



保健・健康づくり

次の事業はすべて健康増進センターにて実施します。

幼児相談

日時・対象 12月12日(火) 幼児(1歳児) 9時30分～10時30分受付 持ち物 母子健康手帳 ※幼児のいるご家庭で乳児(0歳児)のお子さんがいる場合は利用できます。

乳児健診

3～4か月児健診 日時 12月7日(木) 受付 13時10分～13時25分 対象 平成29年8月10日～平成29年9月7日生まれのお子さん

9～10か月児健診

日時 12月7日(木) 受付 14時～14時15分 対象 平成29年2月10日～平成29年3月7日生まれのお子さん 持ち物 母子健康手帳・バスタオル・事前に郵送したアンケート(3～4か月児健診対象の方のみ)・問診票(9～10か月児健診対象の方のみ)

3歳児健診

日時 12月19日(火) 受付 12時50分～13時30分 対象 平成26年5月～6月生まれのお子さん 持ち物 母子健康手帳・使用中の歯ブラシ・尿パック・事前に郵送した問診票・アンケート

親子クッキング

日時 12月9日(土) 10時～13時 受付 9時50分～10時 対象 小学生とその保護者 費用 1人300円(食材料費) 持ち物 エプロン、三角巾、ハンドタオル、飲み物 申込み 11月20日(月)～

12月1日(金)まで 問合せ 子育て支援課 母子担当 ☎62-10825

健診後の健康相談

平成29年度に特定健診や人間ドックをご利用いただいた方(健康保険の種類に関わらずご利用いただけます)を対象に食事や運動など生活習慣改善に関する相談を行います。

日時 12月1日(金)、12月8日(金) 13時～15時の間30分ごと受付、各定員3名 対象 健診の結果、生活習慣の改善が必要とされた方(メタボリックシンドローム基準該当と予備軍該当の方は特定保健指導をご利用ください)

内容

- ①受付②計測 ③検査(検尿、体脂肪測定、血圧測定：各必要な方のみ) ④生活に関する相談(保健師) ⑤食事に関する相談(栄養士) ⑥運動に関する相談(健康運動指導士)

※所要時間は概ね1時間前後 持ち物 受診した健診結果、健康手帳(お持ちの方のみ) 申込み 11月24日(金)まで 問合せ 健康いきいき課 健康管理担当 ☎62-10716

ヘルスアップクッキング講座(骨粗鬆症予防)

日時 12月13日(水) 10時～13時 受付 9時50分 対象 1人300円(食材料費) 費用 20名程度 持ち物 エプロン、三角巾、健康手帳(お持ちの方) 申込み 11月30日(木)まで 問合せ 健康いきいき課 健康管理担当 ☎62-10716

メニュー

- ・鮭のホイル焼き 小松菜と豆腐のじゃこ炒め かぼちゃのサラダ

子育て情報

子育て広場「レビ」ふれあい教室

「ふれあい交流センター会場」ふれあい教室うさぎ 12月18日(月) 赤ちゃん体操・アロマ

日時 12月17日(日) 10時30分～11時 対象 0歳～2歳のお子さんと保護者 持ち物 バスタオル 申込み 11月24日(金)まで 問合せ 健康管理担当 ☎62-10716

第35回嵐山町健康マラソン大会の参加者を募集します

日時 12月17日(日) ※小雨決行 受付 8時～8時20分 開会式 8時30分 スタート 9時～11時40分 場所 嵐山町総合運動公園

- 第1部 1,000m(小学4年～6年生男子) 第2部 1,000m(小学4年～6年生女子) 第3部 1,000m(ファミリー)

「小学生以上の家族・親子、夫婦、兄弟、姉妹等で2人以上何人でも可」 ※第3部は参加申込時、申込書に《自己申告タイム》を記入し、大会当日の《実測タイム》との差が少ないファミリーが上位となります。

- 第4部 駅伝【1,300m×4区間】(小学4年～6年生女子) 第5部 駅伝【1,300m×4区間】(小学4年～6年生男子) 第6部 駅伝【1,500m×5区間】(中学生女子) 第7部 駅伝【2,000m×5区間】(中学生男子) 第8部 1,000m(中学生以上)

図書館

問合せ 知識の森嵐山町立図書館 ☎62-6989

今月の特集コーナー

「身近な仕事・意外な仕事」をテーマに本を紹介しています。11月23日は勤労感謝の日ですが、元々は収穫を祝うための行事だったそうです。この機会に様々な仕事について考えてみませんか?

おはなしの森

日時 11月18日(土) 11時 対象 小学生から大人まで 場所 2階おはなしコーナー 内容 すばなし、紙芝居など ※「すばなし」とは、絵本等何も用いず、「語り伝える」おはなしです。

ちいさいさんのおはなし会

日時 11月21日(火) 10時30分～10時50分 場所 1階会議室

上女子 第9部 1,000m(中学生以上男子) 第10部 5,000m(中学生以上男女) 費用 無料 申込み 11月30日(木)まで(申込用紙は町ホームページに掲載)

問合せ 嵐山町体育協会事務局 (文化スポーツ課内) ☎62-10824

大会結果

第51回比企郡民体育大会

●ゴルフ 日程 8月29日(火) 場所 鳩山カントリークラブ 優勝 嵐山町



上映会のご案内

内容 わらべうたや手遊び、絵本の読み聞かせなど ※終了後、おもちゃをお出しして会場を開放します。

おはなしレポレ

作劇場完結版(90分) 2001年BSフジ放映 11月16日(木) 『シヤレド』(113分) 監督・スタンリー・ドーネン 1963年アメリカ 12月7日(木) 『ながらえ』(65分) 作・山田太一 昭和57年NHK放送 『語り芝居 みんなの民話』(30分) 語り・市原悦子 2013年

図書館員のおすすめ本

【一般書】



『長いお別れ』 中島京子 著 文藝春秋 2015年5月 Fナカ 少しずつ記憶をなくして、ゆつくりゆつくり遠ざかって行くといわれる認知症を患う父と、見守る家族を通して幸福とは何かを問う連作短篇。第10回中央公論文芸賞受賞作品。

【児童書】



『夢へ翔けて』 ミケラ・デプリンス 著 ポプラ社 2015年6月 76ページ

木曜シネマ

11月9日(木) 『赤毛のアン』(アニメ世界名)

名作映画鑑賞会

11月19日(日) 『グッドモーニング・バビロン!』(118分) 監督・脚本・パオロ&ヴィットリオ・タヴィアーニ 1987年イタリア

『秩父夜祭』(30分)

1977年イギリス 『クリスマス・キャロル』(60分) 原作・チャールズ・ディケンズ 監督・モイラ・アームストロング 1977年イギリス