

2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
2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 役場 402会議室	・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)
2月22日(水)					

シニア健康塾(運動訓練)※

月日(曜日)	時間	対象	場所	持参する物	備考
2月8日(水)	午前10時～正午	富田下郷長寿会・富田長寿会	保健福祉総合センター	健康手帳 (既にお持ちの方)	かわせみ荘の送迎バスをご利用ください。
2月15日(水)		末野美好会・金尾老人クラブ・風布長寿会			
2月29日(水)		茅町聖天会・花町長寿会			

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
1歳6か月児健康診査	2月9日(水)	午後1時30分～2時30分	平成22年6月、7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歳児は尿の入ったビニール袋
3歳児健康診査	2月16日(水)	午後1時30分～2時	平成20年8月生	保健福祉総合センター	同上

すくすく相談(乳幼児健康相談)※

月日(曜日)	受付時間	対象	場所	持参する物
2月21日(火)	午前9時30分～10時30分	乳幼児	保健福祉総合センター	母子健康手帳

パパママ学級※

月日(曜日)	時間	場所	対象	持参する物
1日目	2月10日(金)	保健福祉総合センター	パパママになられる方(妊娠16週以降の安定期の方) ※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) ※運動しやすい服装でお越しください。
2日目	2月17日(金)			
3日目	2月24日(金)			
4日目	2月25日(土)			

こころの健康相談

月日(曜日)	時間	場所	対象
2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、その家族および関係者 ※事前にお申し込みください。

※は健康づくり・チャレンジポイント事業です



健康ひろば

みんな健康! 元気・いきいき寄居町!

ワンプoint アドバイス
大腸がん患者は年間10万人以上40歳になったら、年に一度は検診を!

健康福祉課保健指導班

日本人の死亡原因の1位は「がん」ですが、部位別にみると大腸がんの死亡率は2位となっています。大腸がんの罹患数(新たに大腸がんになった患者数)は、男性が6万2,116人、女性が4万4,778人と推計され、年々増加傾向にあります。また、大腸がんの罹患率は40

歳代から急上昇し、罹患者の99%は40歳以上となっています。町では、20歳以上の住民の方を対象に、無料で大腸がん検診を実施しています。無料で大腸がん検診を実施しているのが、昨年年度の受診者数は2,182人でした。受診率にする

と14.1%で、国が推進する「がん検診受診率50%」を大きく下回っています。今年度は、がん検診受診促進、正しい健康意識の普及・PRを図ることを目的にした「がん検診推進事業」として、特定の年齢に達した方に「大腸がん検診無料クーポン券」を送付しています。

がん検診を受診しない方の中には「がんが見つかったら怖い」と思っている方もいるかもしれません。

人が、本当に怖いのは「がんが進んでいるのに気づいていない」という状態ではないでしょうか。がんが進行すれば、つらい自覚症状が出て、治療する確率も低下します。

大腸がん検診(便潜血検査)は自分で採便し提出をする、体に負担のない簡単な方法で、自覚症状が出る前に早期発見ができます。大腸がんは早期発見できれば9割以上が完全に治ると言われています。

ところで、大腸がんの原因をご存じですか?「大腸がんの危険度」をチェックしてみましょう。

□運動はほとんどしていない
□40歳以上である
□家族に大腸がんになった人がいる

□喫煙者である
□食物繊維は不足気味
□肉類が好きで、脂肪分を多く取る
□野菜や果物は好まない
□お酒は毎日1合以上飲んでいる
□肥満タイプで、内臓脂肪が多い
□便秘症である

該当する項目が多いほど、大腸がんの危険度が高くなります。この機会に生活習慣を見直してみてください。今年度、まだ大腸がん検診を受診していない方は、1月中にメヂカルセンターでがん検診等を受診できます。詳細は本誌12月号をご確認いただき、ぜひご利用ください。

