

# 青木地区だより

R5.5月作成

学習プラザでは、おやこの遊びひろばやふれあいセミナーを開催中(水・金・土)

## 地域保健センターのご案内

- ☆妊娠中…体調や出産等に向けてのご相談  
ウェルカムベビー教室(沐浴など)
- ☆出産後…ママと赤ちゃんの健康や育児の相談  
産後ケア、各種健診、離乳食教室、予防接種
- ☆乳児から学齢期…発育発達や育児、予防接種、思春期の相談  
赤ちゃんから高齢者まで、健康の相談窓口です

笑顔がたくさん地域にしたい!

## 青木保健ステーション

電話 048-256-9711

## 子育て世代包括支援センター

子育ての心配はどうしたら?  
青木地区の保健師と一緒に考えてみませんか?

赤ちゃんの身体計測もできますよ

図書館では、おはなし会もやっています。

いろいろなイベントを開催しています!

## 外遊びに☆

## 遊具のある公園

- ☆青木町公園
- ☆中青木公園
- ☆青木2丁目公園
- ☆中央通り公園
- ☆上青木1丁目公園
- ☆前川第6公園



出かけてみてね!

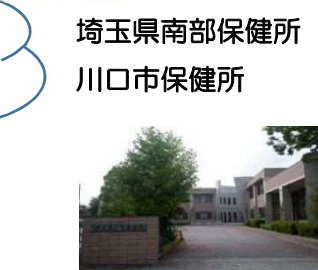
## 保育所・一時保育

- 1 南青木保育所(一時保育有・子育て支援センター)
- 2 川口青木おおぞら保育園
- 3 青木北保育所
- 4 たいよう保育園中青木園
- 5 西青木クマさん保育園
- 6 青木保育所
- 7 ドルフィンキッズ保育園
- 8 上青木西保育所(一時保育有)
- 9 前川南保育所
- 10 上青木保育所(一時保育有)
- 11 たいよう保育園WEST
- 12 しいのみ保育園
- 13 前川保育所

※小規模保育所もあります。

## 幼稚園

川口アソカ幼稚園、青木錦生幼稚園、ふじみ幼稚園、清泉幼稚園(こども園)



武道場(スポーツジム)



青木町公園運動場



川口警察署



青木保健ステーション



川口市役所第2庁舎



川口市役所



SKIPシティ(プラネタリウム、科学館)



川口市立高等学校



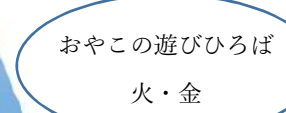
水道局



オートレース場



子ども発達相談センター(るる)



