

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18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	健康手帳 (既にお持ちの方)
2月25日(月)			役場402会議室	・個別相談 ・体脂肪測定	

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6日(水)	午前10時～正午	折原下郷長寿会・西ノ入長寿会	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13日(水)		金尾老人クラブ・風布長寿会			
2月20日(水)		今市福寿会・鷹西長寿会			

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14日(木)	午後1時30分～2時30分	平成23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21日(木)	午後1時30分～2時	平成21年8月生	保健福祉総合センター	

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26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

不活化ポリオ(単独)予防接種

月日(曜日)	受付時間	対象	場所	持参する物	備考
2月13日(水)	午後1時30分～2時30分	初回 平成22年1月～平成23月12月生	保健福祉総合センター	・役場から送付した不活化ポリオ予診票 ・母子健康手帳	予防接種手帳をよく読み、予診票に記入漏れのないよう確認したうえで、お越しください。

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8日(金)	保健福祉総合センター	パパママになれる方(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15日(金)			
3日目	2月22日(金)			
4日目	2月23日(土)			

こころの健康相談

月日(曜日)	時間	場所	対象
2月20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。

ふるさと健康体操(生活習慣病予防軽運動教室)※

月日(曜日)	時間	対象	場所	備考
2月1日、8日、15日、22日(毎週金曜日)	午後4時～5時	町内在住の方	保健福祉総合センター	運動不足解消、介護予防を目的とした軽体操です。運動しやすい服装でお越しください。

※は健康づくり・チャレンジポイント対象事業です。チャレンジポイントカードを持参してください。

健康ひろば

みんな健康！ 元気・いきいき寄居町！

ワンポイントアドバイス
がん検診無料クーポン券はご利用になりましたか？
有効期限は2月末日です！
健康福祉課保健指導班

ことが有効ですが、町のがん検診受診率は10%台と低いのが現状です。
そこで町では、がん検診推進事業として、前年度(平成23年4月2日)～平成24年4月1日)に20歳・25歳・30歳・35歳・40歳になった女性の方へ「子宮頸がん検診」無料クーポン券を、40歳・45歳・50歳・55歳・60歳になった女性の方へ「乳がん検診」無料クーポン券を6月中旬に、また、40歳・45歳・50歳・55歳・60歳になった方に「大腸がん検診」無料クーポン券を9月中旬に送付しました。

クーポン券が送付されても「まだ若いから大丈夫」「自分は健康に気を付けているから大丈夫」「近親者でがんになった人がいないから大丈夫」と思っている方もいるかもしれませんが、そうした方もがんになる可能性はゼロではありません。遺伝するがんはまれなもので、むしろがんの発症には、食生活や喫煙、飲酒、運動、睡眠といった生活習慣や生活環境が大きくかかわっています。健康な生活習慣を心がければ、がんになるリスクを大幅に減らすことができます。リスクをゼロにすることは

できません。そのため、がん検診無料クーポン券をまだご利用でない方は、ぜひご利用いただき、検診を受診してください。
また、がん検診は「一度受診したら安心」ではなく、「定期的に受診すること」が重要です。自治体を実施するがん検診の多くは千円前後の自己負担がありますが、町では無料クーポン券の対象でなくても、自己負担なく「無料」で検診を受けることができます。
今後も、本誌等でもがん検診の案内を掲載しますので、ぜひご確認

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24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

★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等も行います。1日は2月生まれのお子さんを対象に手形入りのお誕生カードをプレゼントします。

★「バレンタインスイーツ教室」参加者募集

バレンタインにぴったりな、チョコレートを使ったおいしいスイーツを親子で作ります。
日時／2月10日(日)午前10時～11時30分
場所／生活改善室(かわせみ荘3階)
対象・定員／町内の小学3・4年生とその保護者・10組(定員になり次第締め切ります)
費用／一組300円
申し込み／1月20日(日)から児童館へ費用を持参のうえ、直接お申し込みください。

★「コサージュ作り教室」参加者募集

入園・卒園式等で使えるフォーマルウェア用のコサージュを作成します。教室開催中は保育を行います。
日時／2月15日(金)午前10時～11時30分
場所／児童館工作室(かわせみ荘2階)
対象・定員／子育て中の保護者・20人(定員になり次第締め切ります)
費用／一人500円
申し込み／1月24日(木)から児童館へ費用を持参のうえ、直接お申し込みください。

※児童館は毎週月曜日、第4金・土曜日が休みです。

2月のいずみ保育園子育て支援センター

問い合わせ／いずみ保育園(大字保田原147、☎581・6697)へ。

★ねんね・ねがえりday(火曜日)・自由開放day(水曜日)・はいはい・よちよちday(木曜日)

対象／0歳～就園前の乳幼児
時間／午前8時～午後1時
内容／園庭開放、室内遊び、親同士の交流、在園児とのふれあい、行事に合わせての制作などを行います。
申し込み／電話でいずみ保育園へお申し込みください。

★育児何でも相談

日時／毎週月～金曜日午前9時～正午

2月のゆずの木保育園子育て支援センター

問い合わせ／ゆずの木保育園(大字秋山66、☎581・4932)へ。

★ひろば開放日(0歳～就学前の乳幼児)

日時／毎週月・木曜日、第2・4金曜日、第1・3土曜日
時間／午前9時～午後2時

★あかちゃんひろば

日時／毎週月曜日午前9時～11時

★ゆずっこひろば

日時／毎週木曜日午前9時～11時

★給食体験

日時／2月16日(土)午前9時～11時(要予約)

★子育て相談

日時／毎週金曜日午前9時30分～午後2時(電話も可)

2月のこぶし保育園子育て支援センター

問い合わせ／こぶし保育園(大字藤田236-1、☎581・3612)へ。

★子育て談話室

日時／毎週月・木曜日午前10時～11時30分

★遊ぼう会

日時／毎週木曜日午前9時30分～11時

★子育て相談

日時／毎週月～土曜日午前10時～午後2時(電話も可)

申し込み／事前に電話でお申し込みください。

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(寄居保育所内、☎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
2月13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。
2月20日(水)			
2月27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1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方と体を動かして遊びます。
2月8日(金)			
2月15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16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22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(金)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、3、4火曜日	午前の部	子育て支援センター	センターを開放します。2月5日(火)は、身体計測も行います。
第1、2土曜日	午後の部		
第2、3、4水曜日	午後1時～3時50分	子育て支援センター	
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15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23日(土)	午前10時～11時30分	寄居保育所遊戯室	お庭で元気に遊びましょう。

※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保育園子育て支援センター

問い合わせ／寄居のこキッズ保育園(大字露梨子411-1(若竹幼稚園南)、☎581・0885)へ。

★ひろば開放日(0歳～就園前の乳幼児)

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20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)とお遊戯、14日(木)はおひなさまの制作、19日(火)はひろばダイアリー「スクラップ1」、27日(水)はお誕生会(おもちゃのケーキを使用)を行います。

★のこちゃんセミナー食育「おひな祭り」

日時／2月21日(木)午前9時30分～11時(受付9時20分～)
場所／寄居若竹あゆみ館なかよしルーム
対象・定員／就園前の乳幼児とその保護者・15組
費用／100円(当日払い)
持参するもの／親子ともにスリッパ(子どもは歩きやすい上履き)、筆記用具、水筒など
申し込み／1月10日(木)から受付を開始します。