

8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
8月26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
8月2日(金)	午前10時～正午	保健福祉総合センター	富田下郷長寿会 富田長寿会	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。
8月21日(水)			栄町長寿会 茅町聖天会		

●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
1歳6カ月児健康診査	8月8日(木)	午後1時30分～2時30分	保健福祉総合センター	平成23年12月～平成24年1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	8月29日(水)	午後1時30分～2時	保健福祉総合センター	平成22年2月生	

●すくすく相談(乳幼児健康相談)※

月日(曜日)	受付時間	場所	対象	持参するもの
8月27日(火)	午前9時30分～10時30分	保健福祉総合センター	乳幼児	母子健康手帳

●こころの健康相談

月日(曜日)	時間	場所	対象
8月6日(火)	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。

●パパママ学級※

月日(曜日)	時間	場所	対象	持参するもの
1日目	8月9日(金)	午後1時10分～4時	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	8月16日(金)	午前9時10分～午後2時30分		
3日目	8月23日(金)	午後1時10分～4時30分		
4日目	8月24日(土)	午前9時10分～正午		

●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
8月2日、9日、16日、23日、30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。
8月1日、15日、29日(第1・3・5木曜日)	午前10時～11時	総合体育館・アタゴ記念館 剣道場		

※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！

●**熱中症が起こりやすい環境**
熱中症の発生は、身体が夏の暑さに慣れていないときに起こりやすく、昨年は梅雨明け後の7月下旬から8月下旬にかけて多くの熱中症患者が発生しました。熱中症とは、暑さによって起こる障害の総称です。日の当たらない屋内でも起こりますので、注意が必要
●**高齢者と乳幼児は特に注意が必要です**
県内では昨年1,267人が救急搬送されました。自宅で睡眠していると

ワンポイントアドバイス 熱中症予防 健康福祉課保健指導班

●**乳幼児**
身長が低い子どもは地面からの照り返しの熱が強く、体温調節機能も未熟なため熱中症のリスクが高くなります。唇の乾燥、尿量の減少は脱水症状のサインです。子どもの様子をよく確認し、顔が赤く、たくさん汗をかいているときは涼しい場所で水分補給をしましょう。
また、気温23度でも車内は30分足らずで約50度まで上昇しますので、絶対

●**熱中症を予防する水分補給のポイント**
成人の場合、一日に必要な水分摂取量は3,600mlです。朝昼晩の食事に含まれる水分は約1,000mlですので、その他に2,3時間おきにコップ1杯(200ml)の水分補給を心がけましょう。
体からたくさん汗分が失われると、筋肉の働きに障害を及ぼします。運動をする前に1杯(200ml)の水分を取り、運動中は30分に1回の休憩と水分補給を心がけましょう。
アルコールは水分を排出する作用があるので、水分補給としては避けま

平成24年埼玉県内の熱中症による救急搬送状況(単位:人)

月	搬送人員数	新生児	乳幼児	少年・少女(7～18歳未満)	成人(18～65歳未満)	高齢者(65歳以上)
5	7	0	0	1	3	3
6	89	0	0	15	45	29
7	1,459	0	9	212	632	606
8	1,131	1	5	126	476	523
9	257	0	2	43	106	106
計	2,943	1	16	397	1,262	1,267

8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
8月25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、遊具を使った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			

●親子の広場

曜日	時間	場所	備考
第5金曜日	午前10時30分～11時30分	児童館	お茶を飲みながら保護者同士の交流を深め、親子のスキンシップを大切に活動します。

●子どもチャレンジ教室「プラネタリウムで宇宙旅行」参加者募集

プラネタリウムで夏の星座説明と星にまつわる話、宇宙旅行体験を行います。
日時/8月17日(土)午前10時～11時
場所/プラネタリウム館(児童館内)
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)
費用/無料
申し込み/7月30日(火)から児童館へ直接、または電話でお申し込みください。
※8月は子育てサロンの開催はありません。
※児童館は毎週月曜日、第4金・土曜日が休みです。

8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)

時間/午前8時～午後1時
対象/0歳～就園前の乳幼児
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/毎週月～金曜日午前9時～正午

8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)

曜日/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 ※事前に予約が必要です。

日時/8月17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)

8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/随時午前10時～午後2時(電話も可)

子育てサロン

8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

月日(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。
8月13日(火)			
8月14日(水)			

●ほかほかクラブ(0、1歳)

月日(曜日)	時間	場所	備考
8月21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。
8月28日(水)			

●ほかほかクラブ(2歳以上)

月日(曜日)	時間	場所	備考
8月2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、水遊びもを行います。
8月9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
8月17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、8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。

●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
8月23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	8月1日(木)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、3、4火曜日	午前(部) 9時30分～11時30分 午後(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。8月6日(火)は、身体計測もを行います。
第5金曜日			
第1、5土曜日	午前9時30分～11時30分	子育て支援センター	
第3金曜日			
第3、4水曜日			
第2金曜日			
第3、4土曜日	午後1時～3時50分		

●あかちゃんサロン

月日(曜日)	時間	場所	備考
8月2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。
8月16日(金)			

●親子ふれあい広場

月日(曜日)	時間	場所	備考
8月24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。

8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)やお遊戯・体操、1日(木)は水遊びグッズ制作(9時30分～11時)、21日(水)はお誕生会(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。 ※夏休み中は水遊び中心で行います。申し込み/7月19日(金)から当日の午前9時まで受け付けます。参加する時間帯を選び、電話でお申し込みください。
その他/各時間帯の前後10分は、受付・準備・後片付けとなります。

●夏祭り「夕涼み会」を開催します!

日時/8月10日(土)午後3時～6時(雨天決行)
場所/寄居若竹幼稚園
対象/就園前乳幼児とその保護者
その他/自由参加です。事前申し込みは必要ありません。
*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/>