

いきいき元気 みんなの健康



問い合わせ	
熊谷保健センター	526-5737 360-0014 箱田1-2-39
大里保健センター	0493-39-1115 〒369-0107 向谷373-1
妻沼保健センター	588-1516 360-0292 弥藤吾2441-1
母子健康センター	525-2722 360-0812 末原1-5-36
在宅ケアセンター	526-1256 360-0812 末原1-5-36

健康相談

とき	ところ
12月2日(金)	上之荘
12月9日(金)	別府荘
12月12日(月)	市役所1階ホール

時間 9時30分～11時30分
相談員 保健師
熊谷保健センター

女性専門健康相談

とき 12月9日(金)

14時～15時30分

ところ 熊谷保健センター

相談員 保健師

相談内容がもれることはありません。

熊谷保健センター

健康づくり講演会

アルコールと肝臓病～あなたの肝臓疲れていませんか？

とき 12月21日(水)

13時30分～15時

ところ 熊谷保健センター

講師 吉岡久氏(よしおか内科 小こどもクリニック院長)

定員 先着100人

費用 無料

申し込み 11月10日(木)から

電話で左記へ。

熊谷保健センター

「いいお産の日」in熊谷

とき 11月27日(日)

10時～16時

ところ 熊谷文化創造館さくらめいと

内容 講演会(育児と絵本、母乳育児)、お産劇、育児相談、妊婦体験、乳幼児の食事
入場料 前売り一家族300円
当日350円

前売販売所 市内助産院ほか
熊谷いいお産の日実行委員会
まどか助産所

527・0529

感染症予防活動リーダー養成講座

テーマ 次世代を守るために

とき 11月2日(水)・9日(水)

・16日(水)・24日(木)の4

回コース 18時～20時

対象 熊谷地区在住の方(学生のの方は除く)

定員 20人

ところ 熊谷保健所

申し込み 電話で左記へ

熊谷保健所計画推進担当

523・2813

麻しんおよび風しんの

接種の方法が変わります

麻しんおよび風しんの接種

は法改正により、平成18年4月1日から麻しん風しん混合ワクチンを用いた2回接種となり、接種年齢は第1期が満1歳から2歳未満、第2期が小学校就学前の1年間に変更されます。この改正により平成18年度からは従来の麻しんおよび風しんの単体の接種は法定外接種となりますので、平成18年4月1日以降において新接種年齢に該当しない7歳未満で未接種の方は平成18年3月31日までに麻しんおよび風しんの単体接種を完了するようにしてください。

母子健康センター



熊谷医師会看護専門学校博愛祭

とき 11月26日(土)

10時～14時

ところ 熊谷市医師会看護専門学校(大原1-5-28)

テーマ つなげよう看護と地域の輪

内容 バザー・模擬店、血圧測定・アロマ・足浴などの保健体験ほか

熊谷市医師会看護専門学校

521・3906

熊谷市休日・夜間急患診療所 12月30日(金)先休日診療を実施します。

休日診療診療日 11/3・6・13・20・23・27 12/4・11・18・23・25・30・31

内科・小児科 525-2720

歯科 525-2721

受付時間 9:00～11:00 診療時間 9:00～12:00

受付時間 9:00～11:00

13:00～15:00 13:00～16:00

診療時間 9:00～12:00

夜間診療 (診療日毎日) 内科・小児科 525-2720

受付時間 19:00～21:30
診療時間 19:30～22:00



大里保健センターの保健事業 0493-39-1115

事業	実施日時	対象者等
わくわくひろば (旧名称すくすくひろば)	11/8(火)・15(火)・22(火) 29(火) 12/6(火) 10:00~12:00	乳幼児と保護者
サロン (心に病を持った人の集い)	11/28(月) 13:30~15:30	メンバー制(申し込み可)



