



乳幼児と父母の方へ

※健診等の費用について、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
お誕生訪問	内容／助産師・保健師が訪問し、赤ちゃんの発育発達の確認や育児全般のご相談に応じます。	生後0～3か月児とそのお母さん	申し込み／母子健康手帳交付時に配布している出生連絡票をお送りください。 ※電話での申し込みもお受けいたします。
乳幼児健康診査	受付／午後1時～2時 保健センター	4か月児(H22年11月生まれ)・10か月児(H22年5月生まれ)・1歳7か月児(H21年8月生まれ)・3歳4か月児(H19年11月生まれ)	日程等は、対象者に健診月の前月20日までに個別通知します。 通知のない場合は、お問い合わせください。 (3月対象者は左に記載)
たけのこ教室	2/18(金) 保健センター 午前10時～11時30分	運動発達に心配のあるお子さんとその保護者	内容／楽しく体を動かしながら発達をうながす教室です 申し込み／健康づくり課(電話で要予約) ※詳しくは健康づくり課までお問い合わせください。
ひまわり教室	3/25(金) 保健センター 午前10時～11時30分		
ぴーなっつ	3/10(木) 午前10時30分～11時30分 保健センター	0～3歳児くらいまでの多胎児とその保護者 多胎児を妊娠中の妊婦	内容／参加者同士の交流、手遊び 申し込み／健康づくり課(電話で要予約)



成人の方へ

※費用について、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
ソーシャルクラブ (精神障害者社会 復帰相談指導)	毎週木曜日 午前9時30分～11時30分 保健センター ほか	回復途上にある精神障害者 (主に統合失調症)	内容／創作活動やレクリエーション、スポーツなどの活動をととしてのグループ訓練 申し込み／健康づくり課(電話で要予約)
献 血	2/24(木) 保健センター 午前10時～正午・午後1時～4時 ※65歳以上70歳未満の方については、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。	16歳～70歳未満	主催／朝霞市献血推進協議会 採血者／埼玉県赤十字血液センター

あさか健康プラン21 健康づくり講演会

「あっ！そんな食べ方でいいの？」
～食べ方ひとつで変えられる～

1日2食の人、カロリーだけを気にする人、食事に時間をかけられない人、あなたの周りにいませんか？
ちょっとの工夫で、健康度アップにつながります。食べ方のヒントを見つけてみませんか？

日時／3月11日(金) 午前10時～11時30分
会場／コミュニティセンター 3F ホール
講師／桐生大学医療保健学部栄養学科教授
管理栄養士 高橋 東生さん
対象／どなたでも(お子さん連れでも参加できます。)

申込方法／事前予約不要。直接会場へお越しください。
費用／無料
主催／朝霞市・あさか健康プラン21推進委員会
問い合わせ／健康づくり課
☎465-8611

★★お気軽にお越しください★★



日曜・休日に実施している医療機関

午前10時～午後4時

月日	場所	診療所名	科 目	☎(048)	場所	診療所名	科 目	☎(048)
2/20	新座	新座クリニック	内・小・胃・循環・呼	479-6321	志木	清河眼科病院	眼	474-3369
2/27	新座	野火止クリニック	内・小・循環	479-5698	和光	中川眼科	眼	465-1144
3/6	志木	柳瀬川内科 小児科医院	内・小	476-7955	新座	いしもと脳神経 外科・内科	脳・内・外	483-7111
3/13	和光	和光内科外科 診療所	内・外・皮・小・リハ	466-2235	朝霞	阿部産婦人科医院阿部 レディースクリニック	産・婦・内	465-8118

※当番医は変更になる場合もあります。確認してからお出かけください。

※2・3月の休日歯科応急診療所

実施日 2/20(日)・27(日)・3/6(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 ☎048-481-2211

※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 ☎048-460-0123

※小児救急電話相談

●#8000 (携帯電話からも相談可能)