



### 乳幼児と保護者の方へ

※費用：無料 ※会場：保健センター

内容	日時・会場	対象	その他																		
離乳食ステップアップ教室	10月15日(木) 午前10時～正午 もしくは午後1時30分～3時30分	平成27年1・2・3月生の第1子のお子さんとその保護者1名	定員/午前18組・午後18組(先着順) 申/9月3日(休)から(電話で要予約)																		
マタニティ教室 ※土曜日はパパも参加できます	<table border="1"> <thead> <tr> <th>日</th> <th>程</th> <th>実施時間</th> <th>対象(初妊婦)</th> <th>内 容</th> <th>そ の 他</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>10月 (短縮1日コース)</td> <td>24日(出) ※妊婦・パパになる方対象</td> <td>午前10時～午後4時</td> <td>H28年1月～3月 出産予定</td> <td>お産の進み方、パパ講座、沐浴・妊婦体験、DVD上映</td> <td rowspan="2">申/11月(2日コース)は電話で9月17日(休)から予約受付開始 ※10月(1日コース)はすでに受付を行っています。 定員/10・11月ともに36人</td> </tr> <tr> <td>11月 (じっくり2日コース)</td> <td>1回目:5日(木) ※妊婦のみ対象 2回目:14日(出) ※妊婦・パパになる方対象</td> <td>午後1時～4時 午前10時～午後4時</td> <td>H28年2月～4月 出産予定</td> <td>妊娠中の栄養と調理実習、妊娠中の歯っぴい講座 お産の進み方、パパ講座、沐浴・妊婦体験、DVD上映</td> </tr> </tbody> </table>	日	程	実施時間	対象(初妊婦)	内 容	そ の 他	10月 (短縮1日コース)	24日(出) ※妊婦・パパになる方対象	午前10時～午後4時	H28年1月～3月 出産予定	お産の進み方、パパ講座、沐浴・妊婦体験、DVD上映	申/11月(2日コース)は電話で9月17日(休)から予約受付開始 ※10月(1日コース)はすでに受付を行っています。 定員/10・11月ともに36人	11月 (じっくり2日コース)	1回目:5日(木) ※妊婦のみ対象 2回目:14日(出) ※妊婦・パパになる方対象	午後1時～4時 午前10時～午後4時	H28年2月～4月 出産予定	妊娠中の栄養と調理実習、妊娠中の歯っぴい講座 お産の進み方、パパ講座、沐浴・妊婦体験、DVD上映			
日	程	実施時間	対象(初妊婦)	内 容	そ の 他																
10月 (短縮1日コース)	24日(出) ※妊婦・パパになる方対象	午前10時～午後4時	H28年1月～3月 出産予定	お産の進み方、パパ講座、沐浴・妊婦体験、DVD上映	申/11月(2日コース)は電話で9月17日(休)から予約受付開始 ※10月(1日コース)はすでに受付を行っています。 定員/10・11月ともに36人																
11月 (じっくり2日コース)	1回目:5日(木) ※妊婦のみ対象 2回目:14日(出) ※妊婦・パパになる方対象	午後1時～4時 午前10時～午後4時	H28年2月～4月 出産予定	妊娠中の栄養と調理実習、妊娠中の歯っぴい講座 お産の進み方、パパ講座、沐浴・妊婦体験、DVD上映																	
乳幼児健康診査	<table border="1"> <thead> <tr> <th colspan="4">10月の乳幼児健診</th> </tr> <tr> <th>4か月児健診</th> <th>10か月児健診</th> <th>1歳6か月児健診</th> <th>3歳児健診</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>H27年6月生まれ</td> <td>H26年12月生まれ</td> <td>H26年3月生まれ</td> <td>H24年6月生まれ</td> </tr> </tbody> </table>			10月の乳幼児健診				4か月児健診	10か月児健診	1歳6か月児健診	3歳児健診	H27年6月生まれ	H26年12月生まれ	H26年3月生まれ	H24年6月生まれ	※左記の方へ、個別通知します。(9月上旬発送予定)					
10月の乳幼児健診																					
4か月児健診	10か月児健診	1歳6か月児健診	3歳児健診																		
H27年6月生まれ	H26年12月生まれ	H26年3月生まれ	H24年6月生まれ																		
定期予防接種	<p>以下の対象者に個別通知します。</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>ヒブ・小児用肺炎球菌等</th> <th>生後1か月児(H27年8月生まれ)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>日本脳炎</td> <td>3歳児(H24年8月生まれ)</td> </tr> </tbody> </table>			ヒブ・小児用肺炎球菌等	生後1か月児(H27年8月生まれ)	日本脳炎	3歳児(H24年8月生まれ)														
ヒブ・小児用肺炎球菌等	生後1か月児(H27年8月生まれ)																				
日本脳炎	3歳児(H24年8月生まれ)																				