妻沼保健センターの保健事業 588-1516

事業	実施日時	対象者等
乳児健診	11/22(火)13:00~13:30受付	旧妻沼町域に住所を有する平成17年6・7月生まれの乳児
1歳6か月児健診	11/8(火)13:00~13:30受付	旧妻沼町域に住所を有する平成16年3・4月生まれの幼児
親子歯みがき教室	12/6(火)9:45受付	平成15年7・8月生まれの幼児と保護者(11月15日から電話申し込み、先着15組)
なかよしひろば 開放日	11/7(月)・11(金)・14(月) (月)・25(金) 12/2(金)・5(月) 9:00~17:00	乳幼児と保護者
なかよく あそぼう会	11/11(金) 12/5(月) 10:30~11:30	乳幼児と保護者
こころの相談	12/6(火) 10:00~11:30	こころの病気や療養について相談を希望する方(要予約)



顎関節症

「痛くて口を大きく開けることができない」
「硬いものを噛むと顎が痛い」

「口を開いたり閉めたりするとカクンカクンと音がする」

みなさんにはこのような経験はありませんか。これは顎関節症を疑わせる特徴的な症状です。主に顎を動かす筋肉や関節が痛み、顎がスムーズに動かさなくなります。そして、多くは口の開閉時に激しく痛みますが、じっとしていても痛む人もいます。

以前は歯科医院に通院するほとんどの患者さんは虫歯や歯周病が理由でした。しかし、最近はマスコミなどでも取り上げられ顎関節症で来院される方が増加しています。

さて原因ですが、ストレスや噛みしめ、歯列不正やかみ合わせの異常、悪い姿勢などが考えられ、事

故などの外傷以外は、一つの要因からだけではなく複雑に絡み合って発症します。

注目の治療法です。理学療法として湿布や超音波による痛みの緩和、関節や筋肉のエクササイズやストレッチの指導などが挙げられ、行動医学療法としては噛みしめの自覚とリラクゼーショントレーニングや猫背などの姿勢の改善を行います。また、薬物療法として消炎鎮痛剤や精神安定剤を使用します。

口の中に直接、マウスピースのようなものを入れるスプリント療法も効果的で、顎関節症に伴う緊張型頭痛や肩こりにも有効です。

顎関節症の痛みは、比較的軽いものから日常生活の妨げになるほど辛いものまで様々であり、治療期間も短期間で治るものから慢性化して長期の治療が必要なものもあります。

顎関節症でお悩みの方はかかりつけの歯科医院でご相談ください。

(社)熊谷市歯科医師会 原田 隆厚

熊谷保健センターの保健事業 526-5737

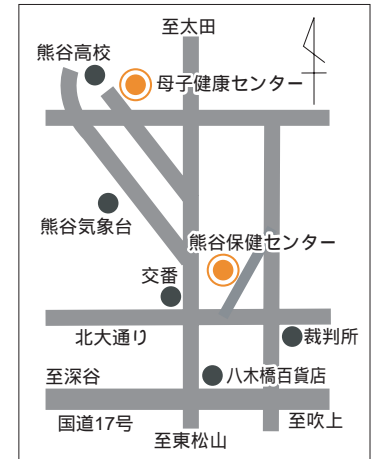
種別	実施日(受付時間)	対象者	費用
基本健康診査		旧熊谷市域に住所を有する40歳以上の方で、職場などでの検診機会のない方	1,300円
肺がん検診	毎週月・火・木曜日 (13:00~13:30)	肝炎ウイルス(B型・C型)検査~平成17年4月1日現在、40・45・50・55・60・65・70歳の方	無料(必要により喀たん細胞診 500円)
大腸がん検診		前立腺がん検査(50歳以上の男性)900円	500円
胃がん検診	毎週月・金曜日 (8:45~9:15)	旧熊谷市域に住所を有する40歳以上の方で、職場などでの検診機会のない方	900円
市民健康診査	毎週水曜日 (8:45~9:15)	旧熊谷市域に住所を有する方および勤務している方	Aコース 10,210円 Bコース 17,150円 Cコース 30,090円
歯科健康診査	原則として第2・第4水曜日 (13:00~13:15)	旧熊谷市域に住所を有する方	無料(歯の撮影を希望する場合は 200円)
乳がん検診	毎週金曜日 (13:00~13:30)	旧熊谷市域に住所を有する40歳以上の女性で、平成17年4月1日現在偶数年齢の方(2年に1回検診)	視触診300円 マンモグラフィ40歳代 2方向撮影800円 50歳以上1方向撮影700円
子宮がん検診(頸部)		旧熊谷市域に住所を有する20歳以上の女性で、平成17年4月1日現在偶数年齢の方(2年に1回検診)	600円

