

# 7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)	時間	対象地区	場所	内容	持参する物
7月13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	・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)

## ●運動訓練

月日(曜日)	時間	対象	場所	持参する物	備考
7月10日(金)	午前10時～ 正午	鉢形第一長寿会 鉢形第二長寿会	保健福祉総合センター	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
7月15日(水)		本町長寿会 中町長寿会 栄町長寿会			

## ●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
4～5カ月児健康診査	7月9日(木)	午後1時30分～2時30分	平成21年2月～3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、3歳児は尿の入ったビニール袋とお子さんの歯ブラシ
10カ月児健康診査	7月3日(金)		平成20年8月～9月生		
3歳児健康診査	7月16日(水)	午後1時30分～2時	平成18年1月生		

## ●こころの健康相談

月日(曜日)	時間	場所	対象
7月8日(水)	午後1時30分～2時30分	保健福祉総合センター	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 ※事前にお申し込みください

## ●ポリオ予防接種

月日(曜日)	受付時間	場所	対象月齢	持参する物	備考
7月2日(木)	午後1時30分～2時30分	保健福祉総合センター	1回目 平成20年11月～12月生	・予防接種予診票 ・母子健康手帳	予防接種手帳をよく読んでください
7月15日(水)			2回目 平成20年5月～6月生		
			1回目 平成21年1月～3月生		
			2回目 平成20年7月		

# 健康ひろば

「がん」は中高年齢層に多い病気と思われていますが、乳がんの患者は30～40歳の女性に多く、20歳代でも発症が認められています。これは、食生活の欧米化、出産の高齢化などが要因

ワンポイント  
アドバイス

若い方こそ、  
子宮頸部がん検診、  
乳がん検診が必要です！

健康福祉課保健指導班

とされており、患者数は年々増加しています。また、子宮頸部がんの患者についても、多くは30～40歳の女性ですが、最近では20歳の患者が急増しています。子宮頸部がんは性交渉で感染するヒトパピローマウイルスが深く関係しており、その中の一部ががん化することが明らかになっています。そのため、近年の日本では「初交年齢の低下」が、子宮頸部がんの若年化と増加傾向の要因となっています。これらのがんを早期に発見し、

治療に結びつけるためにも検診は有効な手段です。今年の検診の内容は、乳がん検診が、①医師の視触診、②40歳以上の奇数年生まれの方または視触診の結果医師が必要と認めた場合はマンモグラフィ（しこりの影が映し出されるように乳房を圧迫板で挟み薄くひきのばし、レントゲン撮影を行います）、子宮頸部がん検診が①内診、②細胞診（子宮頸部の組織を採取しがん細胞の有無等を調べます）となります。近年、寄居町における子宮頸

部がん検診、乳がん検診の受診者数は増加傾向にあります。受診率は10%前後と低く、町民の方にとって身近な検診とはいえません。特にこれらの検診は「まだ若いから」「恥ずかしい」「痛いのでは」といったマイナスイメージが強く、受診することには抵抗感を持つ方が多いと思います。しかし、早期に発見すれば、いずれもほぼ完治するがんです。この機会にぜひ町で実施する検診をご利用ください。※検診の詳細については本誌12頁をご覧ください。

# 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。



ひなた

新井佑樹さん・あゆみさん・陽向ちゃん（2歳1カ月）（露梨子）

## ☺子育てのポリシー

比べず焦らず、本人のペースを見守って、ゆっくり、マイペースな育児を心がけています。できたことはたくさんほめてあげています。

## ☺お子さんが夢中になっていること

乗り物全般が大好きです。車や電車に手を振ったり、家用車のハンドルを握って、運転のまねをしたりしています。

## 子育て Q & A

トイレトレーニングの方法を  
教えてください

**Q** 2歳の子どもトイレトレーニングのことで相談します。そろそろトレーニングを始めてみようと考えているのですが、どのように進めていったらいいのでしょうか。

**A** トイレトレーニングを始める時期には個人差がありますが、始める目安として、おしっこの間隔が2時間くらい

あくようになってきたらいい時期でしょう。子どもの膀胱は一般的に2歳くらいで容量が大きくなり、おしっこをためる機能がほぼ完成すると言われています。しかし、その時期も子どもによって異なりますので、子どもの様子に合わせて始めてみましょう。

トイレトレーニングでは、おまるや補助便座を使用すると便利ですが、そして朝起きた時やお昼寝のあと、食事のあとやお風呂に入る前など、生活のひとりの区切りのところでトイレに誘ってみましょう。最初は座るだけでも大丈夫です。出なくても

無理強いをしないように気を付け、小さなことでもほめて自信を持たせるようにしましょう。トイレでおしっこをすることに慣れてくると、次第に出る前に自分から言葉や動作で教えるようになってきます。

トイレトレーニングがなかなか進まなかったり、後戻りをしてしまうこともあります。生活のリズムやその子の性格に合わせて、焦らず、ゆったりとした気持ちで取り組んでみましょう。

# 子育てサロン

## 7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
7月8日(水)	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。
7月15日(水)			
7月22日(水)			

## ●ほかほかクラブ（2歳以上）

月日(曜日)	時間	場所	備考
7月3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。
7月10日(金)			
7月17日(金)			
7月24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
7月18日(土)	午前10時～11時30分	子育て支援センター	7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、手遊びなどを行います。

## ●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・費用	申し込み
7月24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	7月14日(火)午前9時30分から、子育て支援センターへ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
毎週火曜日	午前の部 9時30分～11時30分 午後の部 1時～3時50分	子育て支援センター	センターを開放します。7月7日(火)は、身体計測も行います。
第1、2土曜日			
第5水・金曜日	午後1時～3時50分	子育て支援センター	
第2、3、4水曜日			
第1、2金曜日			
第3、4土曜日			

## ●あかちゃんサロン

月日(曜日)	時間	場所	備考
7月17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
7月25日(土)	午前10時～11時30分	寄居保育所 遊戯室	手遊びや歌などを親子で楽しみます。

※支援センターは、日・月曜日、祝日が休みです。