



各種健(検)診等の年間日程は「朝霞市保健センターガイド」に掲載しています。

問／健康づくり課(保健センター内)
☎465-8611 FAX466-7522

※各種相談の日程は、44ページをご覧ください。



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	12月15日(休) 午前10時～正午 もしくは午後1時30分～3時30分	平成28年1月～5月生の第1子のお子さんとその保護者1人	申／11月10日(休)から（電話で要予約）																						
マタニティ教室																									
<table><tr><th colspan="2">日 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><tr><td>12月 （短縮1日コース）</td><td>17日(出) ※初妊婦・パパになる方対象</td><td>午前10時～ 午後4時</td><td>H29年3月～ 5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／1月（基本2日コース） は電話で11月17日(休)か ら予約受付開始</td></tr><tr><td rowspan="2">1月 （基本2日コース）</td><td>1回目：12日(休) ※初妊婦のみ対象</td><td>午後1時～ 4時</td><td rowspan="2">H29年 4月～6月 出産予定</td><td>妊娠中の歯ぐき講座 妊娠中の栄養と調理実習</td></tr><tr><td>2回目：21日(出) ※初妊婦・パパになる方対象</td><td>午前10時～ 午後4時</td><td>お産の進み方、パパ講座、 沐浴・妊婦体験、DVD上映</td><td>※12月（短縮1日コース）は すでに受け付けを行っています。</td></tr></table>		日 程		実施時間	対象（初妊婦）	内 容	そ の 他	12月 （短縮1日コース）	17日(出) ※初妊婦・パパになる方対象	午前10時～ 午後4時	H29年3月～ 5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／1月（基本2日コース） は電話で11月17日(休)か ら予約受付開始	1月 （基本2日コース）	1回目：12日(休) ※初妊婦のみ対象	午後1時～ 4時	H29年 4月～6月 出産予定	妊娠中の歯ぐき講座 妊娠中の栄養と調理実習	2回目：21日(出) ※初妊婦・パパになる方対象	午前10時～ 午後4時	お産の進み方、パパ講座、 沐浴・妊婦体験、DVD上映	※12月（短縮1日コース）は すでに受け付けを行っています。			
日 程		実施時間	対象（初妊婦）	内 容	そ の 他																				
12月 （短縮1日コース）	17日(出) ※初妊婦・パパになる方対象	午前10時～ 午後4時	H29年3月～ 5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／1月（基本2日コース） は電話で11月17日(休)か ら予約受付開始																				
1月 （基本2日コース）	1回目：12日(休) ※初妊婦のみ対象	午後1時～ 4時	H29年 4月～6月 出産予定	妊娠中の歯ぐき講座 妊娠中の栄養と調理実習																					
	2回目：21日(出) ※初妊婦・パパになる方対象	午前10時～ 午後4時		お産の進み方、パパ講座、 沐浴・妊婦体験、DVD上映	※12月（短縮1日コース）は すでに受け付けを行っています。																				
乳幼児健康診査	<table><tr><th colspan="4">12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><tr><td>H28年8月生まれ</td><td>H28年2月生まれ</td><td>H27年5月生まれ</td><td>H25年8月生まれ</td></tr></table>				12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	H28年8月生まれ	H28年2月生まれ	H27年5月生まれ	H25年8月生まれ	※左記の方へ、個別通知します。 (11月上旬発送予定)								
12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																						
H28年8月生まれ	H28年2月生まれ	H27年5月生まれ	H25年8月生まれ																						
定期予防接種	<table><tr><th colspan="2">ヒブ・小児用肺炎球菌 等</th><th colspan="2">生後1か月児（H28年10月生まれ）</th></tr><tr><th colspan="2">日本脳炎</th><th colspan="2">3歳児（H25年10月生まれ）</th></tr></table>				ヒブ・小児用肺炎球菌 等		生後1か月児（H28年10月生まれ）		日本脳炎		3歳児（H25年10月生まれ）		※左記の方へ、個別通知します。												
ヒブ・小児用肺炎球菌 等		生後1か月児（H28年10月生まれ）																							
日本脳炎		3歳児（H25年10月生まれ）																							