おやこの遊びひろば 火・金

おやこの遊びひろば(水・金)  
びよびよなかま

前川公民館  
前川図書館

前川南公民館  
おやこの遊びひろば 火・水

上青木公民館  
おやこの遊びひろば 火・水・木

おやこの遊びひろば 土・日  
青木保健ステーション

青木公民館  
青木東公民館

青木会館





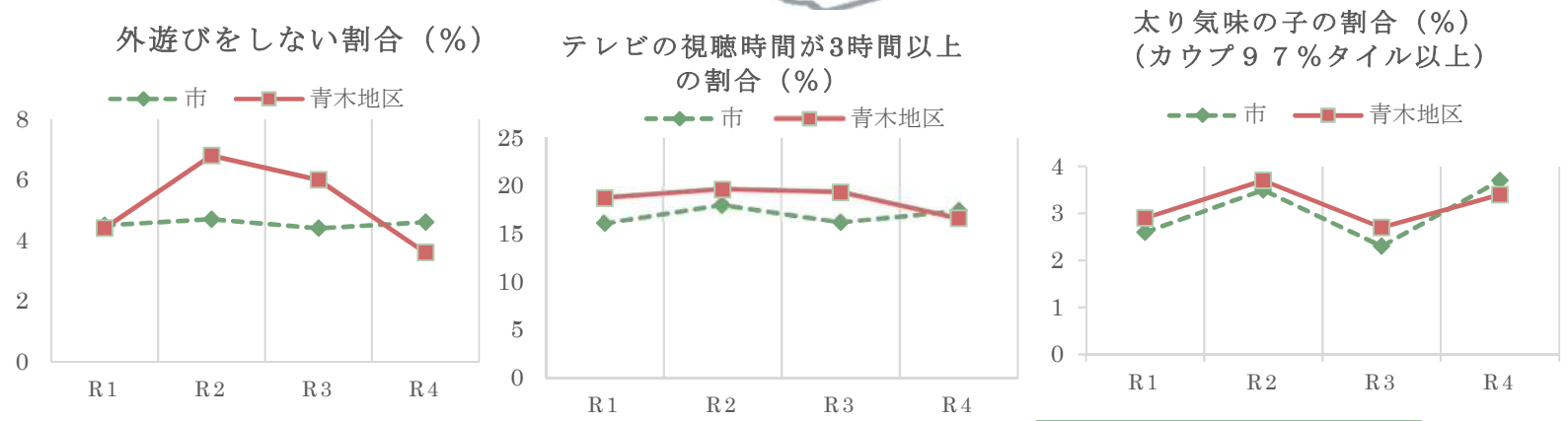
# 青木地区のみなさまの健康状態は…？



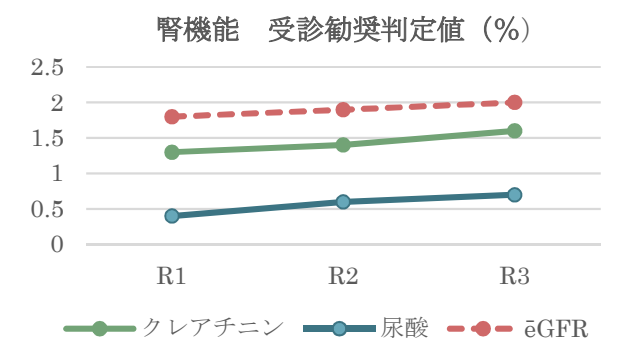
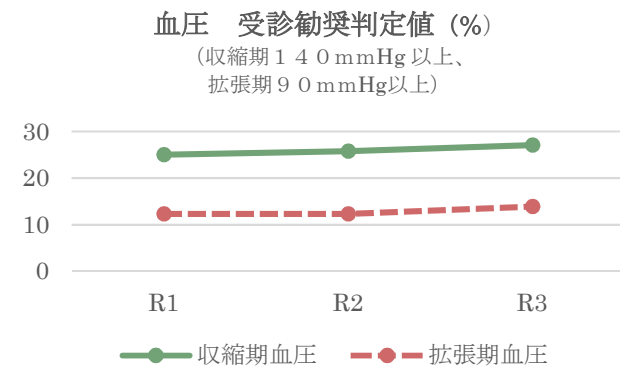
## 40歳以上の健診結果

## 子どもたちの3歳児健診結果

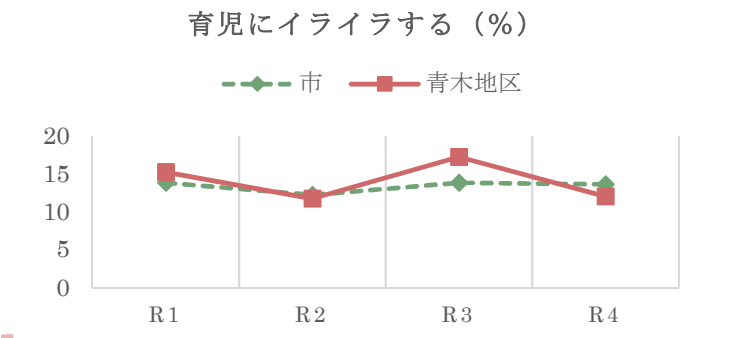
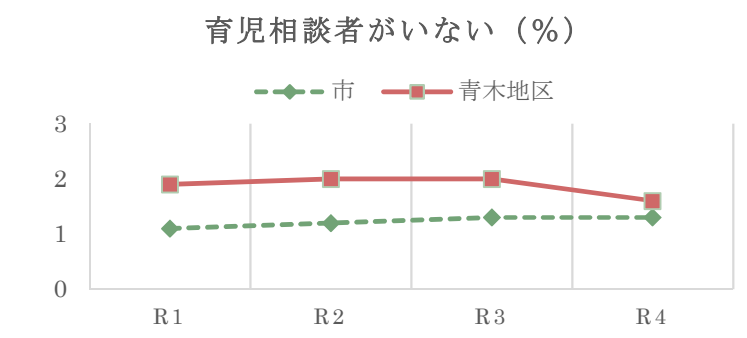
(3歳児健診結果より)



感染症の落ち着きとともに、外遊び時の時間が**増え**、テレビの視聴時間が**減**ってきています！



血圧、腎機能ともに、年々受診が必要な方が増えています！高血圧は、腎臓の働きにも大きく影響し、心疾患や脳血管疾患などのリスク因子でもあります。早めの治療や適切なコントロールをこころがけましょう。

