

西朝霞
公民館

育児講座
親子で七夕あそび

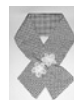
親子で七夕飾りを作って竹に飾り、おうちに持ち帰って七夕を楽しみましょう。紙芝居や指あそびもします。
日時／7月5日(水) 午前10時～11時
対象／未就学児(1歳6か月くらいから)と保護者
定員／10組20人 **費用**／無料
講師／保育士 吉良 恵子さん
 保育士 沼澤 聡子さん
申込方法／6月25日(日)午後3時までに電話または西朝霞公民館窓口で受け付けます。



北朝霞
公民館

教養講座
熱中症対策～クールネック～

首の後ろを冷やすと体温を効率よく下げてくれます。熱中症対策に保冷剤が入るクールネックを作りましょう。
日時／7月5日(水) 午後1時～3時
対象／成人 **定員**／12人
保育／5人(1歳以上の未就学児)
講師／日本手芸普及協会指導員 米澤 真由美さん
持ち物／裁縫道具、筆記用具 **費用**／500円(材料費)
申込方法／6月23日(金)午後1時までに電話または北朝霞公民館窓口で受け付けます。



東朝霞
公民館

生活教養講座
夏だ！ゆかたを着よう

今年の夏はゆかたでお出かけを！お子様と一緒にの参加もお待ちしています。
日時／7月15日(土) 午前10時～正午 **定員**／15人
対象／小学3年生以上の女性(小学生は保護者の付き添いが必要)
講師／着付け講師 藤田 良子さん **費用**／無料
持ち物／ゆかた、ひも3～4本、下着、伊達締め、半幅帯、帯板
申込方法／7月5日(水)午後3時まで電話または東朝霞公民館窓口で受け付けます。

※申込多数の場合は、市内在住者優先のうえ抽せんします。
 ※申込結果は、はがきまたは封書にてお知らせします。
 費用は原則当日徴収します。

内間木公民館体育室休室のお知らせ

内間木公民館では、体育室の床の工事を実施するため、下記の期間中体育室を休室とさせていただきます。1か月間体育室の利用ができなくなりご迷惑をおかけしますが、皆様のご理解とご協力をお願いします。
期間／6月1日(木)～30日(金)



