

# 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	場所	対象	内容	持参するもの
7月22日(月)	午後1時30分～3時	保健福祉総合センター	町内全地区	・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	場所	対象	持参するもの	備考
7月12日(金)	午前10時～正午	保健福祉総合センター	鉢形第1長寿会 鉢形第2長寿会	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。
7月17日(水)			赤浜長寿会 塚田長寿会		
7月31日(水)			上組長寿会 用土第1長寿会		

## 乳幼児健康診査

種別	月日(曜日)	受付時間	場所	対象	持参するもの
4～5カ月児健康診査	7月18日(木)	午後1時30分～2時30分	保健福祉総合センター	平成25年2月～3月生	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	7月25日(木)	午後1時30分～2時	保健福祉総合センター	平成22年1月生	

## 10カ月児健康相談

月日(曜日)	受付時間	場所	対象	持参するもの
7月30日(火)	午後1時30分～2時30分	保健福祉総合センター	平成24年8月～9月生	母子健康手帳、役場からの通知

## こころの健康相談

月日(曜日)	時間	場所	対象
7月17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)	受付時間	場所	対象	内容
7月5日、12日、19日、26日(毎週金曜日)	午後4時～5時	保健福祉総合センター	町内在住の方	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。
7月4日、18日(第1・3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

月日	時間	場所	対象	費用	備考
6月25～27日、7月1～5日、8～11日	午後0時45分～1時45分	保健福祉総合センター	20歳以上の女性の方	無料	予約専用電話への事前申し込みが必要で。詳細は本誌5月号をご覧ください。

※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!

ワンポイントアドバイス  
自分のからだについて考えてみましょう

子宮頸がん・乳がん検診を  
受けていますか?

健康福祉課保健指導班

500人で、30～40代の発生率が最も高く、最近では20代の若年層も増加傾向にあります。また、乳がんは女性が最もかかりやすいがんであり、新規乳がん患者数は年

間約54,000人と、20年前に比べて約2倍に急増しており、発生率は40代以降が特に高くなっています。

しかし、子宮頸がん・乳がんは、早期発見・早期治療を行うことでほぼ完治すると言われており、がん検診が重要な役割を果たしています。町では毎年、子宮頸がん・乳がん検診を20歳以上の町内在住の方を対象に実施していますが、受診率10%台と低迷しており、国の受診率目標である50%を大きく下回っています。

女性のための検診は「恥ずかしい」「痛いのではないか」というイ

メージがあり、受診への抵抗感を持たれているようです。「がんは中年年齢層に多い病気」と思われがちですが、妊娠・出産の可能性や、健康やかな日常生活を奪いかねない病気だからこそ、これから結婚や出産を控える年代の方や子育て世代の方にはぜひ受診していただきたい検診なのです。

また「数年前にがん検診を受けて異常はなかったのに、安心」と思われる方もいるようですが、決してそうではありません。例えば、乳がんが1cmの大きさになるまでに15年以上かかるのに対し、1cmから2



かからないと言われていきます。早期の乳がんは2cmですが、1cm以下のがん診断は困難なため、定期的  
に検診を受けていただくことがとても大切です。

今年度は、子宮頸がん・乳がん検診を6・7月中に保健福祉総合センターで実施する予定です。詳細は、本誌5月号に掲載していますのでぜひご覧ください。

## 7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。

月日(曜日)	時間	場所	備考
7月28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

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、遊具を使った遊びなどをを行います。途中入会もできます。

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			

月日(曜日)	時間	場所	備考
7月5日(金)、12日(金)、19日(金)	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。5日(金)は7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。

月日(曜日)	時間	場所	備考
7月20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、7月中に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。

月日(曜日)	時間	場所	備考
7月5日(金)	午前10時～正午	子育て支援センター	7月2日(火)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。
7月12日(金)			
7月19日(金)			

## 7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。

月日(曜日)	時間	場所	備考
7月5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。

月日(曜日)	時間	場所	備考
7月27日(土)	午前10時～11時30分	寄居保育所 遊戯室	水遊びを予定しています。

曜日	時間	場所	備考
毎週火曜日	午前9時30分～11時30分 午後2時～午後2時	子育て支援センター	センターを開放します。7月2日(火)は、身体計測も行います。
第5水曜日			
第1、2土曜日			
第2、3、4木曜日			
第2金曜日			

月日(曜日)	時間	場所	備考
7月5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。

## 7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。

月日(曜日)	時間	場所	備考
7月5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。

# 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(寄居保育所内、☎581・4165)へ。

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。

月日(曜日)	時間	場所	備考
7月10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。
7月17日(水)			
7月24日(水)			

月日(曜日)	時間	場所	備考
7月5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。天気の良い日は、水遊びも行います。
7月12日(金)			
7月19日(金)			

月日(曜日)	時間	場所	備考
7月20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、7月中に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。

月日(曜日)	時間	場所	備考
7月26日(金)	午前10時～正午	子育て支援センター	7月2日(火)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。

曜日	時間	場所	備考
毎週火曜日	午前9時30分～11時30分 午後2時～午後2時	子育て支援センター	センターを開放します。7月2日(火)は、身体計測も行います。
第5水曜日			
第1、2土曜日			
第2、3、4木曜日			
第2金曜日			

月日(曜日)	時間	場所	備考
7月5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。

月日(曜日)	時間	場所	備考
7月27日(土)	午前10時～11時30分	寄居保育所 遊戯室	水遊びを予定しています。

※支援センターは、毎週日・月曜日、祝日が休みです。

## 7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。

月日(曜日)	時間	場所	備考
7月5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。

月日(曜日)	時間	場所	備考
7月5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。