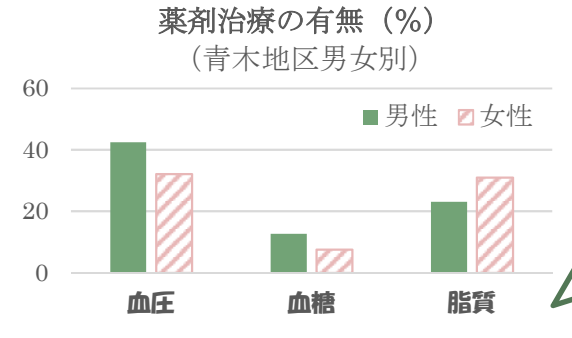


青木地区は、育児の協力者や、相談者がいない家庭が多い傾向がみられていましたが、少しずつ相談の場が増えているようです☆  
青木保健ステーションでも、子育てに関する相談お受けしています！

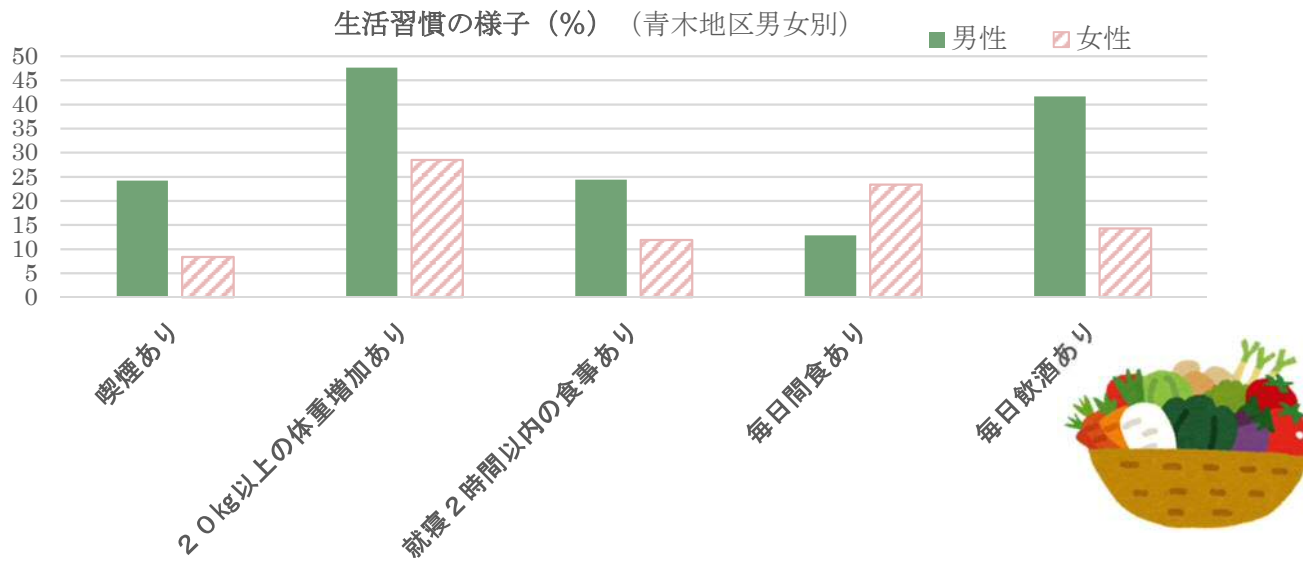


## 外遊びって何がいの??

- 体力、運動能力づくり⇒ 心肺機能や、骨や筋力など運動機能の基礎を形成します。
- 神経機能の発達⇒ カ加減のコントロールやタイミングをつかむなど運動調整機能が向上！
- 健康的なからだづくり⇒ 生涯にわたる生活習慣の基礎づくり！ 早寝早起きにも効果的。
- 意欲的な心をはぐくむ⇒ 遊びを通して言葉の獲得や、意欲・達成感がそだちます！
- コミュニケーション能力の発達⇒ ルールや他児とのやり取りから社会性を養います。



血圧・血糖の治療者は男性に多く、脂質の治療者は女性に多い傾向があります。生活習慣の様子も、男女で傾向が異なるようです。毎年受ける健診は、生活習慣を見直すチャンスです！（R3 国保特定健康診査結果より）



## がんは早期発見が重要です！積極的に受診しましょう！

