

# 元気な登山っ子 登場!!

3歳未満で市内在住のお子さんの写真を掲載します。サービス版の写真の裏面に、お子さんの氏名(ふりがな)生年月日を記入し、別紙に保護者の氏名、住所、電話番号、写真に関するコメント(20字程度)を書いて、裏表紙記載の広報課まで封書でお送りください。写真を多数お寄せいただいているため、抽選で掲載します。また、お寄せいただいた写真は返却しませんのでご了承ください。  
問合せ広報課へ内線7162



●バスタイムはいつもご機嫌です(東三ツ木・荒井翔英くん・1歳3か月)



●お父さんの足の上に乗せると大喜びしました(北入曾・石平光翼くん・4か月)



●種がほっぺについているよ!!(南入曾・山崎航平くん・2歳)



●初めての水着、似合ってる?(堀兼・田中杏里ちゃん・2歳8か月)



長澤照子さん(富士見在住・70歳)

「水泳を始めて19年めになります。風邪をひきにくくなりましたし、お友だちと週に2回一緒に泳ぐのはとても楽しく、気持ちも若返りますね。」



のびのび  
子ども

●育児学級  
日時9月17日(水)、9時~11時30分と24日(水)、10時~11時30分 対象平成15年1月25日~4月17日生まれの第1子 定員25組 申し込みが必要  
申込み保健センターへ☎95811



すくすく  
マタニティ

●マタニティスクール  
日時9月9・10・16日(火・水)、9時~12時と17日(水)、10時~12時(全4回) 対象平成15年11月17日~16年3月9日出産予定の初妊婦 定員45名 費用350円(調理実習費) 父親の参加も歓迎 申込み保健センターへ☎9595811



すこやか  
おとな

●在宅身体障害者  
福祉相談会  
日時9月 会場

日時	会場
8日(月) 10時~12時	広瀬公民館
1日(月) 13時~15時	狭山台公民館
8日(月) 10時~12時	中央公民館
1日(月) 13時~15時	富士見公民館

内容在宅身体障害者の方の介護相談、在宅福祉サービス情報の提供や利用の援助など。肢体不自由の方には、障害を持つ方が相談に応じるピアカウンセリングも実施 問合せ障害者福祉課内線15991 身体障害者療護施設大樹の家生

活相談室(当日会場)で受け付け ☎9555 2941

●介護しているご家族も健康診査を受けましょう  
在宅で寝たきりの方を介護して、健康診査の受診が困難な家族のために実施します。期間9月1日(月)~11月28日(金) 場所市内指定医療機関、保健センター 対象介護保険の要介護度4以上の家族を自宅で介護している、市内在住の30歳以上の方 申込み保健センターへ☎9595811



いきいき  
高齢者

●高齢者元気ハツラツ教室  
介護が必要にならないよう、いつまでも元気であるためのポイントを学びませんか。  
日時・内容 9月 6日:子ども達と一緒に手作り遊び  
13日:転倒骨折予防のための筋力アップ・バランス運動など(いずれも土曜日の10時~12時) 場所堀兼公民館 対象おおね65歳以上の方 定員30名 持参品運動しやすい服装、タオル 申込み9月5

# 健康カレンダー 9月

## ●乳幼児健康診査

	健診日	対象	持参品
4か月児	3日(水)	平成15年4月5日 ～4月27日生まれ	母子健康手帳、 健康診査票
	26日(金)	平成15年4月28日 ～5月20日生まれ	
1歳6か月児	12日(金)	平成14年2月16日 ～3月10日生まれ	母子健康手帳、健康診査票、歯ブラシ
3歳児	9日(火)	平成12年5月19日 ～6月10日生まれ	母子健康手帳、健康診査票、歯ブラシ、採尿、目と耳の検査結果

いずれも13時～14時に受け付け。ほかの機関で健診を受けた方は保健センターにご連絡ください

## ●乳幼児健康相談・身体計測

日時11日(木)、9時～10時 対象 相談...就学前の乳幼児計測のみの方...平成14年10・12月、平成15年2・4・6・8月生まれ 持参品母子健康手帳

## ●離乳食講習会・試食と相談

日 時	対象児
11日(木)、9時30分～11時	3～12か月児(離乳食初期～後期)
3・26日(水・金)13時45分～15時	3～8か月児(離乳食初期)