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 ☎466-7522

※各種相談の日程は、2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	7月20日(木) 午前10時～正午 もしくは午後1時30分～3時30分	平成28年8月～12月生の第1子のお子さんとその保護者1人	申／6月8日(木)から(電話で要予約)																						
マタニティ教室	<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 rowspan="2">7月 (基本2日コース)</td> <td>1回目：6日(木) ※妊婦のみ対象</td> <td>午後1時～4時</td> <td>H29年10月～12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> <td rowspan="3">申／8月(短縮1日コース)は電話で6/22(木)から予約受付開始 ※7月(基本2日コース)はすでに受付を行なっています</td> </tr> <tr> <td>2回目：8日(土) ※妊婦・パパになる方対象</td> <td>午前10時～午後4時</td> <td></td> <td>お産の進み方、パパ講座、沐浴・妊婦体験、DVD上映</td> </tr> <tr> <td>8月 (短縮1日コース)</td> <td>26日(土) ※妊婦・パパになる方対象</td> <td>午前10時～午後4時</td> <td>H29年11月～H30年1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> </tr> </tbody> </table>	日	程	実施時間	対象(初妊婦)	内容	その他	7月 (基本2日コース)	1回目：6日(木) ※妊婦のみ対象	午後1時～4時	H29年10月～12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	申／8月(短縮1日コース)は電話で6/22(木)から予約受付開始 ※7月(基本2日コース)はすでに受付を行なっています	2回目：8日(土) ※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	8月 (短縮1日コース)	26日(土) ※妊婦・パパになる方対象	午前10時～午後4時	H29年11月～H30年1月出産予定	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																				
7月 (基本2日コース)	1回目：6日(木) ※妊婦のみ対象	午後1時～4時	H29年10月～12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	申／8月(短縮1日コース)は電話で6/22(木)から予約受付開始 ※7月(基本2日コース)はすでに受付を行なっています																				
	2回目：8日(土) ※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																					
8月 (短縮1日コース)	26日(土) ※妊婦・パパになる方対象	午前10時～午後4時	H29年11月～H30年1月出産予定	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="5">7月の乳幼児健診</th> </tr> <tr> <th></th> <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>対象</td> <td>H29年3月生まれ</td> <td>H28年9月生まれ</td> <td>H27年12月生まれ</td> <td>H26年3月生まれ</td> </tr> <tr> <td>日程</td> <td>7月5日(水)・19日(水)</td> <td>7月11日(火)・26日(火)</td> <td>7月4日(火)・25日(火)</td> <td>7月14日(金)・28日(金)</td> </tr> </tbody> </table>				7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	対象	H29年3月生まれ	H28年9月生まれ	H27年12月生まれ	H26年3月生まれ	日程	7月5日(水)・19日(水)	7月11日(火)・26日(火)	7月4日(火)・25日(火)	7月14日(金)・28日(金)	※左記の方へ、個別通知します。(6月中旬発送予定)
7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																					
対象	H29年3月生まれ	H28年9月生まれ	H27年12月生まれ	H26年3月生まれ																					
日程	7月5日(水)・19日(水)	7月11日(火)・26日(火)	7月4日(火)・25日(火)	7月14日(金)・28日(金)																					
定期予防接種	<table border="1"> <tbody> <tr> <td>B型肝炎・ヒブ・小児用肺炎球菌等</td> <td>生後1か月児(H29年5月生まれ)</td> </tr> <tr> <td>日本脳炎</td> <td>3歳児(H26年5月生まれ)</td> </tr> </tbody> </table>				B型肝炎・ヒブ・小児用肺炎球菌等	生後1か月児(H29年5月生まれ)	日本脳炎	3歳児(H26年5月生まれ)																	
B型肝炎・ヒブ・小児用肺炎球菌等	生後1か月児(H29年5月生まれ)																								
日本脳炎	3歳児(H26年5月生まれ)																								



成人の方へ

～熱中症対策に！クールオアシスをご利用ください！～



昨年は熱中症により、県内で救急搬送された人数が2,575人となりました。一昨年より人数は減少したものの、高齢者の割合は年々増加している傾向にあります。気温が高くなる7～8月はもちろんですが、体が暑さに慣れていない6月、暑い夏を乗り越えて体が疲れている9月も注意が必要です！また、今年の夏も前年に引き続き猛暑が予想されます。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。みなさん、どうぞご利用ください。
実施期間：6月1日(水)～9月30日(土)
指定施設：市役所、内間木支所、朝霞出張所、朝霞駅前出張所、中央公民館、東朝霞公民館、西朝霞公民館、南朝霞公民館、北朝霞公民館、内間木公民館、図書館、図書館北朝霞分館、博物館、弁財市民センター、朝志ヶ丘市民センター、宮戸市民センター、栄町市民センター、仲町市民センター、溝沼市民センター、根岸台市民センター、膝折市民センター、保健センター、わくわくどーむ、リサイクルプラザ、はあとびあ、産業文化センター、総合体育館、朝霞郵便局

内容	日時・会場	対象	その他
成人歯科健診	①7月12日(水)、13日(木) ②10月5日(木)、12日(木)、26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 申込先／健康づくり課(電話で要予約) 申込期間／①6月1日(水)～20日(火) ②8月17日(水)～9月7日(木)

※6月の休日歯科応急診療所
 実施日時 6月の実施予定はありません。

☆6月26日は「国際麻薬乱用撲滅デー」です。

※救急医療のお問い合わせ

●埼玉県救急医療情報センター
 ●埼玉県南西部消防本部

☎048-824-4199
 ☎048-460-0123

※小児救急電話相談
 ※大人を対象とする救急電話相談

#8000(携帯電話からも相談可能)
 #7000(携帯電話からも相談可能)