

子育てだより



相談・健診

問健康いきいき課 TEL0493-59-6911 場こども家庭センター(健康増進センター内)

相談・健診名	日 時	対 象	持ち物
乳幼児相談	10月7日(火) 予約制	乳幼児(0歳児～就学前のお子さん)	▶母子健康手帳 ▶バスタオル ▶フェイスタオル
3歳児健診	10月21日(火)	令和4年3月～5月生まれの お子さん	▶母子健康手帳 ▶バスタオル ▶お子さんの尿

子育て広場「レピ」ふれあい教室

問福祉課 TEL070-4804-5287(予約) 場こども家庭センター(健康増進センター2階)



内 容	日 時	対 象	持ち物
骨盤ストレッチ	9月1日(月)10時30分～11時	就学前のお子さんと保護者	▶バスタオル
ベビーマッサージ	9月29日(月)10時30分～11時	0歳～1歳のお子さんと保護者	
骨盤ストレッチ	10月6日(月)10時30分～11時	就学前のお子さんと保護者	
ベビーマッサージ	10月20日(月)10時30分～11時	0歳～1歳のお子さんと保護者	

※全教室、予約が必要です。

令和8年度嵐山幼稚園新入園児を募集します

問教育総務課 TEL0493-62-0823
問嵐山幼稚園 TEL0493-62-2108

募集人員 3歳児30名

応募資格 ▶ 令和7年10月1日現在、嵐山町に居住し、住民基本台帳に登録されている方
▶ 令和4年4月2日から令和5年4月1日までに生まれた方

申 申込書を10月1日(水)～10日(金)の期間中に教育総務課へご提出ください。※8時30分～17時15分(土日を除く)
※申込書は、9月8日(月)より、教育総務課で配布します。また、町ホームページからもダウンロードができます。

入園予定児の決定日時・場所

申込者が募集人員を超えた場合、抽選会を実施します。定員を超えない場合でも、入園説明会を開催しますので、入園希望者は必ず出席してください。※連絡なく欠席の場合は、入園希望のないものとみなします。

日 10月14日(火)10時～ 場 嵐山幼稚園 保育料 無料

その他 4・5歳児の入園希望については個別にご相談ください。

【体験入園のお知らせ】

対 入園を検討されている対象児のお子様 日 9月17日(水)10時～ 場 嵐山幼稚園 遊戯室

申 9月8日(月)～16日(火)までに嵐山幼稚園(Tel0493-62-2108)にご連絡ください。

全国国公立幼稚園・こども園教育研究協議会にて提案発表

7月25日、26日に、第72回国公立幼稚園・こども園教育研究協議会が開催されました。嵐山幼稚園も埼玉県代表として提案発表をしました。本園の研究主題は、「つながる輪で輝く笑顔～家庭、地域、関係機関、民間企業との協働で、わくわく楽しい幼稚園」です。埼玉県が取り組んでいる子育てのめやす「三つのめばえ」をもとに、嵐山町内や近隣の施設との協働や人材活用4事例の指導実践を発表しました。全国の参加者から「嵐山町が公立幼稚園を大切にし、チームらんざんとして、町の宝として子供たちの成長を見守り、支援していることに驚きを感じました」「この実践を参考に町や地域、民間企業と連携していきます」との感想や意見が出されました。園を応援してくださる皆さまに心より感謝いたします。



元気あっぷ通信



フレイル予防のポイント、運動の中から、今回はタオルを使って膝うらを伸ばすストレッチをご紹介します。

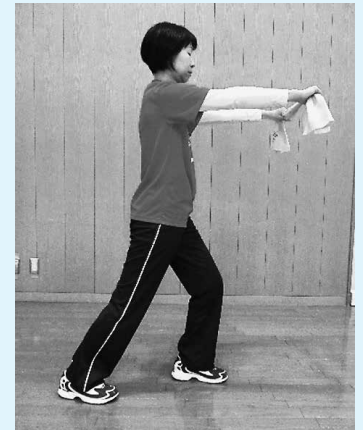
今日から始めよう！筋力アップ

タオル体操③

タオルを持って膝のうしろを伸ばす

タオルを使った 下半身のストレッチ

- ①片足を前に出し、ゆっくりひざを曲げる。
- ②後ろの足は、かかとを上げないようにして
ゆっくり伸ばす。
※タオルをもった手は、前に伸ばしても上に
上げてよい。(10秒×交互に2回)
ポイント：足幅を広くとり転倒を予防する。



●この運動で痛みが増す時は速やかに中止し、理学療法士・医師などに相談ください。

問長寿生きがい課 TEL0493-62-0718

らくらく健康塾

～カラダととのう食事と運動のいい塩梅講座～

問健康いきいき課 TEL0493-59-6911

趣味やお仕事を続けるには身体のケアも大切！教室に参加して運動や食事など日頃の生活習慣を見直してみませんか？

日 10月15日(水) 運動 10月28日(火) 栄養 ※両日とも10時～11時30分

場 北部交流センター(10月15日)/健康増進センター(10月28日) ※会場は変更となる場合があります。

対 20歳～64歳の町民 定 20名(先着順) ※定員になり次第締切 料 無料

申 9月8日(月)～26日(金) オンライン、電話

内 運動講座…ウォーキングなど 栄養講座…講話/塩分濃度計測など 参加特典もあります。



申込みフォーム

健康セミナーを開催します！

問健康いきいき課 TEL0493-59-6911

「災害時に命と健康を守るには？～防災食を考えよう！～」

講師 (公社)埼玉県栄養士会 JDA-DAT担当理事 関口 礼子 氏

大規模自然災害発生時に、被災地の栄養・食生活支援活動をされている関口先生に、避難所で生じる健康課題や、日頃の備え、パッキングなどについてご講話いただきます。皆さまのご参加をお待ちしております。参加者特典として、防災食(試食用)、コバトンALKOOマイレージポイントを差し上げます。

日 10月30日(木) 14時～15時30分(受付13時45分～) 場 町民ホール 持ち物 筆記用具 対 町民

定 100名(先着順) 申 9月10日(水)～10月24日(金) オンライン、電話 ※定員になり次第締切



申込みフォーム

埼玉県救急電話相談をご存知ですか？

問健康いきいき課 TEL0493-59-6911

急な病気やけがの際に、家庭での対処方法や医療機関への受診が必要かを看護師が電話で24時間、年中無休で対応しています。救急車を呼ぶほどではないが、救急に受診が必要なときやお医者さんに行くべきか迷ったら、まず相談してみましょう。

電話番号 #7119※ダイヤル回線・I P 電話・都県境の地域の場合はTel048-824-4199