## ●ツベルクリンと判定・BCG(会場は教育センター)

接種日		対象	時間
ツベルクリン	BCG		
2日(火)	4日(木)	平成14年11・12月生まれ	ツベルクリン10時～11時 判定・BCG
8日(月)	10日(水)	平成15年1・2月生まれ	①10時～11時 ②13時～14時

持参品母子健康手帳、予防接種予診票 ツベルクリン実施時に①か②をお知らせします。生後3～48か月の間に1回受けてください。ツベルクリン反応検査で陰性の方は、BCG接種になります。対象児以外で未接種の方は、保健センターに申し込んでください(電話も可、先着順)

## ●肺検診

日 時	対象	内容
29・30日(月・火)13時～15時	16歳以上で他で検診を受ける機会のない方	胸部レントゲン、喀痰検査(30歳以上で、6か月以内に血痰があったか喫煙指数600以上)

## ●大腸がん検診容器配布

申込日時29・30日(月・火)13時30分～16時 対象昭和14年4月1日～49年3月31日生まれ 配布場所保健センター

## ●O 157など食中毒にご注意ください

食中毒にならないよう、清潔な調理器具や食器を使い、食べ物は十分加熱してから食べましょう。相談・問合せ狭山保健所☎954 6212か保健センターへ☎959 5811

## ●休日診療急患センター

診療科目内科、外科、小児科、歯科 診療日7・14・15・21・23・28日、9時～12時と13時～17時(歯科は15時まで) 所在地狭山台3 24 電話番号☎958 8771

## ●日曜・祝日の急患

医療機関名	診療科目	所在地・電話番号
狭山厚生病院	小児科、内科、皮膚科 午前中は一般診療	中央1 24 10 ☎957 9111
人間川病院	内科、外科、脳外科、小児科、 胃腸科、循環器科、整形外科、 眼科、泌尿器科、肛門科、呼吸器科	祇園17 2 ☎958 6111
狭山中央病院	内科、外科、脳外科、整形外科、 胃腸科、循環器科、皮膚科	富士見2 19 3 ☎959 7111
至聖病院	内科、外科、脳外科、整形外科、 小児科、皮膚科	下奥宮1221 ☎952 1000
狭山病院	内科、外科、小児科、循環器科、 脳神経外科、整形外科、泌尿器科、 肛門科、呼吸器科、消化器科、 婦人科、皮膚科	鷺ノ木1 33 ☎953 6611

いずれも急患のみ。日程により当番医が替わりますので、受診前にお問い合わせください

## 狭山健康市民大学を開講

開催日	内容	講師
9月9日(火)	開講式、人生90年時代を健やかに生きる	明治生命フィナンシャルズ研究所・山神克允氏
9月16日(火)	食生活の自己チェック法を学ぼう	市管理栄養士
10月7日(火)	たばこ・アルコールと健康	狭山保健所保健師
10月21日(火)	毎日無理なく身体を動かそう すこやか体操のすすめ	武蔵野短期大学教授・ 輪嶋直幸氏
11月6日(木)	積極的に歩こう ウォーキングのすすめ	埼玉県ウォーキング 協会専任講師
11月20日(木)	薬の正しい知識と使い方 サプリメントについて	狭山市薬剤師会
12月2日(火)	自分を見つめよう こころの健康を保つ実践法	臨床心理士・ 天羽和子氏
12月16日(火)	痴呆症とは何か 予防はできるのか	平沢記念病院長・ 平澤秀人氏
1月13日(火)	正しい歯磨き法を身につけよう	市歯科衛生士
1月22日(木)	健診を上手に生かして健康づくりほか、修了式	市保健師

時間はいずれも9時30分～11時30分  
対象市内在住・在勤の方 定員50名 場所市役所ほか 申込み8月20日(水)から健康推進課へ☎956 8050

9月5日(金)までに高齢者福祉課内線  
1573か堀兼公民館へ☎958 4050

●65歳以上健康診査を実施します  
9月～11月に市内指定医療機関で、65歳以上の方を対象に基本健康診査を実施します。該当する方には8月下旬に、はがきでお知らせします。希望者は必ずはがきを持って受診してください。

問合せ保健センターへ☎958 811