

健康・子育て支援センターカレンダー 10月

☎…なかよし広場 ■…要予約 定…定員 ■…持ち物 ●…対象

日	曜日	事業	時間	場所	備考
1	土				
2	日				
3	月	☆(午前) わくわくタイム ☆(午後) わくわくタイム ●予防接種(ポリオ)	10:00~12:00 13:30~15:30 13:15~14:00(対象地区) 13:30~14:15(対象地区外)	藤久保児童館 保健センター	●0~5歳児(午前) 9月30日(金)おひさま広場予備日 対象地区:上富・北永井 ●3カ月~7歳カ月未満 ●母子手帳
4	火	☆☎(1歳児) ☆☎(2歳児~)	10:00~12:00	子育て支援センター	
5	水	●Mama's Time(両親学級)	10:00~11:45	保健センター	要予約 ●母子健康手帳、筆記用具 動きやすい服装(簡単なストレッチあり)
6	木	☆☎(0歳児ねんねひろば)	10:00~12:00	子育て支援センター	
7	金	☆☎(0歳児ハイハイひろば) ●1歳6カ月児健診 ●育児相談	10:00~12:00 13:00~13:40 9:15~10:00(時間厳守)	子育て支援センター 保健センター 保健センター	●平成22年3月生 ●0歳~就学前までの希望者 ●母子健康手帳
8	土				
9	日				
10	月				
11	火	☆☎(2歳児~) ●2歳児歯科健診	10:00~12:00 13:00~13:40	子育て支援センター 保健センター	11月1日(火)楽しいおもい掘り [予約開始] ●平成21年3月生
12	水	☆☎(0歳児ねんねひろば) ●Mama's Time(両親学級)	10:00~12:00 10:00~11:45	子育て支援センター 保健センター	要予約 ●母子健康手帳、筆記用具
13	木	☆☎(0歳児ハイハイひろば)	10:00~12:00	子育て支援センター	
14	金	☆☎(1歳児) ●4カ月児健診	10:00~12:00 13:00~13:40	子育て支援センター 保健センター	●平成23年6月生
15	土	●Mama's Time(両親学級)	9:30~12:00	保健センター	要予約 ●母子健康手帳、筆記用具、歯ブラシ、コップ、タオル、手鏡
16	日				
17	月	☆おひさま広場 「みんなでニコニコしゃぼん玉」 ●予防接種(ポリオ)	10:00~12:00 13:15~14:00(対象地区) 13:30~14:15(対象地区外)	町緑地公園 保健センター	●0~5歳児 雨天:場所(藤久保児童館) 桑の実三芳保育園子育て支援センター共催 対象地区:藤久保1~3区 ●3カ月~7歳カ月未満 ●母子手帳
18	火	☆☎(1歳児) 3歳児健診 ●Mama's Time(両親学級)	10:00~12:00 13:00~13:40 10:00~11:45	子育て支援センター 保健センター 保健センター	●平成20年3月生 要予約 ●母子健康手帳、筆記用具
19	水	☆☎(0歳児ねんねひろば)	10:00~12:00	子育て支援センター	
20	木	☆☎(0歳児ハイハイひろば)	10:00~12:00	子育て支援センター	
21	金	☆☎(2歳児~)	10:00~12:00	子育て支援センター	
22	土				
23	日				
24	月	☆(午前) なかよし講座 「かわいいマペット作り」 ☆(午後) わくわくタイム ●予防接種(ポリオ)	10:30~12:00 13:00~15:00 13:15~14:00(対象地区) 13:30~14:15(対象地区外)	藤久保児童館 藤久保児童館 保健センター	●講座:0~5歳児 定親10組 ●250円 ●10月11日(火)より受付(電話可) ●0~5歳児 対象地区:藤久保4~6区 ●3カ月~7歳カ月未満 ●母子手帳
25	火	☆☎(0歳児ハイハイひろば)	10:00~12:00	子育て支援センター	
26	水	☆☎(2歳児~)	10:00~12:00	子育て支援センター	
27	木	☆☎(1歳児)	10:00~12:00	子育て支援センター	
28	金	☆おでかけなかよし広場 ●10カ月児健診	10:00~12:00 13:00~13:40	竹間沢旧池上家 保健センター	●0~5歳児 ●平成22年12月生
29	土				
30	日				
31	月	(午前) わくわくタイム「お誕生会」 (午後) わくわくタイム	10:00~12:00 13:00~15:00	藤久保児童館	●0~5歳児

