

**健康づくり**  
場所の記載のないものは健康増進センター  
問合せ 健康いきいき課 健康管理担当 ☎62-0716(直通)

●乳幼児相談

日時・対象  
10月7日(金) 乳児(0歳児)  
10月11日(火) 幼児(1歳児～就学前)  
9時30分～11時

持ち物 母子健康手帳  
※ご兄弟・姉妹で乳児と幼児のお子さんがいらっしゃる場合、ご利用できます。

●3～4か月児健診

日時 10月13日(木) 12時50分～13時30分受付  
対象 健診日現在3～4か月のお子さん  
持ち物 母子健康手帳・バスタオル

●3歳児健診

日時 10月18日(火) 12時50分～13時30分受付  
対象 平成20年7月～8月生まれのお子さん  
持ち物 母子健康手帳・お子さんの尿・アンケート・使用中の歯ブラシ

●父親・母親学級

もうすぐお父さん、お母さんになる方を対象に「父親・母親学級」を開催します。ご希望の方は9月28日(水)までに電話でお申し込みください。



※母子健康手帳交付時にお渡ししたアンケート用紙を記入して、最初の出席日にお持ちください。

日時・内容 9時30分～12時 (②のみ13時終了)

- ①10月1日(土) 赤ちゃんの衣服、妊“夫”体験
- ②10月6日(木) 妊娠中の栄養(調理実習あり)
- ③10月14日(金) 妊婦体操
- ④10月22日(土) 分娩、赤ちゃんの沐浴
- ⑤10月26日(水) 歯科保健

持ち物 母子健康手帳と下記のもの

- ②エプロン、三角巾、材料費300円
- ③体操できる服装
- ④エプロン、ズボンまたはバスタオル
- ⑤使用中の歯ブラシ

●献血団体が感謝状を受章されました

嵐山町では企業や学校など、多くの団体が計画的に献血にご協力いただいております。今年度は次の団体が受章いたしました。誠にありがとうございます。

【埼玉県赤十字血液センター所長感謝状】

嵐山玉川ライオンズクラブ 会長 中村憲史様  
これからも継続的なご支援、ご協力をよろしくお願いたします。

●麻しん風しん予防接種を受けてください

園の年長児、中学1年生及び高校3年生(相当の年齢)の方で、まだ麻しん風しん予防接種を受けていない方は、お早めに予防接種を受けてください。接種可能期間は来年3月までです。また、1歳児は2歳になる前に必ず接種を受けてください。

予診票等がお手元にはない方は健康いきいき課までお越しください。

<麻しん(はしか)とは>

高熱と耳後部から始まり体の下方へと広がる赤い発疹を特徴とする全身疾患です。感染力が非常に強く、まれに急性脳炎を発症し、重篤な後遺症が残る、または死亡する恐れがある病気です。

以前は1回接種でしたが、確実に免疫の獲得を図るため、平成18年度より2回接種になりました。

妊娠中及び妊娠の可能性のある方は、予防接種を受けることができません。また、接種後2ヶ月間は、妊娠を避けてください。

【対象年齢】

園の年長児

平成17年4月2日～平成18年4月1日生まれのお子さん

中学1年生

平成10年4月2日～平成11年4月1日生まれのお子さん

高校3年生

平成5年4月2日～平成6年4月1日生まれのお子さん



●医薬品の個人輸入ご注意ください!

「MDクリニックダイエット※1」「ホスピタルダイエット※2」と称するやせ薬では、死亡を含む多くの健康被害が発生しています。健康被害を及ぼすおそれがありますので、このような製品を入手し、服用しないでください。健康被害が疑われる場合は速やかに医療機関で受診するとともに、保健所等にお申し出ください。

※1タイ製のダイエット用医薬品。主にインターネット上の輸入代行業者に申し込むことにより、タイより個人輸入されています。

※2これらの医薬品は、抗肥満薬(シブトラミン)、向精神薬(ジアゼパムなど)、甲状腺ホルモンなどを含有しており、これまでに4例の死亡事例が報告されています(因果関係が不明であるものを含む)。

問合せ 東松山保健所 ☎22-0280

～特別企画～「一流シェフの味にチャレンジ!!」

京王プラザホテル総料理長市川博史氏を講師に料理教室を開催します。いつもの食材が調理法の違いでシェフの味に変わります。ぜひこの機会に一流シェフの味にチャレンジしてみませんか。

※大蔵・根岸・將軍澤地区対象のヘルスアップクッキング講座とあわせて実施します。

日時・場所 10月21日(金) 9時50分受付  
10時～13時 ふれあい交流センター

テーマ 「旬の野菜の味を再発見」

持ち物 エプロン、三角巾、健康手帳(お持ちの方)

費用 1人300円(食材料費)

定員 15名(先着順)

申込み 10月3日(月)より健康いきいき課健康管理担当へお申し込みください。

定員になり次第締め切りますので、お早めにお申し込みください。

※大蔵・根岸・將軍澤地区の方は、ヘルスアップクッキング講座の地区回覧とあわせてご参照ください。お申込みは、地区の保健推進員さんにお申し込みください。

●ハンバーグ作りに挑戦!(親子クッキング)

7月22日(金)、健康増進センターで小学生と保護者を対象に親子クッキングが行われました。当日は小学生19人、保護者9人、合計28人が参加しました。

まずはエプロンシアター「好き嫌いをなくそう」でバランスよく食べることを学び、そのあと、煮込みハンバーグ・ケーキのようなポテトサラダを作りました。じゃがいもの皮をむいたり、玉ねぎをみじん切りにしたり、玉ねぎはみんな涙を流しながらがんばりました。ポテトサラダは牛乳パックにじゃがいもや野菜を順番に重ねて詰めていきました。牛乳パックから出して包丁で切ってみると「きれい」という声があがりました。親子、友達と力をあわせておいしく、楽しい食卓づくりができました。



今回は12月17日(土)に開催予定です。

**図書館**  
問合せ 知識の森嵐山町立図書館 ☎62-6989

●おはなしポレポレ

日時 9月6日(火) 11時～

対象 3歳以上

場所 1階会議室

20日(火)は特別整理(蔵書点検)につき、お休みです。  
【絵本や紙芝居の読み聞かせ、手遊びなどをする会です。楽しく幸せなひとときをともにしましょう。】

●おはなしの森

日時 9月3日(土) 14時～

場所 1階ロビー

【年長さんから小学生向けにおはなしを語る会です。コワ～い話、笑いが止まらない話などもりだくさん。】

●ちいさいさんのおはなし会

今月は、特別整理(蔵書点検)につき、お休みです。

●親子シアター

日時 9月11日(日) 14時～

場所 視聴覚室

内容 『まっぴら先生』(97分)

【転校をくりかえしてきた大衆演劇の子役、明が東京下町の小学校を舞台にくりひろげる出会いと別れ、初恋と友情をさわやかに描いた作品。】

●名作映画鑑賞会

今月は、特別整理(蔵書点検)につき、お休みです。

※特別整理(蔵書点検)による休館のお知らせ

閉館中の資料の返却はブックポストをご利用下さい。また、視聴覚資料のブックポストへの投函はご遠慮ください。(破損するため)

期間 9月19日(月)～9月30日(金)

◎今月の休館日

9月5日・12日

※特別整理(蔵書点検)19日～30日