2月の児童館事業

問い合わせ／児童館(かわせみ荘2階、☎581・3861)へ。

プラネタリウム投影

月日(曜日)	時間	場所	備考
2月26日(日)	午後2時～3時	児童館	幼児無料、小・中学生50円、高校生以上100円

幼児クラブ新規会員募集

楽しい遊びや季節の行事、絵本の読み聞かせなどを通して、子どもたちの豊かな情操と仲間作りを目的に活動します。
日時／毎週水曜日午前10時～正午
場所／児童館
対象・定員／平成20年4月2日～平成22年4月1日生の幼児とその保護者・45組
費用／2,000円
申し込み／2月7日(火)～3月2日(金)の午前9時～午後4時に費用を添えて、児童館へ直接お申し込みください。

どんぐり会前期(4月～9月)新規会員募集

どんぐり会は児童館を活動拠点とした保護者による子育てサークルです。前期の新規会員を募集します。
日時／毎週火曜日、または毎週木曜日午前10時～11時30分
場所／児童館
対象・定員／就園前の幼児とその保護者・50組
費用／子どもひとりにつき500円
申し込み／2月7日(火)～3月2日(金)の午前9時～午後4時に費用を添えて、児童館へ直接お申し込みください。

親子の広場

曜日	時間	場所	備考
毎週金曜日	午前10時～11時30分	児童館	おもちゃ室を開放します。手遊びや読み聞かせなども行います。

子ども映画会

月日(曜日)	時間	場所	備考
2月18日(土)	午前10時～11時30分	児童館	「ファイナルファンタジー風の章・炎の章」を上映します。入場無料です。

子育てQ&A

言葉づかいが 気になります

Q 4歳7か月の子どもが、テレビやお兄ちゃんたちと遊んでいる影響からか、言葉づかいが汚くなってきたように思います。注意をしても効果がなく、このまま習慣にならない心配です。

A 子どもはたくさん言葉を吸収している時期ですが、お母さんにとって使ってほしくない乱暴な言葉もあると思います。子どもが、本当に怖いのは「がんが進んでいるのに気づいていない」という状態ではないでしょうか。がんが進行すれば、つらい自覚症状が出て、治療する確率も低下します。

もし相手の反応を面白がつて使っていたり、吸収してきた言葉を自由に使って表現できるのが面白いときであり、会話の意味や相手の反応を理解して、言葉を確立している時期でもあります。

しかし、気になるときに注意をしていると「うるさいなあ」という気持ちだけが残ってしまうので、少し我慢し、機会を見つけて子どもに言葉がよくないことをじっくり伝えてみるのもよいですね。また、言葉を吸収している中で「過性」のようなもので、あまり過敏になりすぎないようにしましょう。

子育てサロン

2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。
2月29日(水)			

ほかほかクラブ(0、1歳以上)

月日(曜日)	時間	場所	備考
2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。
2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
2月10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。
2月17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
2月18日(土)	午前10時～11時30分	子育て支援センター	2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・費用	備考
2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	2月1日(水)午前9時30分から、子育て支援センターへ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
第1、2、4火曜日	午前の部	午後1時～3時50分	子育て支援センター
第1土曜日	午後の部		
第3火曜日			
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
2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
2月25日(土)	午前10時～11時30分	寄居保育所 遊戯室	ひな祭りの制作をしよう。

※支援センターは、日・月曜日、祝日が休みです。

2月の寄居のこキッズ事業

問い合わせ／寄居のこキッズ保育園(☎581・0885)へ。

ひろば開放日(0歳～就園前の乳幼児)

曜日	時間	備考
曜日／毎週火・水・木曜日	時間／午前9時30分～11時、午前11時10分～午後0時40分、午後0時50分～2時40分	
申し込み／参加する時間帯を選び、電話でお申し込みください。毎週水曜日は絵本の読み聞かせ(大型絵本・紙芝居)、23日(水)はおひなさまの制作、29日(水)はお誕生会(おもちゃのケーキを使用)を行います。		