



佐野市民病院だより



佐野市民病院 ☎(62)5111

市民講座「そうだったのか?! 緑内障、ホントですか?! 白内障」開催

聞いたことがあっても、どんな病気かよく分かっていない方が多い緑内障。皆さんが知りたい緑内障の謎や噂について分かりやすくお教えします。

「緑内障は一生治らない」「薬の副作用で緑内障になった」「緑内障があると手術ができない」「緑内障自体の目薬はない」「白内障の手術をやれば緑内障が治る」……皆さんは本当か分かりますか?

▶日時 9月19日(木)午後4時~5時

▶会場 市民病院A棟5階研修室

▶講師 今井康久さん(当院眼科統括医)

▶定員 先着40人(無料)

■申込 9月18日(水)までに、直接または電話で地域医療連携室 ☎(62)9024へ

夏バテに要注意! 残暑を元気に乗り切るために

夏は、熱が体内にこもって疲れやすくなります。夏バテにならないためには、早寝早起きなどの規則正しい生活のもと、栄養バランスの良い食事を摂ることが大切です。

《夏バテ予防のポイント》

- ・うなぎ、豚肉などビタミンB1を摂る
- ・梅干し、レモンなどクエン酸を含む食品を摂る
- ・旬の緑黄色野菜を摂る
- ・香辛料や薬味を上手に使うことで食欲増進
- ・水分、ミネラル分不足に注意する
- ・適度な運動をする
- ・睡眠を十分にとる



●○外来診療案内●○

■診療科目 内科/循環器内科/呼吸器内科/消化器内科/消化器外科/外科/脳神経外科/麻酔科/小児科/婦人科/眼科/皮膚科/泌尿器科/耳鼻咽喉科/リハビリテーション科/整形外科/放射線科

■休診日 第2・4土曜日/日曜日/祝日(第1・3・5土曜日は午前中のみ診療)

■診療予定 事前にお電話でお問い合わせください ☎(62)5111



地域子育て支援センター情報



地域子育て支援センターは、地域の子育て家庭の育児を手助けし応援しています。0歳のお子さんから利用できるほか、子育て相談も随時受け付けています。

ぴよぴよルームくずう(くずう保育園内) ☎(85)3456 ぴよぴよルームたぬま(たぬま保育園内) ☎(62)7041

☆ぴよぴよルーム(9月)

▶利用時間 月~金曜日 午前10時~午後4時
(お弁当を持ってくると1日遊べます)

くずう	たぬま	内容
9日(月)	19日(木)	栄養士の話「離乳食について」
20日(金)	6日(金)	手作りおもちゃ
24日(火)	11日(水)	0歳からの親子体操

☆お庭で遊ぼう(9月)

▶開催日 4日・18日(水)
午前9時30分~11時30分
▶開催園 米山・高萩・若宮・吉水保育園

☆すくすく広場(9月)

▶利用時間 午前9時30分~11時30分

会場(保育園)	日程	内容
伊勢山・堀米	3日(火)	ベープサート
石塚・赤見城	10日(火)	戸外遊び
赤坂・大橋	11日(水)	戸外遊び
ときわ	12日(木)	戸外遊び
新台	17日(火)	戸外遊び

☆ぴよぴよ出張広場(9月)

▶利用時間 25日(水)午前10時~午後2時
▶会場 あづま保育園

地域子育て支援センターは次の施設でも実施しています。

風の子保育園 ☎(24)2235 大栗保育園 ☎(20)5255 認定こども園あかみ幼稚園 ☎(25)3608

地域子育て支援まちながブラザ「ゆめほけっと」 ☎(27)0224 休館日: 木曜日、祝日、第3土・日曜日

佐野駅前交流プラザ「ぱるぼーと」2階にある遊びの広場です(飲食自由)。一時預かり保育も行っています。

▶利用時間 午前9時~午後5時

☆講習会「人形劇」(講師: きゃべつ村の皆さん)