申し込みは、電話またはハガキ(住所・氏名 ふりがな・生年月日・希望する健 検 診名を明記)で、熊谷保健センターへ

事業	実施日時	対象者等	費用
こころの健康相談(予約制)	12/1(木) 9:30~12:00	旧熊谷市域に住所を有する方	無料 相談内容がもれることはありません。なお、相談はカウンセリングではありません。
骨の健康教室	11/21(月)または 22(火)12/7(水) 14(水)	旧熊谷市域に住所を有する20歳以上の女性(骨粗しょう症治療中の方は主治医とご相談の上お申し込みください)	100円(保険料) (電話で申し込み、先着70人)

母子健康センターの保健事業 525-2722

事業	実施日時	対象者等
乳児健診	12(金) (火)20	旧熊谷市域に住所を有する平成17年7月生まれの乳児
1歳6か月児健診	12(火) (火)13	旧熊谷市域に住所を有する平成16年5月生まれの幼児
3歳児健診	12(金) (金)16	旧熊谷市域に住所を有する平成14年6月生まれの幼児



小学生のおはなし会

対象 小学生
(大人は入場できません)
とき 11/5(土)・12/3(土)
14:30~(約30分間)
ところ 視聴覚室
奉仕係

ちいさいこのおはなしかい

対象 おもに就園前の幼児とその保護者
とき 11/18(金)・12/16(金)
0・1歳 11:00~11:20
2歳以上 11:30~11:50
ところ 視聴覚室
内容 手あそび・わらべうた・絵本・紙芝居など
奉仕係

映画会

とき 11/20(日) 14:00~
ところ 2階視聴覚室
内容 「マイメロディの赤ずきん」
(30分) ほか
入場無料。お気軽にどうぞ。
奉仕係

さくら号(移動図書館)

11・12月の巡回日程

	ステーション	時間	巡回日
A コ ト ス	籠原小学校	10:00~11:00	11/8(火)
	別府第3公園	13:30~14:30	12/6(火)
	別府小学校	15:00~16:00	20(火)
B コ ト ス	玉井小学校	10:00~11:00	11/9(水)
	県営玉井団地	13:30~14:30	12/7(水)
	大幡小学校	15:00~16:00	21(水)
C コ ト ス	星宮小学校	10:00~11:00	11/10(木)
	土地区画整理 西部事務所	13:30~14:30	12/8(木)
	奈良小学校	15:00~16:00	22(木)
D コ ト ス	吉岡小学校	10:00~11:00	11/15(火)
	ことぶき園	13:30~14:30	12/13(火)
	大麻生小学校	15:00~16:00	
E コ ト ス	佐谷田小学校	10:00~11:00	11/16(水)
	中条小学校	13:30~14:30	12/14(水)
	久下第3公園	15:10~16:00	
F コ ト ス	久下小学校	10:00~11:00	11/17(木)
	新堀小学校	13:30~14:30	12/15(木)
	三尻小学校	15:00~16:00	

熊谷図書館

525-4551・*525-4552
〒360-0036 桜木町2-33-2
[11月の休館日] 毎週月曜日、第1金曜日、24日(木)
[12月の休館日] 毎週月曜日、第1金曜日、1日(木)、28日(水)~31日(土)

熊谷の5つの歴史と美術展

とき 開催中
ところ 郷土資料展示室(3階)
内容 熊谷の古代・中世・近世・近代・現代の5つの時代の特徴的な歴史的資料を常設展示しています。
企画展コーナーでは、「日本美術院同人、大野百樹の日本画」展を開催しています。
美術、郷土係

新市「熊谷市」の誕生

テーマ 大里・妻沼の我が郷土の自慢と紹介
とき 12/4(日)まで
ところ 美術展示室(3階)
内容 旧大里町と旧妻沼町の先覚者や文化財、特色など。
美術、郷土係

古文書調査についてのお願い

市史を編さんする準備として、熊谷に関する古文書(主に、江戸時代の文書類など)をお持ちの方は、図書館市史編さん室までお電話でお知らせください。調査員が訪問して、実地調査をさせていただきます。
なお、調査させていただきます古文書につきましては、貴家の目録を作成し、差し上げます。
市史編さん室

