

6月の保健事業

問い合わせ／保健福祉総合センター（☎581・8500）へ。

健康相談

月日(曜日)	受付時間	対象地区	場所	内容	持参する物
6月2日(月)	午後1時30分～3時	市街地地区	勤労福祉センター	・血圧測定 ・検尿 ・個別相談 ・体脂肪測定	健康手帳 (既にお持ちの方)
6月5日(木)	午後1時30分～3時	西古里・鷹ノ巣地区	西古里公会堂		
6月9日(月)	午後1時30分～3時	町内全地区	保健福祉総合センター		
6月18日(木)	午後1時30分～3時	五ノ坪地区	五ノ坪集落センター		
6月23日(月)	午後1時30分～3時	町内全地区	役場402会議室		
6月26日(木)	午後1時30分～3時	用土全地区	用土コミュニティセンター		

運動訓練

月日(曜日)	時間	場所	対象	持参する物	備考
6月11日(木)	午前10時～11時30分	保健福祉総合センター	富田下郷長寿会 富田長寿会	健康手帳 (既にお持ちの方)	かわせみ荘の巡回バスをご利用ください
6月25日(木)			末野美好会 金尾老人クラブ		

乳幼児健康診査

種別	月日(曜日)	受付時間	対象	場所	持参する物
3歳児健康診査	6月12日(木)	午後1時30分～2時	平成16年12月生	保健福祉総合センター	母子健康手帳、役場からの通知、お子さんの歯ブラシ、3歳児はその他に尿の入ったビニール袋
1歳6カ月児健康診査	6月19日(木)	午後1時30分～2時30分	平成18年10月生～11月生		

乳幼児健康相談

月日(曜日)	受付時間	場所	対象	持参する物
6月17日(火)	午後9時30分～10時30分	保健福祉総合センター	乳幼児	母子健康手帳

ひよこ教室

月日(曜日)	受付時間	場所	対象	持参する物
6月18日(木)	午前10時～11時30分	保健福祉総合センター	3～5カ月児のお子さん と保護者(20組) ※事前にお申し込みください	母子健康手帳 筆記用具 エプロン(2日目)
6月27日(金)				

結核検診

月日(曜日)	受付時間	場所	対象・費用	持参する物
6月13日(金)	午前8時30分～11時30分 午後1時30分～2時30分	総合体育館 アタゴ記念館	対象/20歳以上の町民の方 費用/無料	健康手帳

こころの相談

月日(曜日)	受付時間	対象	場所
6月4日(木)	午後1時30分～2時30分 (要予約)	こころの健康について悩みをお持ちの方、そのご家族および関係者	保健福祉総合センター

健康ひろば

ワンポイントアドバイス
「認知症」
あきらめていませんか？
—もの忘れ外来—
医師 吉丸 公子

「最近もの忘れが…」と思う方いらっしゃるいませんか？ 60歳代より認知症が始まったとして、医療が進んだ現代では80歳まで生きることが可能です。しかし、この20年間を寝たきりで過ごすのか、余生を楽しんで天寿をまとうのかは、20年間を寝たきりで過ごすのと医療費もばく大となり、家計はもちろろん、国家財政も破綻しかねません。「国民の多数を占める中高年の方の肩に日本の未来はかかっている」と言っても過言ではないのです。現在アルツハイマー病を完全

に治す薬はありませんが、進行を遅らせ、寝たきりになるまでの期間を延ばす薬があります。それは早期に内服しないと効果がうすれます。また、アルツハイマー病だと思っても、実は治る違う病気の場合もありますので、「最近もの忘れが…」と生じた段階で「もの忘れ外来(神経内科)」を受診されることをお勧めします。私は埼玉県各地で「もの忘れ外来」をしています。ですが、寄居町の方は「歳のせい

だから」とあきらめていたり、「徘徊してとても家ではみられない」という段階になってようやく受診される方が多いという印象を受けます。もちろん末期の認知症の方の加療や家族相談、他院との連携なども「もの忘れ外来」では行っていますが、本人やご家族のためにも早期診断・早期治療が重要です。認知症になったとしても、人生を楽しむことは十分可能です。あきらめる前にご相談ください。

