

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)	時 間	対象地区	場 所	内 容	持参する物
6月17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)

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
6月12日(水)	午前10時～正午	金尾老人クラブ・ 風布長寿会	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。
6月19日(水)		本町睦会・ 中町松寿会			

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カ月児 健康診査	6月 6日(木)	午後1時30分～2時30分	平成23年 10月～11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
3歳児 健康診査	6月13日(木)	午後1時30分～2時	平成21年 12月生		

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
6月21日(金)	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

ひよこ教室※

月日(曜日)	時 間	場 所	対 象	持参する物
6月 7日(金)	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)、おぶいひも(2日目)
6月14日(金)				

こころの健康相談

月日(曜日)	時 間	場 所	対 象
6月19日(木)	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。

結核検診※

月日(曜日)	時 間	場 所	対象／費用	持参する物
6月28日(金)	午前9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

ふるさと健康体操(生活習慣病予防軽運動教室)※

月日(曜日)	受付時間	対象	場 所	内 容
6月7日、14日、 21日、28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。 ※6/20(木)はお休みですのでご注意ください。
6月 6日 (第1木曜日)	午前10時～11時		総合体育館・ アタゴ記念館 剣道場	

女性がん(子宮頸がん・乳がん)集団検診※

6月25日(火)～7月11日(木)のうち、12日間実施します。詳細は、本誌10ページをご覧ください。
--

※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！

歯周病とその予防

健康福祉課保健指導班

歯周病は、文字どおり「歯の周囲」の病気です。「歯の周囲」とは、歯茎や歯の根元などを含む「歯周組織」と呼ばれる部分であり、歯そのものに影響は及びません。つまり、虫歯とは全く異質の病気なのです。歯周病は、虫歯のように歯が黒くなったり、穴が空いたりすることがないため、初期の段階では気が付きませんし、痛みなどの自覚症状もありません。しかし、実際には虫歯

と並んで、歯を失う主要な原因となる程の恐ろしい病気なのです。

歯周病が進行していくと、歯の周りの歯肉が腫れたり、出血したりします。ここからさらに進行すると、口臭が発生するなどして不快感を覚えるようになります。また、歯を支えている骨が溶け始めると、歯がぐらつくなどの症状が現れます。そして、次第に痛みを感じるようになり、物を噛むこともままならなくなつて、最終的に歯を失うこととなります。さらに、最近では歯周病が心臓や肺の病気、糖尿病、低体重児の問題など、全身的な病気の原因の一つとなることも判明しており、

歯周病対策は健康な毎日を送るために欠かせないものになっています。

歯周病は「歯周病菌」という目に見えない細菌によつて引き起こされる病気です。歯磨きを怠ると「歯垢(プラーク)が溜まる」と言われますが、その歯垢は「食べ物のカス」ではありません。歯垢は「歯周病菌の塊」と認識する方が正しいと言えるでしょう。歯周病菌の塊である歯垢が歯の周囲に溜まり、病菌が増殖を続けることで、歯肉が腫れたり、骨が無くなつたりすることにつながるのです。歯周病菌は一度きれいに除去しても、24時間以上経過すると再び爆発的に増え始めます。したがつ

て、歯周病を防ぐためには、歯磨きによつて歯垢をしっかりと取り除く必要があります。

また、歯科の予防には、個人が行うブラッシングなどの「セルフケア」、歯科医院で行う「プロフェッショナルケア」、そして町や学校など地域が行う「コミュニティケア」が重要です。町では「歯と口の健康週間」に合わせて歯周疾患健診などを行う「歯科イベント」を開催しますので、ぜひご利用ください。詳しくは、本誌14ページをご覧ください。

6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
6月23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(平成21年4月2日～平成23年4月1日生まれの幼児)

曜 日	時 間	場 所	備 考
毎週水曜日	午前10時～正午	児童館	季節の行事や制作、遊具を使つての遊びなどを行います。途中入会もできます。

どんぐり会(就園前の幼児)

曜 日	時 間	場 所	備 考
火曜コース	午前10時～11時30分	児童館	親子遊びや手遊びなどを行う子育てサークル活動です。随時会員を募集しています。
木曜コース			

子育てサロン

曜 日	時 間	場 所	備 考
毎週金曜日	午前10時～11時30分	遊戯室	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。7日は6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。

※児童館は毎週月曜日、第4金・土曜日が休みです。

子どもチャレンジ教室「おもしろ科学遊び」参加者募集

身近な材料を使って楽しい科学遊びをします。
日時／6月15日(土)午前10時～11時30分
場所／児童館工作室
対象・定員／小学1、2年生・20人(定員になり次第締め切ります)
申し込み／6月1日(土)から児童館へ電話、または直接お申し込みください。

6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。
※事前に電話でお申し込みください。

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。

育児何でも相談

日時／月～金曜日午前9時～正午

6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／毎週月曜日前午9時～11時

ゆずっこひろば

日時／毎週木曜日前午9時～11時

給食体験 ※事前に予約が必要です。

日時／6月15日(土)午前9時～11時

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)

6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。
※事前に電話でお申し込みください。

子育て談話室

日時／毎週月・木曜日前午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／随時午前10時～午後2時(電話も可)

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(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19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。
6月26日(水)			

ほかほかクラブ(2歳以上)

月日(曜日)	時 間	場 所	備 考
6月14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。
6月21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29日(土)	午前10時～11時30分	子育て支援センター	町内に在住で、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・費用	備 考
6月28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1日(土)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
毎週火曜日	午前の部	9時30分～11時30分	子育て支援センター	センターを開放します。6月4日(火)は、身体計測も行います。
第1土曜日	午後の部	1時～3時50分		
第2、3、4水曜日	午後1時～3時50分			
第1、2金曜日				
第3、4、5土曜日				

あかちゃんサロン

月日(曜日)	時 間	場 所	備 考
6月21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22日(土)	午前10時～11時30分	寄居保育所遊戯室	シャボン玉遊びを行います。

※支援センターは、日・月曜日、祝日が休みです。

6月の寄居若竹認定こども園 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
内容／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、6日(木)はかたつむりのおもちゃ制作(9時30分～11時)、18日(火)はひろばダイアリー「クレヨンのおけいこ」(9時30分～11時)、26日(木)お誕生会(おもちゃのケーキを使用・お誕生日カードプレゼント)(9時30分～11時)を行います。
申し込み／参加する時間帯を選び、当日の午前9時までに電話(☎581・0885)でお申し込みください。

問い合わせ／寄居若竹幼稚園(大字露梨子414-1☎581・0372)へ。

このこクラブ「ダイアリー」

日にち／6月14日(金)「ダイアリー」(絵本の続きを考えて表現してみよう)
時間／午前10時30分～正午(受付10時15分～)
場所／寄居若竹幼稚園体育ホール
対象・定員／就園前乳幼児とその保護者・30組
費用／無料
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)、必要に応じて筆記用具、水筒、帽子、タオル
申し込み／5月10日(金)から受付を開始します。
*詳しくはホームページをご覧ください。
県北若竹学園HP <http://www.wakatakegakuen.com/>
携帯サイト <http://www.wakatakegakuen.com/i/>