おはなし会

対象 4歳以上
とき 11/12(土)・26(土)
14:30~(約30分間)
ところ 視聴覚室
奉仕係

妻沼ライオンズクラブ第27期講演会

とき 12/23(金・祝)
13:00 開演
ところ 大ホール
内容 陸上自衛隊東部方面音楽隊、森圭一郎トーク&ライブコンサート
入場無料。入場整理券を11月25日(金)から妻沼中央公民館で配布します。
妻沼ライオンズクラブ実行委員長・根岸 588-1246



妻沼文化センター展示館

588-2044
〒360-0202 妻沼東1-1
[開館時間] 9:00~16:30
[休館日] 毎週月曜日・祝日・月末

墨友会作品展

とき 11/15(火)~20(日)
内容 水墨画の展示

図書館

<http://www.kumagayalib.jp/>
[携帯対応]
<http://www.kumagayalib.jp/mobile/>

大里図書館がオープン

新しい図書館、熊谷市立大里図書館がオープンしました。

3つの図書館の統合作業が始まっています。

妻沼図書館では、図書館システム統合のため11/7(月)~12/5(月)を休館させていただきますので、この期間は、熊谷図書館、大里図書館をご利用ください。

展示ホールのご案内

とき	内容(団体名)
11/1(火)~6(日)	いきがい大学28期生書道部
15(火)~20(日)	奈良公民館写真クラブ
22(火)~27(日)	熊谷山草会
29(火)~12/4(日)	紅花 草木染め展

市民ギャラリー
(A Z熊谷6階)

525-4553(文化会館)
〒360-0037 筑波2-115

藤工芸作品展
とき 11/24(木)~28(月)
羽子板絵と布製ぞうりのアンサンブル(熊谷図書館体験学習会修了者作品展)
とき 11/30(水)~12/7(水)

妻沼中央公民館

588-2044・*588-5416
〒360-0202 妻沼東1-1
[11月の休館日] 30日(水)
[教室の申込方法]
費用を添えて11月10日(木)8:30から妻沼中央公民館窓口へ。1講座1人2口まで。電話予約はできません。

絵手紙教室

とき 12/3(土)13:30~
内容 クリスマスカード・年賀状の作成
定員 先着20人
費用 500円



親子ふれあい教室

とき 12/23(金・祝)10:00~
内容 簡単クリスマスケーキ作り
定員 小学生親子先着10組
費用 2,000円

文化施設
Information
情報

熊谷中央公民館

523-0895・*523-0896
〒360-0047 仲町19
[講座・講習会の申込方法]
電話またはハガキで中央公民館へ。
応募者多数の場合は抽選となります。

英語に親しむ講座
英字新聞を読む

対象 市内に在住または在勤の方
とき 平成18年1/14~3/18
(2/11祝、2/25を除く毎土曜日)の全8回
9:30~11:30
ところ 3の2・3室
内容 Herald Tribune The Asahi Shimbun(日刊英字新聞)・英字新聞・雑誌より読みやすい記事を講師が選び作成したもの
定員 40人
講師 山口 堯氏(前山村国際高等学校長)
費用 500円(教材費・資料代等)
申込期限 12/2(金)

「あけびでお正月の花かごを編む」講座

対象 市内に在住または在勤の方
とき 12/21(水)
13:30~15:30
ところ 3の2・3室
定員 25人
講師 谷川栄子氏(日本女子大学講師)
費用 2,000円(材料費等)
申込期限 12/9(金)

年越しそば打ち体験講習会

対象 市内に在住または在勤の方
とき 12/27(火) 9:00~
12:00、13:00~15:00

ところ 料理教室
定員 午前、午後とも各15人
講師 中村正純氏(熊谷そば打ち愛好会会長)および同役員
参加費 400円(材料代等)
申込期限 12/9(金)

「銀粘土でアクセサリを作る」講習会

対象 市内に在住または在勤の方
とき 12/6(火)・13(火)
13:30~15:30
ところ 3の1室
定員 各20人
講師 荻野潔子氏(日本貴金協会)
費用 2,000円(材料費等)
申込期限 11/28(月)