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
献血	11月21日(月) 午前10時～11時45分、 午後1時～4時 保健センター	16～70歳未満	採血者／埼玉県赤十字血液センター

※65歳以上70歳未満については、60歳から64歳までの間に献血をしたことがある方に限られます。

市民伝言板
市内の公共施設で定期的に活動している団体の会員募集・行事案内を掲載しています。
問／市政情報課 ☎463-3059

記載のないものは、費用／無料 対象／どなたでも 申込方法／当日直接会場へ
※市外局番のない電話番号等の市外局番は(048)です。

行事案内

朝霞市美術協会展

日時／11月15日(火)～20日(日) 午前10時～午後6時(初日は正午から、最終日は午後4時まで)
会場／中央公民館・コミュニティセンター その他／油絵、日本画、水彩画など、さまざまな作品が展示されます。主催／朝霞市美術協会 問／竹井 ☎474-4713

遺影を撮ろう!!

日時／11月17日(休) 午前10時～午後3時
会場／中央公民館・コミュニティセンター
費用／1,000円 対象／60歳以上の方 申込方法／電話またはメールで その他／午前5人、午後5人(予約制) 主催／写真の会 問／小嶋 ☎080-5486-2887
✉toshikok@f5.dion.ne.jp

朝霞中央公園フリーマーケット

日時／11月20日(日) 午前10時～午後3時
会場／朝霞中央公園石畳 費用／1,500円(出店料)

申込方法／電話で 主催／申・問／NPO法人フリーマーケット推進ネットワーク
☎090-9326-0016

フラダンス1か月無料体験

日時／11月の毎週火・木・土曜日 午後1時30分～9時(このうち1時間程度) 会場／中央公民館・コミュニティセンターまたは南朝霞公民館 対象／成人…木・土曜日、小学生以下…火・土曜日 申込方法／電話で その他／詳細は直接お問い合わせください。主催／ティアレ・タヒチ 申・問／水越 ☎090-8592-1707

富岡製糸工場視察旅行

日時／11月10日(休) 午前8時～午後5時(予定) 集合場所／JR北朝霞駅北口付近 費用／1,000円 対象／大人(40人程度) 申込方法／電話で 主催／特定非営利活動法人 朝霞市つばさ会 申・問／小野 ☎090-3060-9069

暮らしのお困りごと無料相談会

日時／11月18日(金) 午後1時～4時 会場／東武東上線光市駅構内 主催／埼玉県行政書士会朝霞支部 問／波澄 ☎090-4240-1941

第10回みんな集合!

音楽で一日楽しく遊ぼう!

日時／12月18日(日) 午後1時～4時 会場／中央公民館・コミュニティセンター 申込方法／電話、メールまたは当日直接会場へ その他／みんなでワークショップも行います。小さな打楽器を持参しての参加も大歓迎です。

主催／NPO法人メイあさセンター

申・問／尾池 ☎468-6972

✉mayasaka@mayasaka.net

朝霞フルートクラブ 第29回発表会

日時／12月3日(出) 午後2時～5時30分 会場／産業文化センター その他／5種類のフルートで色々なジャンルの曲を演奏します。
主催／朝霞フルートクラブ 問／赤木
✉asakafluteclub2015@gmail.com

家事家計講習会

日時／11月19日(出) 午前10時～正午 会場／中央公民館・コミュニティセンター 費用／300円 申込方法／電話、FAXまたはメールで 主催／東京第一友の会朝霞台支部 申・問／仲山 ☎・FAX474-8900
✉fujitomo_7004@yahoo.co.jp

高次脳機能障害朝霞地域交流会

日時／12月3日(出) 午後1時30分～3時30分 会場／産業文化センター 費用／一家族100円 主催／ナノ朝霞 問／須貝 ☎080-5696-2459

会 員募集

コーラス・さくら

日時／毎月第2・4水曜日 午後1時30分～3時30分 会場／東朝霞公民館 会費／月1,500円 対象／女性 その他／楽しく歌うだけで脳も気持ちも若返ります。
問／久保田 ☎465-5957

申…申し込み 問…問い合わせ