



乳幼児と保護者の方へ

※費用・無料



8月31日は野菜の日。
プラス1皿野菜料理を食べましょう！

内 容	日 時	会 場	対 象	そ の 他
離乳食ステップアップ教室	9月15日(木) 午前10時～11時45分	保健センター	令和3年10月～令和4年2月生まれの第1子の保護者	申／8月4日(木)から電話で(先着20組)
マタニティ教室	10月8日(土) 午前10時～正午または午後1時30分～3時30分		令和5年1月～3月出産予定の初妊婦・パパになる方	申／8月4日(木)から電話で(各回先着12組) 内容／もく浴・妊婦体験、DVD上映
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	8月25日(木) 午後1時15分～2時15分	保健センター	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
大人の歯の健診	9月15日(木) 午後1時30分～3時30分		歯科健診の機会がない16歳以上の市民	申／電話で(定員20人・先着順) ※健診は年度内1回のみ 内容／歯科健診・ブラッシング相談
献血	8月22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歳の間に献血された方に限ります	採血者／埼玉県赤十字血液センター
集団健(検)診(30代・乳がん・子宮頸がん)	9月18日(日)・9月20日(火) 午前8時30分～11時 午後1時～3時		申／8月10日(火)～16日(日)に、メールフォーム、はがき、窓口で ※電話での受け付けはできません。申込方法等の詳細は、右コードから市ホームページをご確認ください。	

夏本番！熱中症に注意しましょう！！高齢者や子どもは、特に注意が必要です

高齢者は暑さや水分補給に対する感覚機能および調節機能が低下しているので注意が必要です。また、子どもも体温の調節能力がまだ十分に発達していないので、気を配る必要があります。のどの渇きを感じていなくても、こまめに水分補給をしましょう。暑さを感じなくても扇風機やエアコンを使って温度調整するよう心がけましょう。



厚生労働省
ホームページ

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

聴導犬に会いに行こう！！

日時／9月11日(日) 午前10時～正午
会場／中央公民館・コミュニティセンター
申込方法／8月31日(木)までにメールで、代表者名・参加人数・緊急連絡先を記載(申込多数の場合、抽せん) その他／埼玉県共同募金会助成事業

PR犬デモンストレーションとユーザートークショーあり(手話通訳付き) 主催・申・問／あさか手話サークル「あじさい」 ☎asaka.shuwa@gmail.com

ウクレレで活力つけよう講習

日時／8月2日(火)・16日(火) 午後2時30分～4時 会場／中央公民館・コミュニティセンター 費用／1,000円(教材費)
申込方法／電話で その他／ウクレレ貸し出しあり(5本まで) 主催・申・問／朝霞ウクレレサークル 小林 ☎090-6303-4321

介護予備軍のためのサロン

日時／8月11日(木・祝) 午前10時～11時30分 会場／併財市民センター 費用／100円 対象／近い将来、身近な人の介護が心配な方 申込方法／電話で その他／先着6人 主催・申・問／あさか介護者サロン「ほっとの会」森田 ☎080-3176-4938

朝霞平和のための戦争展

日時／8月27日(土)～29日(月) 午前9時30分～午後5時 会場／図書館(本館) 主催・問／朝霞平和のための実行委員会 真下 ☎080-6787-0242

アニメテッドラーニング 黒目川で遊んで、学んで、思い出をアニメにしよう！

日時／①8月21日(日) 午前9時30分～午後1時 ②24日(火) 午後1時～4時 ③27日(土) 午後1時～4時(全3日間) 会場／①産業文化センター、黒目川新高橋付近 ②溝沼市民センター ③産業文化センター 費用／200円 対象／小学5年生～中学生 申込方法／ウェブサイトで その他／活動時間・会場は変更となる場合あり 主催・申・問／アニメテッドラーニングらぼ 伊藤 ☎info@alljp.org

少年少女合唱団！日本の叙情歌を歌ってみよう

日時／8月14日(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／1,000円 対象／小・中学生 申込方法／電話で その他／ドナドナ、我は海の子など、オペラ歌手指導のもと練習します。換気ばっちりの部屋で大きな声で歌ってみましょう。 主催・申・問／朝霞少年少女合唱団 清水 ☎090-8809-4652