## 残暑が残る時期です!! 熱中症に注意しましょう!



**高齢者の注意点**…高齢者はのどの渇きに対する感覚や、暑さに対する感覚が弱くなるため、注意が必要です。のどが渇いていなくても、こまめに水分補給をしましょう!また、日中だけでなく、夜間もエアコンなどを上手に使いましょう!

**乳幼児の注意点**…幼児は体温調整機能が十分に発達していません。水分補給はもちろんですが、涼しい服装や帽子など工夫しましょう。また、乳幼児は車内での熱中症が多く報告されています。夏場の車内は5分程度でも気温が急激に上がり、熱中症の危険が高くなります。

**青少年の注意点**…青少年は炎天下での運動時や、外での長時間の作業中に熱中症が多く発生しています。適宜、休憩をし、水分補給をこまめにしましょう。また、集団の活動の場ではリーダーを明確にしましょう。

### <クールオアシスまだまだやります!! >

市では熱中症対策の一環として、外出時における一時休息所、高温時の緊急避難所として、市内各公共施設等を「クールオアシス」に指定しています。皆さん、どうぞご利用ください。



### 成人の方へ

※費用については、特に記載しているもの以外は無料です。

内容	日時・会場	対象	その他
親子歯科健康診査	実施期間/9月1日(火)～11月30日(月)	対象者/H22年4月2日～H23年4月1日生まれの幼児と保護者1人(原則は幼児と保護者同時受診)	
	※対象者には、8月中旬に個別通知しています。詳細は通知をご覧ください。個別通知の届かない方はご連絡ください。		
成人歯科健診	10月1日(木)・8日(木) 午前9時～午後3時 保健センター	16歳以上の市民 定員/1日120人 (午前60人、午後60人)	内容/歯と歯ぐきの健診およびブラッシング指導 申/9月7日(月)までに健康づくり課へ(電話で要予約)

#### ● 検診実施医療機関追加のお知らせ

医療機関名	住所	電話	検診項目
福島脳神経外科・内科クリニック	志木市本町6-22-45	048-474-3000	個別がん検診(大腸がん・前立腺がん)・肝炎ウイルス検診
玲子内科クリニック	新座市栗原5-12-17 メイハイムビル2F	042-421-8800	個別がん検診(胃がん(内視鏡)・肺がん・大腸がん・前立腺がん)・肝炎ウイルス検診

#### ● 検診実施医療機関住所変更のお知らせ

医療機関名/新座むさし野クリニック 住所/新座市野火止5-2-35 3階 住所変更日/9月1日(火)～

#### ※9月の休日歯科応急診療所

実施日 9月6日(日)・13日(日)・20日(日)・21日(月・祝)・22日(火・祝)・23日(水・祝)・27日(日)

受付時間 午前9時～11時30分

場所 新座市休日歯科応急診療所(新座市保健センター)

診察料 健康保険法の規定料金(保険証を必ずお持ちください)

問い合わせ ☎481-2211

#### ※救急医療のお問い合わせ

●埼玉県救急医療情報センター ☎048-824-4199

●埼玉県南西部消防本部 ☎460-0123

※小児救急電話相談 #8000(携帯電話からも相談可能)

※大人を対象とする救急電話相談 #7000(携帯電話からも相談可能)

☆今月の主な保健衛生週間(月間)行事予定 9月は「健康増進普及月間」です。