第7回市民囲碁大会

対象 市内に在住または在勤の方
とき 12/23(金・祝)
受付8:30~
ところ 大ホール
参加費 1,500円(昼食代を含む)
定員 先着150人
組分け 級位者、有段者、高段者および本因坊戦
申し込み 12/8(木)までに参加費を添えて熊谷中央公民館へ
日本棋院熊谷支部(新井) 521-3552

第4回子ども囲碁大会

対象 小・中学生
とき 12/17(土) 9:30~
ところ 大ホール
参加費 700円(参加賞等)
定員 先着50人
申し込み 12/8(木)までに参加費を添えて熊谷中央公民館へ
日本棋院熊谷支部(新井) 521-3552

土曜映画鑑賞会

とき	内容	対象
12/10(土)	次郎物語	一般

時間 14:00~
ところ 実習室

さくらめいとチケット取り扱い

○さくらめいとチケットセンター 532-9090 10:00~17:15(火曜日休)
○チケットぴあ全店 0570-02-9999 (さくらめいとチケットカウンター・八木橋百貨店・熊谷ニッソーモール・熊谷SATY ほか)
○ファミリーマート・サークルK・サンクス・セブン イレブン(予約後の引換え・Pコードによる直接購入)
チケット売切れの際はご了承ください。未就学のお子様のご入場はご遠慮ください。(一部の公演を除く)
館内託児サービス(有料・要予約)は、ことぶきキッズルームへ。
532-2916 (月~金10:00~16:00)
FAX 532-2895(随時)
0~1歳:2,000円 2~12歳:1,000円
臨時無料バス「さくらめいと号」をご利用ください。太陽のホールでの自主事業公演前後に運行(籠原駅さくらめいと)します。

埼玉県熊谷会館

523-2535
〒360-0031 末広3-9-2

17回忌追悼!

美空ひばりコンサート 大画面で甦る不死鳥伝説!

とき 11/15(火)
昼の部 13:00開演
夜の部 18:00開演
料金 全席自由 前売り2,500円 当日3,000円 団体料金 15人以上)2,000円
共催 埼玉県熊谷会館
未就学児の入場はご遠慮ください。

フィンランド・クリスマス・フェスティバル

~クリスマス・ファミリー・ミュージカル~

とき 12/18(日) 15:00開演
料金 全席指定 4,000円
共催 埼玉県熊谷会館



3歳以下の入場はご遠慮ください。

熊谷会館チケット取り扱い

○熊谷会館・八木橋百貨店ほか

トカレフ ピアノ・リサイタル

Pコード<210-851>

前売開始 11/10(木)
とき 平成18年3/2(火・祝) 16:00開演
曲目 リスト/ラ・カンパネラ ベートーヴェン/熱情 ほか
料金 S席3,000円 A席2,000円 Sペア席5,000円 小・中・高生(S・A共通)1,500円



くまがや演劇ワークショップ公演 二本立て

作品 A『ひとつ屋根の上』 B『風の家族』
とき 11/12(土) 1回目 13:00開演 2回目 18:00開演 13(日)14:00開演
ところ 月のホール
料金 全席自由 前売り1,500円 当日1,800円
チケットは「さくらめいと」と「まちの駅くまがや(524-1722)」で発売中(チケットぴあ、コンビニエンスストアの取扱いはありません。)

幸せミュージカル『x1はx1』

(劇団Q創立20周年記念公演第2弾)
Pコード<784-001>
人生のパートナーをテーマに、劇団Qと一般公募の参加者が作り上げたミュージカル。全14曲のオリジナル曲。
とき 11/19(土)18:00開演 11/20(日)14:00開演
料金 全席自由 前売り1,500円 当日1,800円
さくらめいと号の運行はありません。

春風亭小朝独演会

Pコード<364-043>



とき 平成18年1/22(日) 14:00開演
料金 S席3,000円 A席2,500円

加藤登紀子 コンサート 2006

Pコード<209-618>

とき 平成18年1/28(土) 18:00開演
料金 全席指定5,000円



「みんないいんだよ。」ファミリーシアター しまじろううみのだいぼうけん

Pコード<605-401>

前売開始 11/24(木)
とき 平成18年2/25(土) 1回目 12:30開演 2回目 15:30開演
料金 全席指定1,500円



©Benesse Corporation/しまじろう

3歳以上有料(3歳未満お席が必要なお子様は有料)