9月10日(火)午前10時30分~

☆親子教室「からだを元気に動かそう」

9月25日(水)午前10時30分~

☆誕生会

9月18日(水)午前10時30分~

☆看護師さんの相談日

9月20日(金)午前10時~正午



SEPTEMBER

子育てを
応援します

こども情報館



■各館の休館日 毎月第3土曜日と翌日の日曜日・祝日（こどもの日を除く）・年末年始

南児童館 ☎(23)2525

東児童館 ☎(21)1668

西児童館 ☎(25)2452

田沼児童館 ☎(62)0878

☆やんちゃママ&キッズ
クラブ（子育て教室）：
毎週月曜日午前10時30分

2日 水遊び&すくすく
相談

9日 工作「敬老の日」

30日 運動会※要予約

☆折り紙教室：午後4時

4日・18日（水）

食欲の秋

☆体操教室：午後4時

11日・25日（水）

すりすりサーファー

☆工作教室【要予約】

14日（土）午後1時

「キラキラアロマ」



☆わいわいタイム
（子育て教室）：

毎週木曜日午前10時30分

5日 プール遊び

12日 敬老の日プレゼン
ト作り

19日 スタンプ遊び

26日 5・4・3・2・1

口ケツ発射

☆折り紙教室：午後4時

4日（水）こげばん

18日（水）くじら

☆スポーツ教室：午後4時

20日（金）

きゅうばんキャッチボール

☆スターウォッチング

18日（水）午後5時30分

※雨天・曇天時は中止

☆ハイハイタイム（0歳～
1歳ころまでの子育て教室）：

毎週火曜日午前10時30分

3日・10日・17日・24日

※24日はベビーマッサー
ジがあります

☆のびのびタイム（未就学
児対象の子育て教室）：

毎週金曜日午前10時30分

6日 水遊び

13日 パネルシアター

20日 バルーンで遊ぼう

27日 マラカスを作ろう

☆スポーツ教室：午後4時

11日・25日（水）

ドッチボール

☆工作教室【要予約】

28日（土）午後1時30分

「わりばし鉄砲」

☆にこにこタイム
（子育て教室）：

毎週月曜日午前10時30分

2日 ちゃぶちゃぶ水遊び

9日 仲良しティータイム

30日 親子でリズム遊び

☆スポーツ教室：午後4時

4日・18日（水）

ローリングボール

☆折り紙教室：午後4時

11日（火）バツタ

25日（水）ポンポコしおり

☆スターウォッチング

13日（金）午後5時30分

秋から冬への星座観測

※雨天・曇天時は中止



こどもの国通信



こどもの国
☎(21)1515

■休館日 毎週月曜日・第2木曜日（祝日の場合はその翌日）・年末年始

日 程	内 容
4・11・25日（水） 午後3時	わんぱくタイム （フラフープ遊び）
6・13・27日（金） 午前11時	びよびよタイム （魚釣り遊び）
20日（金） 午前10時30分	マミー広場 （子育て相談と親子遊び）
21日（土）午後2時	みんなで遊ぼう （ミニ運動会）
28日（土）午後2時	レクキッズ広場 （ミニコンサート）

こどもの国こども映画館

期 日	内容（上映午後1時30分から）
1日（日）	マダガスカル3
8日（日）	アイアン・ジャイアント
15日（日）	トムとジェリー ワイルドスピード
16日（祝）	トムとジェリーの宝島
22日（日）	ハッピーフィート
23日（祝）	ハッピーフィート2
29日（日）	サーフズ・アップ

楽しいおりがみ遊び教室

おりがみを使って色々なものを作って遊びま
しょう。

▶日時 9月1日（日）午後2時～3時ごろ

▶会場 こどもの国屋外工作教室

▶定員 先着20人

▶参加費 100円（教材費）

ネイチャーゲーム遊び教室

こどもの国の森の中で、楽しい野外遊びを体験
しましょう。

▶日時 9月15日（日）午後2時～3時ごろ

▶会場 こどもの国屋外工作教室、こどもの森

▶定員 先着30人（無料）

上記の両イベントとも、

▶対象 小学生以下

※未就学児は、保護者同伴

※参加申し込みは、当日の正午より会場で受付

