

9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
9月9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 ・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
9月11日(水)	午前10時～正午	保健福祉総合センター	用土第二長寿会 用土第三長寿会	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。

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	9月5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4月～5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	9月12日(木)	午後1時30分～2時		平成22年3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
9月10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10月～11月生	母子健康手帳、役場からの通知

ひよこ教室※

月日(曜日)	時間	場所	対象	持参するもの
9月6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)、おぶいひも(2日)
9月13日(金)				

こころの健康相談

月日(曜日)	時間	場所	対象
9月11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
9月6日、13日、20日、27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。
9月5日、19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		

特定健康診査、健康診査、胃・大腸・肺がん検診※

月日(曜日)	場所	費用	備考
9月18日(水)～9月30日(月)までのうち11日間	保健福祉総合センター	無料	詳しくは、本誌5～7頁をご覧ください。

※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。

ご利用ください！「ひきこもり専門相談」

熊谷保健所では、社会的ひきこもり状態の方やその家族、または関係者を対象に「ひきこもり専門相談」を実施します。

日時／8月15日(水)午後1時～3時
場所／熊谷保健所(熊谷地方庁舎2階)
対象／原則 18歳以上の社会的ひきこもり状態の本人等

内容／臨床心理士による個別の専門相談
※要事前相談、要予約
申し込み・問い合わせ／熊谷保健所精神保健担当(☎523・2811)へ。

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

大腸がん患者は年間10万人以上 40歳になったら年に1度は大腸がん検診を！

健康福祉課保健指導班

大腸がんと診断される方は、年間で男性約6万3千人、女性約4万5千人発生し、特に40歳代からの患者数が増加しています。大腸がんは、早期であ

ればほぼ100%近く完治しますが、一般的には自覚症状がないため、無症状の時期に発見することが重要となります。がんやポリープなどの大腸疾患があると、大腸内に出血することがあるため、便に混じった出血を調べる「便潜血検査(検便)」を大腸がん検診として行います。この検査が陽性になった場合には、その原因を明らかにするために、内視鏡などさらに詳しい精密検査を受けることが必要です。

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が、昨年度の実診者数は2、419人、受診率にすると20.5%

になり、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。そのため「がん検診推進事業」として、がん検診受診促進や正しい健康意識の普及啓発を図ることを目的に、平成24年4月2日から平成25年4月1日までの間に、40歳・45歳・50歳・55歳・60歳になった方を対象に「大腸がん検診」無料クーポン券等を8月中に送付します。

ところで、大腸がんの原因に生活習慣が影響していることはご存知でしょうか？ ここで「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
- 年齢は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
- 食物繊維が不足気味
- 肉類が好きで、脂肪分を多く取る
- 野菜や果物が好まない
- 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。検診の日程等の詳細は本誌5～7頁に掲載していますので、ぜひご覧ください。

9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
9月22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			

子育てサロン

曜日	時間	場所	備考
9月6日(金)	午前10時30分～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。6日(金)は9月生まれのお子さんを対象に手形入りのお誕生日カードをプレゼントします。
9月13日(金)			
9月20日(金)			

※児童館は毎週月曜日、第4金・土曜日が休みです。16日(月)は敬老の日のため開館、17日(火)は振替休館です。

9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、親同士との交流、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

9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／9月21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)

9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)

このこクラブ「お店屋さんごっこ」を開催します！

どんなお店屋さんがあるかな？ お買い物を楽しもう！
日時／9月4日(水)午前10時30分～正午(受付午前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 ※定員になり次第締め切ります。
持参するもの／親子ともにスリッパ(お子さまは歩きやすい上履きをお勧めします)、必要に応じて筆記用具、水筒、帽子、汗ふきタオル
*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/>

子育てサロン

9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
9月18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。
9月25日(水)			

ほかほかクラブ(2歳以上)

月日(曜日)	時間	場所	備考
9月6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。
9月20日(金)			

乳幼児の歯科衛生士講座 ※事前に予約が必要です。

月日(曜日)	時間	場所	対象・定員	備考
9月11日(水)	午前10時～11時30分	寄居保育所 遊戯室	0歳から就学前までのお子さんとその保護者30組	歯科衛生士を講師に招き、乳幼児の歯の健康について講座を行います。お子さんは別室で託児を行います。8月16日(金)からお申し込みを受け付けます(電話可)。
9月13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
9月21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、9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
9月27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	9月3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。

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 午後の部 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。9月3日(火)は、身体計測も行います。
第1、2土曜日			
第2、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
9月6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。
9月20日(金)			

親子ふれあい広場

月日(曜日)	時間	場所	備考
9月28日(土)	午前10時～11時30分	寄居保育所 遊戯室	おもちゃを作って遊びます。

※支援センターは、毎週日・月曜日、祝日が休みです。

9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、5日、12日、19日(いずれも木曜日)は運動会のお面制作(9時30分～11時)、17日(火)はタイアリー「くれよんのおけいこ」(せんあそび・ぬりえ)(9時30分～11時)、18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。
申し込み／8月20日(火)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。