【問い合わせ】●保健センター☎258-1236・FAX 258-5994 ☆子育て支援センター☎258-5106・FAX 258-5136

1 認知症相談

最近、ご自身またはご家族の中で、物忘れが目立つ・ささいなことなどで怒るなど、認知症ではないかと心配をされている人がいましたら、お気軽にご相談ください。

- 【日程】10月12日(水)
- 【時間】午後1時30分~3時30分
- 【場所】竹間沢公民館2階図書室
- 【内容】個別相談【費用】無料
- 【定員】6人(予約制)
- ※相談時間は一人約30分です。
- 【相談員】・地域包括支援センター
・在宅介護支援センターみずほ苑
・在宅介護支援センターはなまる

2 認知症 サポーター養成講座

認知症について正しく理解し、認知症の人やその家族を暖かく見守り、応援する認知症サポーターを養成する講座を開催します。

- 【日程】10月28日(金)
- 【時間】午後2時~3時30分
- 【場所】竹間沢公民館ホール
- 【内容】・認知症とは…
・認知症の人への接し方など
- 【講師】キャラバンメイト
- 【定員】50人【費用】無料

3 いもっこ体操 地域サポーター養成講座

「いもっこ体操」は、身体の基本となる筋力を落とさないように考えられた体操で、現在7か所の地区で実施しています。

「サポーター」の活動例

- いもっこ体操の会場準備、受付声かけなど。
- 【対象】介護予防に関心があり、自ら健康になりたい人
- 【場所】藤久保公民館ホール
- 【定員】30人【費用】無料
- 【日程・内容】(一)は講師
■1日目 10月26日(水)「午後1時30分~3時30分」・高齢者の心身機能について(理学療法士)
■2日目 11月9日(水)「午前10時~正午」・高齢者の身体機能を高めるためには(健康運動指導士)
■3日目 11月16日(水)「午後1時30分~3時30分」・高齢者の筋力トレーニング(理学療法士)
■4日目 11月30日(水)「午後1時30分~3時30分」・高齢者に忍び寄る栄養問題(管理栄養士)
- ※全日程、いもっこ体操実技あり
- ①~③申込み・問い合わせ
健康増進課地域包括支援センター
(☎)188(FAX)2741107

高齢者インフルエンザ予防接種

昨年の新型インフルエンザ(A/H1N1)は、平成23年4月1日から通常の季節性インフルエンザに変わりました。それに伴いインフルエンザ予防接種の接種費用の助成対象も下記のとおりとなりました。

【助成対象】接種日において①年齢が満65歳以上の希望者、②年齢が60歳以上65歳未満の人で一定の障害を有し、接種を希望される人。

(①②以外の方は、対象となりません。)

【自己負担金】1,000円(生活保護世帯:無料)

【実施期間】10月20日(木)~12月25日(日)

【接種場所】三芳町・富士見市・ふじみ野市の委託医療機関

※上記以外の医療機関での接種希望者は、保健センターにて事前に手続きが必要です。

【接種方法】医療機関に電話予約の上、健康保険証を持参し接種してください。(予約票は医療機関にあります。生活保護世帯は生活保護受給者証を持参してください。)

※接種前に医療機関に置いてある予防接種の説明を必ず読みご理解の上、お受けください。

☎保健センター☎258-1236 FAX 258-5994

【三芳町内委託医療機関】

医療機関名	住所	電話番号
安田医院	上富402-5	258-3251
三芳診療所	藤久保3990-5	258-6713
橋本医院	藤久保345-46	258-5258
イムス三芳総合病院	藤久保266-1	258-2323
埼玉セントラル病院	上富2177	259-0161
三芳野病院	北永井890-6	259-3333
山田内科クリニック	北永井3-11	259-4462
富士内科クリニック	藤久保16-15	257-0601
遠山脳神経外科	北永井997-5	274-7666
あさの内科クリニック	みよし台6-14	274-6221
こうの医院	北永井694-5	257-8187



富士見市健康増進センター内 東入間医師会 第二休日診療所

〒405-0002 富士見市鶴馬3-3-12

●休日診療時間 9時~16時

休日・小児時間外診療 所のご案内

- 休日診療日 日曜、祝日
- および年末年始(12月31日~1月3日)
- ▼小児時間外診療日 月曜~土曜
- ←ふじみ野市駒林3553
- ☎(264)95992
- 休日診療時間 9時~16時、20時~23時
- ▼小児時間外診療時間 20時~22時

<http://www.ne.jp/asahi/higashi-iruma/med/>