

令和元年度 朝霞市民体育賞 受賞おめでとうございます！

【順不同・敬称略】

【体育功労賞】

野球連盟 相澤廣 柔道部 長谷一生 ソフトテニス連盟 藤澤健太・藤澤香澄 スキー連盟 小島邦隆 合気道部 稲葉道則・坂田光彦
テニス協会 小崎恵美 ソフトボール協会 榎本藤男 レクリエーション協会ジョギングクラブ 佐藤みえ子 レクリエーション協会歩こう会
久保紀子 朝霞グラウンド・ゴルフ連合 菊池保夫 スポーツ少年団いずみサッカースポーツ少年団 中西一裕・橋本淳一

【地区功労賞】

20年表彰状 大久保始紀（東南部）、工藤勉（溝沼） 10年表彰状 金子幾久代・山口はるみ（東南部）、星野隆・田島みつ子（溝沼） 5年感謝状 相沢卓明・筒井友香（東南部）、細沼明雄（緑ヶ丘）、中野健志・中野葉月（栄町）

【優秀選手賞】

陸上 田中祥太・鈴木颯太・滝澤遼太・高野涼太・片山凜市・木村優翔・石渡颯人・岩澤大知・高岡里帆・谷越凜・馬場優美・朝倉芽生・白川由菜・庄司茜里・高津怜愛・宮北健太郎・渡辺幸穂・成澤花奈 スノーボード 池上大斗 スキー 森海人 バドミントン 大澤佳歩・大澤史和 ウェイトリフティング 伊藤紗彩・鈴木夏空・鈴木星空・押田真・田中太郎 空手道 小嶋美佐枝・吉山愛悠里・多田幸弘・高崎彩葉・五百川燎優 ダンス 鈴木陽菜乃
フェンシング 山田優 水泳 鎌田純吾・石山美颯・高橋航太郎 ソフトテニス 安岡今日子・飯塚優子・藤澤香澄・金親利予 ボウリング 上野帆楓 弓道 鈴木真人 硬式野球 中林永遠 軟式野球 青山廣大・渡辺健太郎・東山竜也・杉本拓哉・下川颯太・石井偉大・江藤祐亮・有竹玲音・浦田龍陽・南部竜矢・中村栄太・小林郁弥・伊藤啓吾・増淵颯太・飯田璃汰・伊藤ゆかり スピードスケート 奥野湖々奈 ローラーホッケー 森田和陸 シットティングバレーボール 波田みか レスリング 藤田雄大・角雅人・入江ゆき・鶴田峻大・古市雅子・奥井眞生
ボクシング 並木月海 柔道 新添左季

※申し込みの時期により、記載のない場合がございます。

令和元年度朝霞市民体育賞表彰式が10月20日(日)に行われました。朝霞市民体育賞は、朝霞市の市民体育に功績のあった方を表彰するものです。皆さんの今後の活躍をご祈念申し上げます。なお、表彰式に欠席された方は、賞状等お預かりしていますので、年度末までに生涯学習・スポーツ課までお越しください。 問/生涯学習・スポーツ課



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・問/健康づくり課 ☎465-8611 FAX 466-7522

乳幼児と保護者の方へ

| 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19日(木) 午前10時～正午 午後1時30分～3時 | 保健センター | 平成31年1月～令和元年5月生の第1子のお子さんとその保護者1人 | 問/11月7日(木)から電話で ※調理実習は午前のおのみ実施 |
| マタニティ教室 | 1月 (基本2日コース) 1日目：令和2年1月11日(土) 午後1時30分～4時 ※初妊婦のみ対象 2日目：令和2年1月26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4～6月 出産予定 | 内容 妊娠中の歯っぴい講座 妊娠中の栄養講座(試食あり) お産の進み方、パパ講座、お風呂・妊婦体験、DVD上映 その他 問/11月7日(木)から電話で |
| ※12月開催のマタニティ教室は、広報あさか10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 | 11月27日(水) 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 | 問/11月22日(金)までに電話で |
| 献血 | 11月21日(木) 午前10時～11時45分 午後1時～4時 | 市役所1階 市民ホール | 16～70歳未満 ※65～69歳については、60～64歳の間に献血をしたことがある方に限られます。 | 採血者/埼玉県赤十字血液センター ★骨髄ドナー登録会も同時実施します！ |
| ASAKA健康ラウンジ | 11月7日(木) 午後1時30分～3時30分 | わくわくどーむ | 健康あさか普及員と健康づくりに興味のある市民 | ※体操を行うため、室内履き、タオルをお持ちください。 |
| 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!?～ | 11月9日(土)・30日(日) 午前10時～正午 | 北朝霞公民館 | 生活習慣を改善したい市民(65歳未満)で2日間参加できる方(定員25人) | 問/電話で受付中 内容：老化予防トレーニング、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 |

初回献血！お友達＆ご家族紹介キャンペーン 問/埼玉県業務課 ☎048-830-3635

11月末までに、献血経験のある方と未経験の方が、県内で一緒に献血にご協力いただくと、すてきなプレゼントを差しあげます！プレゼントは無くなり次第終了します。

※11月の休日歯科応急診療所
実施日 11月3日(日・祝)・4日(月・休)・23日(土・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)

☆11月は「乳幼児突然死症候群(SIDS)対策強化月間」です。

あさかの生涯学習へ みんなすこやか