熊谷文化創造館さくらめいと

532-0002・*532-0022
〒360-0846 拾六間111-1

第5回彩の国さいたま中国映画祭 (日本未公開3作品を一挙上映)

Pコード<474-685>

とき 11/12(土)
A『花嫁大旋風』(93分) 10:30開始
B『学校へいきたい!』(95分) 13:30開始
C『恋する地下鉄』(96分) 16:30開始
Bに限り「馬高彦二胡・ミニコンサート」(約30分)付き
料金 全席自由 前売り800円 3枚つづり1,800円(前売りのみ) 当日1,000円/高校生以下500円

ロジェ・ワーグナー合唱団 熊谷公演

Pコード<201-461>

とき 11/26(土) 18:00開演
予定曲目 なつかしきケンタッキーのわが家、おおスザンナ ほか
料金 S席4,500円 A席3,500円 Sペア席8,000円(枚数限定)
小・中・高生(S・A共通)2,250円 シニア(S・A共通)2,250円(60歳以上)

埼玉交響楽団第55回定期演奏会

Pコード<209-612>

とき 12/1(日) 14:00開演
指揮 久住純信
曲目 ベートーヴェン/交響曲第6番「田園」ほか
料金 全席自由 前売り1,000円 当日1,300円(障害者手帳をお持ちの方700円) 4歳から入場できます。

サンクトペテルブルク交響楽団&梯剛之演奏会

Pコード<201-464>

とき 12/17(土) 18:00開演
曲目 モーツァルト/ピアノ協奏曲第21番 ほか
料金 S席7,000円 A席6,000円 Sペア席13,000円(枚数限定)
小・中・高生(S・A共通)3,500円

プラネタリウム館

525-4554
〒360-0036 桜木町2-33-2
[11月・12月の休館日]
毎週月曜日、毎月第1金曜日、11月24日(木)、12月28日(水)~31日(土)
[入館料]
大人 100円・子ども 50円

プラネタリウムの一般投影

Table with columns: 曜日, 午前, 午後. Rows: 火~金, 土, 日. Content: 火~金 団体利用 15:30, 土 団体利用 13:30 15:30, 日 10:30 13:30 15:30

「アンドロメダ銀河への架け橋」(投影期間 12/25日 まで)



アンドロメダ銀河の距離を測った エドウィン・ハッブル

おはなし天文館

とき 毎週日曜日 10:30~
星座解説と神話・伝説2話で構成された親子で楽しめる番組です。

星空の散歩道

「ミューズの世界へようこそ!秋の星座と音楽」
とき 11/26(土) 17:45~
定員 先着100人

天体観察会(無料)

とき 11/26(土) 18:00~(2時間)
観察対象 金星、火星、天王星、海王星、M31
とき 12/10(土) 18:00~(2時間)
観察対象 月 月齢9、金星、火星、天王星、M31
どなたでも自由に参加できますが、天気の悪いときは中止になります。

大里図書館

0493-36-1126・*0493-39-0066
〒369-0101 津田1-1
[11月の休館日] 毎週月曜日、第1金曜日、8日(火)・24日(木)
[12月の休館日] 毎週月曜日、第1金曜日、27日(火)~31日(土)

詳しくは6ページをご欄ください。



妻沼図書館

588-6878・*588-6054
〒360-0202 妻沼東1-1
[12月の休館日]
毎週月曜日、23日(金・祝)・29日(木)~31日(土)
[システム統合作業のため臨時休館]
11月7日(月)~12月4日(日)

おはなし会

11月のおはなし会は、システム統合で休館のためお休みです。

めめま号(移動図書館) 12月の巡回日

Table with columns: ステーション, 巡回日. Rows: 小島小学校 8日(木), 男沼小学校 13日(火), 太田小学校 14日(水), 秦小学校 20日(火)

時間 14:30~15:50
小島小学校は13:00~14:00
11月の巡回はシステム統合のためお休みです。