



乳幼児と保護者の方へ

※費用：無料



5月1日から
個別がん検診スタート!



内容	日時	会場	対象	その他
離乳食ステップアップ教室	6月16日(休) 午前10時～11時45分	保健センター	令和3年7月～11月生まれの第1子の保護者	申/5月6日(金)から電話で(先着20組)
マタニティ教室	7月9日(出) 午後1時30分～3時30分 7月24日(日) 午前10時～正午 または午後1時30分～3時30分		令和4年10月～12月出産予定の初妊婦・パパになる方	内容/歯っぴい講座、家族で育む食生活講座、もく浴・妊婦体験、DVD上映 申/5月6日(金)から電話で(各回先着12組)
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
大人の歯の健診	7月14日(休) 午後1時30分～3時30分	保健センター	歯科健診の機会のない16歳以上の市民	内容/歯科健診・ブラッシング相談 申/5月27日(金)から電話で(先着20人) ※健診は年度内1回のみ
こころの健康相談	5月30日(月) 午後2時～3時		精神面の健康に心配のある方や、認知症や精神障害のある方とその家族	申/相談日の3日前までに電話で
献血	5月23日(月) 午前10時～11時45分 午後1時～4時		16～69歳の方 ※65～69歳の方は、60～64歳の間に献血をされた方に限られます。	採血者/埼玉県赤十字血液センター ※骨髓ドナー登録会も同時に実施

春の熱中症に注意しましょう!

熱中症は、夏だけでなく、体が気温の上昇に慣れていない春にも発生します。次のことに注意しましょう。

- (1) 高齢者は上手にエアコンを活用する
- (2) 暑くなる日は特に注意する
- (3) 水分はこまめに補給する
- (4) 「おかしい!？」と思ったら病院へ行く
- (5) 周りの人にも気配りする

5月1日～6月30日は「不正大麻・けし撲滅運動」期間です

大麻の使用は体に有害で、栽培や所持は犯罪です。また、「けし」には法律で栽培等が禁止されている種類があります。大麻や違法な「けし」を発見したら、朝霞保健所(☎461-0468)までご連絡ください。

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行事案内・会員募集を掲載しています。掲載を希望される方は市ホームページをご覧ください。



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。

市民伝言板に掲載したお知らせは、新型コロナウイルスの影響で、中止や延期となる場合があります。詳しくは各問い合わせ先にご確認ください。

行事案内

フリーマーケット

日時/①5月7日(出) ②5月29日(日) どちらも午前10時～午後3時 会場/①朝霞中央公園 ②朝霞駅南口広場 費用/出店料 1,500円 申込方法/電話で 主催・問/NPO法人フリーマーケット推進ネットワーク ☎090-9326-0016

スーパーシニア音楽団「楽悠」#10 定期演奏会

日時/5月14日(出) 午後2時～3時40分

会場/ゆめぱれす(市民会館) その他/陸上自衛隊などの音楽隊OBが奏でる、クラシック小品などをお楽しみください。
主催/音楽団「楽悠」 問/鞆廻 ☎090-7282-5857

会員募集

ハピネスフラワー(フラワークラフト)

日時/毎月第2水曜日 午前10時～正午 会場/南朝霞公民館 材料費/3,000円 その他/生花やドライフラワーを使ってリースなどを作りませんか。 問/笠間 ☎080-5174-4011

ちりめんの会

日時/毎週水曜日 午後1時～4時30分 会場/北朝霞公民館 入会金/1,000円 費用/月1,050円 申込方法/電話で 対象/女性 その他/見学・体験可。ある着物で練習しましょう。 問/高橋 ☎090-3216-8093

社交ダンス愛好会

日時/毎週土曜日 午後1時～4時30分 会場/中央公民館・コミュニティセンター 入会金/1,000円 費用/月3,000円 対象/初～中級者 その他/プロの指導者が基礎から丁寧に指導します。 問/上村 ☎473-5432

コーラス・リリカ

日時/月2回日曜日 午後1時～3時

会場/中央公民館・コミュニティセンター 費用/月3,000円 その他/モーツァルトのレクイエムを練習しています。 問/代田 ☎090-5992-0707

朝霞少年少女合唱団

日時/月2回日曜日 午後3時～4時30分 会場/中央公民館・コミュニティセンター 費用/月3,000円 対象/小・中学生 その他/みんなで楽しく自由にうたえる教室です。発表会に出るチャンスもあります。 問/清水 ☎090-8809-4652

MI's なかよしえいご

日時/月2回金または土曜日 午前10時30分～11時10分 会場/溝沼市民センターほか 入会金/2,000円 費用/1回300円 対象/未就学児と保護者 その他/3人の講師と英語の歌やゲームを楽しんでいます。 問/阿部 ☎090-9291-0117

霞謡会(観世流謡曲)

日時/毎月第2・4木曜日 午前10時～正午 会場/西朝霞公民館 費用/月3,000円 対象/古典芸能に興味のある方 その他/竹内好夫先生の親切な指導が受けられます。会員の稽古教室はいつも開放しています 問/富永 ☎465-3433

朝霞ほのぼの会(ハイキング)

日時/毎月第2日曜日 午前10時～正午 会場/東朝霞公民館 費用/月200円(当日参加300円) 対象/40歳以上単身者 問/佐々木 ☎090-9230-8827