然のからできる。
	●☎8月2日⋈~			き、すべての生後2か月ごろの
	<b>トナ・</b> 0日0日(A) 0日10日(A) 1			護師が訪問し、保健相談と子育
	▶とき:9月9日 (金) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100 ) (100			▶5歳児で幼稚園、保育園での
r <b>à</b> =∕A	10:45~▶対象:健診・人間ドックを受けた方で継続的に治療を			カキトシキューロー・コー・ロー・コー
建診	10:45~▶対象:健診・人間ドックを受けた方で継続的に治療を 受けていない方▶内容:健診結果に関する個別相談(1人約60			
建診果相談	10:45~▶対象:健診・人間ドックを受けた方で継続的に治療を受けていない方▶内容:健診結果に関する個別相談(1人約60分)▶相談員:保健師・管理栄養士▶持ち物:健診結果票、健康			▶訪問による相談:家庭での療
建診 具相談 約制)	10:45~▶対象:健診・人間ドックを受けた方で継続的に治療を受けていない方▶内容:健診結果に関する個別相談(1人約60分)▶相談員:保健師・管理栄養士▶持ち物:健診結果票、健康手帳(お持ちでない方には当日配布)◎健診の結果が出てからお			▶訪問による相談:家庭での療活習慣病予防、リハビリ方法等
診 相談 約制)	10:45~▶対象:健診・人間ドックを受けた方で継続的に治療を受けていない方▶内容:健診結果に関する個別相談(1人約60分)▶相談員:保健師・管理栄養士▶持ち物:健診結果票、健康手帳(お持ちでない方には当日配布)◎健診の結果が出てからお申し込みください。	-	↓人仅炒≡	健康や発達に関するご相談を受( ▶訪問による相談:家庭での療 活習慣病予防、リハビリ方法等 栄養士・歯科衛生士等が訪問し、
建診 県相談 約制)	10:45~▶対象:健診・人間ドックを受けた方で継続的に治療を受けていない方▶内容:健診結果に関する個別相談(1人約60分)▶相談員:保健師・管理栄養士▶持ち物:健診結果票、健康手帳(お持ちでない方には当日配布)◎健診の結果が出てからお	成	<b>艾人保健課</b>	▶訪問による相談:家庭での療活習慣病予防、リハビリ方法等 栄養士・歯科衛生士等が訪問し、 ▶脳卒中などにより身体に障害
建診 具相談 約制)	10:45~▶対象:健診・人間ドックを受けた方で継続的に治療を受けていない方▶内容:健診結果に関する個別相談(1人約60分)▶相談員:保健師・管理栄養士▶持ち物:健診結果票、健康手帳(お持ちでない方には当日配布)◎健診の結果が出てからお申し込みください。	成	<b>戊人保健課</b>	▶訪問による相談:家庭での療活習慣病予防、リハビリ方法等 栄養士・歯科衛生士等が訪問し ▶脳卒中などにより身体に障害
制	10:45~ > 対象:健診・人間ドックを受けた方で継続的に治療を受けていない方 > 内容:健診結果に関する個別相談(1 人約60分) > 相談員:保健師・管理栄養士 > 持ち物:健診結果票、健康手帳(お持ちでない方には当日配布) ◎健診の結果が出てからお申し込みください。	成	<b>艾人保健課</b>	▶訪問による相談:家庭での療活習慣病予防、リハビリ方法等 栄養士・歯科衛生士等が訪問し、