親子 De 笑顔

※子育て支援センターを利用された皆さんを中心に紹介しています。



松本英樹さん・昭子さん・陽愛ちゃん(1歳4カ月)(伊勢原)

- ☺子育てのポリシー
素直にあいさつや感謝の気持ちと言える子になるように育てたいと思います。人に会ったときには、「こんにちは」、「ありがとう」など親の私たちが言うようにしています。
- ☺お子さんが夢中になっていること
台所の缶詰やタッパーを並べて(散らかして)楽しんでます。時々、調味料がおもちゃ箱から出てくることがあります。また、メロディーが聞こえるとリズムにのり、嬉しそうに踊ります。

子育て Q & A

Q 8カ月の子どもと天気の良い日にはベビーカーでお散歩に出かけたり、お買い物に行ったりしています。子どもも外に出ると機嫌が良いのですが、これからの時期は紫外線が気になります。
A 外に出ると、家の中にはない光や風、音やにおい、手触りなど、様々なものが赤ちゃんの五感を刺激します。家の中だけで過ごすよりも生活にめりはりがつき、お母さんにとっ

ても気分転換になりますね。紫外線については5月から9月頃までが多いといわれています。赤ちゃんの肌は大人に比べて薄いため、ダメージを受けやすいので、これからの時期のお出かけは紫外線対策をした方がいいでしょう。一日の中で紫外線の強い時間帯は午前10時から午後2時頃です。できるだけこの時間帯を避けてお散歩などを楽しみましょう。日差しの強い日は長袖の上着を着せ、帽子をかぶせましょう。手や足、顔など服から出ている部分は、ベビー用の日焼け止めクリームなどを塗ってもいいでしょう。



紫外線に対する注意は必要ですが、あまり神経質になることはありません。今までどおりお散歩の時間を親子で楽しみ、赤ちゃんに外の良い刺激を受けさせてあげましょう。

子育てサロン

6月の子育て支援センター事業

問い合わせ／子育て支援センター(☎581・4165)へ。

育児相談

曜日	時間	場所	備考
毎週木曜日	午前9時～午後4時	子育て支援センター	子育てについて、どのようなことでも気軽にご相談ください。

ほかほかクラブ(0、1歳)

月日(曜日)	時間	場所	備考
6月11日(木)	午前10時～11時30分	寄居保育所 遊戯室	赤ちゃんが喜ぶスキンシップ遊びなどを行います。※床に座りますので、バスタオルをご持参ください。
6月18日(木)			
6月25日(木)			

ほかほかクラブ(2歳以上)

月日(曜日)	時間	場所	備考
6月6日(金)	午前10時～11時30分	寄居保育所 遊戯室	広い室内でたくさんの友達と体を動かして遊びます。※床に座りますので、バスタオルをご持参ください。
6月13日(金)			
6月20日(金)			

つぼみのつどい ※事前に予約が必要です。

月日(曜日)	時間	場所	備考
6月21日(土)	午前10時～11時30分	子育て支援センター	6月中旬に1歳になるお子さんを対象に、手形とりや身体計測、手遊び等を行います。

給食体験(有料) ※事前に予約が必要です。

月日(曜日)	時間	場所	対象・定員・料金	備考
6月27日(金)	午前10時～正午	子育て支援センター	離乳が完了した親子4組・親子2人で400円	6月17日(火)午前9時30分から、子育て支援センターへ各自電話でお申し込みください。定員になり次第締め切ります。

よりっこサロン

曜日	時間	場所	備考
火曜日 土曜日	午前の部 午前9時30分～11時30分 午後の部 午後1時～3時50分 ※7日、21日、28日は午後の部のみ	子育て支援センター	センターを開放します。6月3日(火)は、身体計測も行います。
第2,3,4水曜日 第1,2金曜日	午後1時～3時50分		

あかちゃんサロン

月日(曜日)	時間	場所	備考
6月20日(金)	午後1時～3時50分	子育て支援センター	1歳未満のお子さんを対象に、センターを開放します。

親子ふれあい広場

月日(曜日)	時間	場所	備考
6月28日(土)	午前10時～11時30分	寄居保育所	手遊びや歌などを親子で楽しめます。園庭開放もします。

※支援センターは、日曜日、月曜日、祝日が休みです。