

子育て



6月の元気館  
 子育て講座・イベント

園保育課 TEL47-7785 FAX20-4201

- ▶定員…35組程度（予約制）
- ▶申し込み…各予約開始日以降、市ホームページから、または直接元気館1階保育課へ。
- ※窓口予約の受け付けは、祝日を除く月～金曜の9:00～15:30。
- ※予約の受け付け終了時には、すくすくネットかしわざきでお知らせします。

すくすくネット  
 かしわざき▶



親子であ・そ・ぼ！

親子でリズムエクササイズ

- ▶内容…音楽に合わせて体操。育児による腰痛や肩こりを改善し、リフレッシュしましょう。
- ▶講師…小山久子さん（インストラクター）
- ▶とき…6月6日(木) 10:30～11:30
- ▶対象…3歳以下（未就園）のお子さんと保護者1人
- ▶予約開始日時…5月27日(月)9:00



予約は  
 こちら



子育てキラキラ講座

親が守ろう子どもの歯

- ▶内容…子どもの歯のケアの仕方を学びます。
- ▶講師…村山恵子さん（歯科医師）
- ▶とき…6月20日(木) 10:30～11:30
- ▶対象…3歳以下（未就園）のお子さんと保護者1人  
 ※保護者のみの参加も可。
- ▶予約開始日時…6月10日(月)9:00



予約は  
 こちら



6月の乳幼児健診、  
 妊娠期・子育て期のセミナー

園子育て支援課 TEL20-4215 FAX20-4201



▶ところ…健康管理センター

要予約 は、各申込期間に、右の二次元コードまたは電話で予約してください。  
 ※電話予約は、祝日を除く月～金曜の8:30～17:15。



乳幼児健康診査

- ▶時間…13:00開始（12:50～13:50受け付け）
- ※1歳6カ月児歯科健診の受け付けは13:30まで。
- ※生まれた日が15日までの方は前半に、16日以降の方は後半に受診してください（3歳児は17日までの方が前半、18日以降の方が後半）。

	4カ月児	10カ月児	1歳6カ月児
対象誕生日	令和6年2月	令和5年8月	令和4年11月
とき	前半	6/12(木)	6/4(木)
	後半	6/27(木)	6/25(木)
内容	問診、計測、診察（内科）、保健指導		

	1歳6カ月児歯科	3歳児（内科・歯科）
対象誕生日	令和4年10月	令和3年3月
とき	前半	6/5(木)
	後半	6/19(木)
内容	診察（歯科） フッ素塗布（希望者） 歯科相談	問診、計測、診察、検尿、 屈折検査、フッ素塗布（希望者）、保健指導

持ち物 母子健康手帳、バスタオル（パパママセミナーは不要）

要予約 出産前のパパママセミナー

▶定員  
 15組

▶時間…13:30開始（13:15～受け付け）

とき	妊娠7～9カ月の 妊婦とパートナー
内容	沐浴体験、赤ちゃんとの生活をイメージしよう
申込期間	5/10(金)～6/10(月)



要予約 すくすく広場 ▶定員…各20組

▶時間…9:30開始（9:15～受け付け）

	2カ月児	5カ月児
対象誕生日	令和6年4月	令和6年1月
とき	6/21(金)	6/7(金)
内容	ベビーマッサージ、保護者の交流、子育て相談	離乳食の進め方、子育て相談
申込期間	5/21(木)～6/20(木)	5/7(木)～6/6(木)

要予約 2歳児子育てと歯科相談 ▶定員…15組

- ▶対象誕生日…令和4年5月
- ▶とき…6月18日(木)9:30開始（9:15～受け付け）
- ▶内容…子育て相談、歯科相談（口腔チェック、RDテスト）
- ▶申込期間…5月17日(金)～6月17日(月)

児童クラブ夏休み利用（期間限定）を受け付けます

▶対象…市内に住所があり、同居している保護者（69歳以下の祖父母などを含む）が就労などで留守になる小学生

▶使用料…登録期間の日割りによる使用料（月額4,750円、8月のみ9,500円）

※使用料の他に、保護者会で定められた保護者会費が必要です。

▶申し込み…6月12日(水)までに、入会許可申請書と必要書類を直接、元気館2階子育て支援課または各児童クラブへ。

※土・日曜、祝日を除く。

※入会許可申請書や必要書類は、子育て支援課と各児童クラブにある他、市ホームページからダウンロード可。詳細は市ホームページをご覧ください。

☎子育て支援課

TEL 47-7075

FAX 22-1077



健康



高齢者肺炎球菌予防接種料を補助します

▶対象…肺炎球菌予防接種を受けたことがなく、次のいずれかに当てはまる方（接種は任意）

①満年齢65歳の方

②60歳以上65歳未満の方で、心臓・腎臓・呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障がい（身体障害者手帳1級相当の障がい）のある方

③東日本大震災被災者の方で、①または②に当てはまる方

▶自己負担額…4,700円（生活保護世帯の方は無料）

▶補助期間

●対象の①の方 = 65歳の誕生日の前日から66歳の誕生日の前日まで

●対象の②の方 = 60歳の誕生日

の前日から65歳の誕生日の前日まで

※期間外の接種は補助対象外。

▶予診票などの送付時期（申し込み不要）

●対象の①の方 = 65歳の誕生日の翌月上旬

●対象の②の方 = 5月中  
※これから60歳の誕生日を迎える方は誕生日の翌月上旬。

※医療機関への予約は、各自で行ってください。

※再接種の必要性については、かかりつけ医にご相談ください。再接種する場合、補助はありません。

☎健康推進課

TEL 20-4211

FAX 22-1077



従業員のための  
出前講座

からだスッキリ講座

☎健康推進課

TEL20-4213 FAX22-1077

詳細は  
こちら



健康で元気に働き続けるためのヒントや、目からウロコの情報をお伝えします。職場の「健康経営®」の推進や衛生講話におすすめです。

参加者の声

- 自分のためになったので本当に良かったです
- 家族の健康も考え、健康な生活を送れるように気を付けたいです

参加企業担当者の声

社員が楽しそうに熱心に講座を聞いている姿を見て、感無量です。社員の健康寿命が延びて、皆で元気に働きたいと思います。

保健師

- 健診結果の活用法
- 生活習慣病、糖尿病を知る
- こころの健康
- 新社会人が身につけたい健康管理スキル

理学療法士

- 職場でできる簡単筋トレ
- 腰痛撃退！予防体操と職場環境
- からだ年齢チェックと若返りのコツ
- からだの中身が分かる！体組成測定

講話メニューの例

栄養士

- かしこく選んで無理なく減量
- 上手に食欲コントロールする方法
- 仕事の効率を高める食事

歯科衛生士

- 後悔しないお口の健康づくり
- 調べてみよう！（ガムを使って噛む力、唾液検査でむし歯菌）

▶内容…要望に合わせてテーマを決め、専門スタッフが講話や実技を行います。

▶所要時間…30分～2時間

※好きな日時を選択。昼休み、勤務終了後、土・日曜も可。

▶対象…市内の企業や事業所に勤務する従業員

▶申し込み…希望日の1カ月前までに、電話またはEメール（企業または事業所名・担当者氏名・電話番号・講座希望日・講座内容・参加予定人数を記入）で、健康推進課へ。

からだスッキリ講座 実践編

ベルトの穴を一つ減らす!!

内臓脂肪減少を完全バックアップする企画もあります。

