



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。

申・問／健康づくり課
☎465-8611 FAX 466-7522

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	10月17日(木) 午前10時～正午 午後1時30分～3時	保健センター	平成30年11月～平成31年3月生の 第1子のお子さんとその保護者1人	申／9月5日(木)から電話で ※調理実習は午前の回のみ実施
マタニティ教室	11月 (基本2日コース) 1日目：11月2日(土) 午後1時30分～4時 ※初妊婦のみ対象 2日目：11月10日(日) 午前10時～午後4時 ※初妊婦・パパになる方対象	保健センター	令和2年2～4月出産 予定	妊娠中の歯ぐき講座 妊娠中の栄養講座(試食あり) お産の進み方、パパ講座、 沐浴・妊婦体験、DVD上映 申／9月5日(木) から電話で

※10月開催のマタニティ教室は、広報あさか8月号または市ホームページをご覧ください。

乳幼児健康診査 ※詳しい日程は、市ホームページまたは保健センターガイドをご確認ください。

成人の方へ

内容	日時	会場	対象	その他
こころの健康相談	9月25日(木) 午後2時～3時	保健センター	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／9月19日(木)までに電話で
大人の歯の健診	10月2日(木) 午後1時～3時 10月3日(金) 午前9時～11時	保健センター	16歳以上の市民(妊婦を含む)	申／9月3日(火)～17日(木)に電話 で ※6月に受診した方は受診できません。
ASAHA健康ラウンジ	9月26日(木) 午後1時30分～3時30分	保健センター集合/ 近隣公園	健康あさか普及員と健康づくりに興味 のある市民	※ウォーキングを行うため、運動で きる服装と靴でご参加ください。 ※雨天時は保健センターで行います。
へるす☆アップチャ レンジ～年齢より若 く健康な人は、こう してる!～	①9月・月曜コース 9月9日・30日 午前10時～正午 ②11月・土曜コース 11月9日・30日 午前10時～正午	①保健センター ②北朝霞公民館	生活習慣を改善したい市民(65歳未 満)で各コースの2日間参加できる方 (各25人)	申／電話で受付中 内容：理学療法士によるトレーニ ング、自分に合った生活習慣を楽 しく継続するためのポイントほか

※9月の休日歯科応急診療所
実施日 9月16日(月・祝)・23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

※救急医療のお問い合わせ

●埼玉県南西部消防本部 ☎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)

☆9月24～30日は「結核予防週間」です。

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／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4回てづくり雑貨市 カリーノ

日時／9月19日(木) 午前11時～午後3時
雨天決行 会場／産業文化センター 主催・
問／てづくり雑貨市 カリーノ本部
☐ kari_no2017_4@yahoo.co.jp

自彊術(健康体操)無料体験会

日時／9月28日(土) 午後5時20分～6時50分
会場／西朝霞公民館 その他／動きやすい服装で。日本最初の健康体操で、体力に自信の無い方でも可 主催／土曜会(自彊術)
申・問／永田 ☎080-6754-8433

筑波山ハイク～温泉

日時／9月8日(日) 午前7時20分和光市駅改札集合 費用／300円、入浴料1,000円(交

通費実費) 対象／40歳以上の単身者 申込方法／電話で その他／持ち物をご確認ください 主催／NPO法人ポレポレ(いきいき会) 申・問／山上 ☎080-6565-0681

留学生支援の為にバザー

日時／9月29日(日) 午後1時～3時30分
会場／志木聖母教会 その他／前日と当日のボランティアも募集中 主催／アジアの留学生と交流する会 問／ババ ☎476-3376

第9回同行援護従事者養成研修一般課程

日時／10月15日(火)、17日(木)、24日(木)、29日(火) 午前10時～午後4時 会場／生活介護レモンの木ほか 費用／17,000円 申込方法／10月4日(金)(必着)までに、住所・氏名(ふりがな)・電話番号・「同行援護従事者養成研修希望」と明記のうえ、はがきまたはメールで 主催・申・問／NPO法人障害者も地域で共に・コーヒータイム 〒351-8799 朝霞郵便局私書箱23号 ☐ info@coffeetime.jp 坂本 ☎467-7749

数独講座(初級中級編)

日時／9月7日(土) 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／100円 申込方法／ショートメールまたはメールで 申・問／岡 ☎080-6562-1036 ☐ mojika_0218@yahoo.co.jp

市民企画講座 健康寿命と介護＝訪問診療と訪問介護＝

日時／9月11日(火) 午後1時30分～3時30分

分 会場／中央公民館・コミュニティセンター 主催／年金者朝霞支部 問／田之岡 ☎090-2414-0532

あさか歌の集い

日時／9月22日(日) 午後2時～4時 会場／中央公民館・コミュニティセンター 費用／500円 主催／あさか歌の集い 問／高藤 ☎464-2700

第6回川の景観づくり講演会

日時／9月7日(土) 午後2時～4時30分
会場／リサイクルプラザ 費用／300円
申込方法／9月2日(月)までに電話、FAXまたはメールで 主催／新河岸川広域景観づくり連絡会 問／山本 ☎ FAX 472-4720 ☐ c11450yama@yahoo.co.jp

遺影写真

日時／9月13日(金) 午前9時～午後4時 会場／中央公民館・コミュニティセンター 費用／1,000円 主催／写楽の会 問／小嶋 ☎080-5486-2887

会 員募集

モダンバレエ ミルキーズ

日時／毎週火曜日 午後5時30分～7時(3歳～小学生) 午後7時～8時30分(中学生以上) 会場／東朝霞公民館 費用／月4,000円 その他／見学、無料体験可 問／湯川 ☐ milkys-modernballet@outlook.jp