事業名	日時・内容等
血液 さらさら 教室 (予約制)	▶とき:9月20日以午前9:30~正午▶対象:健診・人間ドックを受けた方で、継続的に治療を受けていない方▶内容:動脈硬化の基礎知識、動脈硬化予防のための食事や運動について学ぶ▶定員:申し込み先着30人▶持ち物:健診結果票、筆記用具、健康手帳(お持ちでない方には当日配布) ◆☎8月1日月~
ところ21 栄養教室 (予約制)	▶とき:9月13日以午前9:30〜午後0:30▶対象:おおむね64歳以下の方▶テーマ:腎臓病予防の食事▶内容:講話「腎臓機能低下を防ぐ食事のとり方」、簡単な調理実習▶定員:申し込み先着36人(初めての方を優先)▶費用:500円▶持ち物:エプロン・三角きん
優しい 健康食 教室 (予約制)	▶とき:9月6日(火、7日(火)・30~午後0:30(食事相談は午後1:00~)▶対象:おおむね65歳以上の方▶テーマ:腎臓に優しい食事▶内容:講話「腎臓機能低下を防ぐ食事のとり方」、簡単な調理実習、個別食事相談▶定員:申し込み先着36人(初めての方優先)▶費用:500円▶持ち物:エプロン・三角きん●番8月1日(月)~
ファミリー食育教室(予約制)	▶とき: 9月22日休午前10:00~午後0:30 (開始15分前から受付) ▶対象: 1歳~18歳までのお子さんと保護者▶テーマ:秋のお弁当作り▶内容:講話「脂質異常症予防の食事」、簡単な調理実習▶定員:申し込み先着15組(初めての方優先)▶費用:500円▶持ち物:エプロン・三角きん◎保育があります。 ●☎8月1日月~

	★市役所・公民館等で実施する事業				
事業名	日時・内容等				
乳幼児 健康相談	▶とき/ところ: ▶9月1日(水/富岡公民館 ▶9月6日(火/日市庁舎3階 ▶9月14日(水/ 吾妻公民館 ▶9月28日(水/新所沢東公民館いずれも午前9:30~10:30(受付)▶内容:身体計測、保健師・栄養士・歯科衛生士による健康相談▶持ち物:母子健康手帳◎希望者は会場へ直接お越しください。駐車場が狭いため、車での来場はご遠慮ください。				
出張成人健康相談					
おしゃべり 健康サロン	▶とき/ところ:8月10日似、9月14日似いずれも午前10:00〜正午(開始20分前から受付)/山口公民館▶内容:血圧・体脂肪測定、ストレッチ、健康ワンポイント勉強会◎希望者は会場へ直接お越しください。また、体操をするので飲み物をお持ちください。				
健診 結果相談 (予約制)	▶とき/ところ: ▷9月26日  1午前9:30~、午前10:45~/小手指公民館▶対象:健診・人間ドックを受けた方で継続的に治療を受けていない方▶内容:健診結果に関する個別相談(1人約60分)▶相談員:保健師、管理栄養士▶持ち物:健診結果票、健康手帳(お持ちでない方には当日配布)◎健診の結果が出てからお申し込みください。				
結核検診	▶とき/ところ:8月8日(月)午前10:00~11:00、午後1:00~2:00/市役所1階市民ホール▶対象:15歳以上で勤務先等で胸部X線検査を受ける機会のない方。40歳以上で肺がん検診を受けていない、あるいは受ける予定のない方◎希望者は会場へ直接お越しください。				
献血	▶とき/ところ:8月16日似午前10:00~正午、午後1:00~4:00 /市役所1階市民ホール◎希望者は会場へ直接お越しください。				

大助问事表・伯談表務寺				
担当課	内 容 等			
母子保健課	▶新生児・妊産婦訪問:保健師・助産師が保健相談と子育て支援の情報をお伝えします。保健センターへ電話、または妊婦健診受診券に添付の出生連絡票を保健センターに郵送してください。 ▶こんにちは赤ちゃん訪問:新生児訪問等を実施したご家庭を除き、すべての生後2か月ごろの乳児を持つご家庭に、保健師・看護師が訪問し、保健相談と子育て支援情報をお伝えします。 ▶5歳児で幼稚園、保育園での健康診査を受ける機会のない方の健康や発達に関するご相談を受け付けています。			
成人保健課	<ul><li>▶訪問による相談:家庭での療養方法、介護家族の健康管理、生活習慣病予防、リハビリ方法等について、保健師・理学療法士・栄養士・歯科衛生士等が訪問し、ご相談に応じています。</li><li>▶脳卒中などにより身体に障害をお持ちの方を対象に「リハビリ教室」「リハビリ交流会」「失語症者のつどい」を実施しています。参加を希望される方は、事前にお問い合わせください。</li></ul>			