



乳幼児と保護者の方へ

※費用：無料

内容	日時	会場	対象	その他
離乳食ステップアップ教室	8月23日(休) 午前10時30分～正午 もしくは午後1時30分～3時30分	中央公民館・コミュニティセンター	平成29年9月～平成30年1月生 の第1子のお子さんとその保護者1人	申/7月5日(休)から(電話で要予約) ※調理実習は午後の回のみ実施

内容	日時	会場	対象	その他
マタニティ教室	8月(短縮1日コース) 11日(土・祝) ※妊婦・パパになる方対象	中央公民館・コミュニティセンター	平成30年11月～平成31年1月出産予定	8月(短縮1日コース)はすでに受け付けを行っています。
	9月(基本2日コース) 1回目: 8日(土) ※妊婦のみ対象 2回目: 23日(日・祝) ※妊婦・パパになる方対象	中央公民館・コミュニティセンター	平成30年12月～平成31年2月出産予定	9月(基本2日コース)は7月5日(休)から電話で予約受付開始

8月の乳幼児健診				
対象	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
平成30年4月生まれ	平成29年10月生まれ	平成29年1月生まれ	平成27年4月生まれ	
日程 1日(休)	22日(休)	8日(休)	21日(休) 28日(休)	10日(金) 31日(金)
会場 産業文化センター	中央公民館・コミュニティセンター			

※左記の方へ、個別通知します。(7月上旬発送予定)

※4月に配布しました平成30年度版「朝霞市保健センターガイド」乳幼児健診カレンダーの「10か月児健診」の日程が一部変更となりました。

10か月児健診の日程 変更前 平成30年12月25日(休) → 変更後 平成30年12月19日(休) ※会場の変更はありません。  
平成31年1月15日(休) → 平成31年1月16日(休)  
平成31年2月12日(休) → 平成31年2月8日(金)

内容	日時	会場	対象	その他
定期予防接種	B型肝炎・ヒブ・小児用肺炎球菌等 日本脳炎		生後1か月児(平成30年6月生まれ) 3歳児(平成27年6月生まれ)	※左記の方へ、個別通知します。



成人の方へ

内容	日時・会場	対象	その他
こころの健康相談	7月25日(休) 午後2時～3時 中央公民館・コミュニティセンター	精神面の健康に心配のある方や、認知症を含む精神障害のある方とその家族	申/7月20日(金)までに健康づくり課へ予約

※7月の休日歯科応急診療所

実施日 7月16日(月・祝)  
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)  
診療料 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

☆7月1日～31日は「愛の血液助け合い運動」月間です。

※救急医療のお問い合わせ

●埼玉県西部消防本部 ☎048-460-0123  
●埼玉県救急電話相談 #7119(全国共通ダイヤル)  
または☎048-824-4199(ダイヤル回線、IP電話、PHS)  
※従来同様、次の番号からも電話をかけられます  
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)

～熱中症対策に！クールオアシスをご利用ください！～

7月は本格的な夏となり、気温が急に高くなり、熱中症になりやすい時期です。市では引き続き、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。指定施設等の詳細は市ホームページをご覧ください。

**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/シティ・プロモーション課 ☎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

第12回ウクレレコンサート

日時/7月29日(日) 正午～午後1時 会場/中央公民館・コミュニティセンター 主催/朝霞ウクレレサークル 問/小林 ☎090-6303-4321

夏休み特別企画 香りを学ぼう「アロマフレーム作り」

日時/7月31日(火) 午前9時45分～10時45分、午前11時～正午 会場/溝沼市民センター 費用/1,000円 対象/小学生または親子(未就学児は親子で) 申込方法/メールで 主催/HappyAromaTime 問/問/渡部 ☎watayuki.happy@gmail.com

生活なんでも相談会

日時/7月29日(日) 午後1時30分～4時 会場/中央公民館・コミュニティセンター 主催/朝霞生活と健康を守る会 問/鈴木 ☎090-4122-2948

黒目川クリーン&マナーアップキャンペーン

日時/7月8日(日) 午前9時～11時30分(雨天中止) 会場/黒目川堤防 申込方法/電話で 主催/動物との共生社会を目指す会 Vest. 問/問/清水 ☎090-5394-3717

メヘンディ(ヘナボディアート)体験講座

日時/7月4日(火)・7日(土) 午後1時30分～3時30分 会場/膝折市民センター 申込方法/電話で その他/インドに伝わる天然素材のボディアートで、皮膚に書くこと1週間前後楽しめます。 主催/アート:lux 問/問/松本 ☎090-5708-7796

会 員 募 集

朝霞古文書の会

日時/毎月第3木曜日 午後2時～4時 会場/博物館 会費/月1,000円 対象/成人 その他/古文書の解説会です 問/長澤 ☎080-1187-3122

モダンバレエ ミルクーズ

日時/毎週火曜日 午後5時30分～8時30分

会場/東朝霞公民館 会費/月4,000円 対象/3歳以上 問/鬼崎 ☎090-4620-3156

やさしいヨガ

日時/毎週水曜日 午前10時～11時 会場/膝折市民センター 費用/1回700円、6回チケット4,000円(期限なし) 対象/成人 その他/無料体験あり。運動が苦手、体が硬い方も大丈夫です。 問/青谷 ☎090-8103-5769

エアロビクスサークルJUNE

日時/毎週水曜日 午前10時～11時30分 会場/中央公民館・コミュニティセンター、東・南朝霞公民館(週替わり) 会費/月1,500円 対象/成人女性 その他/専門のインストラクターによるレッスンです。無料体験可。 問/登坂 ☎467-8262

太極拳サークル(年金者組合)

日時/毎月第1・3火曜日 午後1時30分～3時30分 会場/中央公民館・コミュニティセンター 会費/月300円、指導料1回200円 その他/初心者歓迎 問/木村 ☎080-2255-2367

ナヴァ会(裸婦と人物デッサン)

日時/毎月第1・2・3木曜日 午後6時～9時 会場/中央公民館・コミュニティセンター 入会金/3,000円(市民は免除) 会費/月2,500円 問/加島 ☎090-8461-1673