

●おさんとお母さんの健診と相談 (場所:健康センター)

内容	5月分		6月分		受付時間
	月日	対象者	月日	対象者	
4カ月児健診	5月27日(水)	平成21年1月生まれ	6月17日(水)	平成21年2月生まれ	13:00~13:10
6カ月児育児相談	5月29日(金)	平成20年11月生まれ	6月19日(金)	平成20年12月生まれ	9:20~9:30
1歳6カ月児健診	5月28日(木)	平成19年10月生まれ	6月18日(木)	平成19年11月生まれ	13:00~13:10
2歳6カ月児親子歯科健診	5月29日(金)	平成18年11月生まれ	6月19日(金)	平成18年12月生まれ	13:00~13:10
3歳6カ月児健診	5月26日(火)	平成17年11月生まれ	6月16日(火)	平成17年12月生まれ	13:00~13:10
乳幼児相談	5月7日(木)	乳幼児~未就学児のおさんとその家族の方が対象	6月4日(木)	乳幼児~未就学児のおさんとその家族の方が対象	9:15~9:45
妊婦歯科健診	6月9日(火)、10月13日(火)、2月9日(火) 上記の日程で「妊婦さんと赤ちゃんのサロン」と合わせて行います。				

※「乳幼児健診」は個人に通知しませんので、広報しるしをご覧の上、母子健康手帳・問診票・バスタオルを持参しておいでください。また、当日、都合の悪い場合は翌月に受診できますので、ご連絡ください。

●妊婦さんと赤ちゃんのサロン (場所:健康センター)

内容	月日	受付時間	サロン
助産師とお話をしながら過ごすサロンです。妊婦さん、4カ月児健診前のお子さんとその家族の方が対象です。希望により個別相談もできます。	5月15日(金)	9:20~	10:00~11:00
	6月9日(火)		

※母子健康手帳は、健康推進課窓口で随時交付しています(開庁日の8:30~17:15)。

●“なかなかたばこがやめられない”という方はいませんか? 5月31日は世界禁煙デーです

朝起きてすぐたばこを吸う方や、風邪をひいているなど、具合の悪いときも吸うという方は、「ニコチン依存症」の可能性がります。日本人の喫煙者の約7割はニコチン依存症と言われており、依存度が高くなるほど自力での禁煙は難しくなります。禁煙に関心がある方は、新しい禁煙補助薬やパッチなどもありますので、医療機関や健康センターまでご相談ください。自分や大切な家族の健康を守るためにも禁煙しましょう。

虫歯を予防しよう!

虫歯は食生活習慣病です。甘い物をだらだら食べたり、飲んだりしていると虫歯になりやすくなります。規則正しい食生活と仕上げ歯磨きで虫歯を予防しましょう!

虫歯ができてしまったら治療しなければ治りません。特に子どもの虫歯は進行が早いので早めに治療することが大切です。

健康推進課 ☎22-1362

マタニティマークを見たら、皆さんの思いやりをお願いします!

妊娠初期段階は、赤ちゃんの成長はもちろん、お母さんの健康を維持するためのとても大切な時期です。

しかし、外見からは判断しにくく、つわりなどで体調が悪くても、周りの人に気付いてもらえず、公共交通機関での優先席利用などが大変難しい状況となっています。

「マタニティマーク」の詳細は、厚生労働省ホームページをご参照ください。

http://www.mhlw.go.jp/houdou/2006/03/h030-1.html



元気っ子!

集まれ!

3歳6カ月児健診



▲3月24日の3歳6カ月児健診を受診した子どもたち

地域子育て支援センター「あいあい」

(ふれあいプラザ内) (南保育園3階)
 ☎22-6025 ☎22-6027 ☎26-2586 ☎26-2925
 開館日 月~金 8:30~17:15

■宮城県サッカー協会宮城キッズプログラム2009「親子サッカー教室」の参加者を募集します!

ボール遊びなどのスポーツや、親子でのふれあいを通して、子どもたちの健やかな発育や発達に良い刺激を与えようと活動する教室です。

●対象 5月1日現在、2歳6カ月以上4歳未満の幼児とその保護者
 ●開催日 5月18日、6月29日、7月13日、9月14日(全4回)
 ※すべて月曜日の開催になります。

●時間 各日10:00~11:30
 ※9:40までにお集まりください。

●場所 大平公民館
 ●参加費 4回合計で1,000円

●定員 14組(申し込み順)
 ●申し込み方法 5月7日(木)以降、ふれあいプラザ内子育て支援センターに電話でお申し込みください。

●持参する物 親子共に室内靴、子ども用にお茶などをご持参ください。

■「ベビーマッサージ」開催!
 母乳についてのご相談もどうぞ。

●対象 生後2~6カ月ごろまで
 ●開催日 5月14日(木)・28日(木)
 ●時間 両日とも10:00~11:30

●場所 ふれあいプラザ和室
 ●講師 助産師 岩佐 あけみさん(母乳育児相談室マミーぱい×2)

●定員 10組(申し込み順)
 ※年度内、乳児1人当たり2回まで参加できます。

●参加費 100円(オイル代)
 ●持参する物 バスタオルなど

●申し込み方法 5月7日(木)以降ふれあいプラザ内子育て支援センターに電話でお申し込みください。

■「あいあいランド」を開催します!
 ●参加無料

●開催日および会場
 ・5月20日(水) 大平公民館
 ・5月27日(水) 斎川公民館

●時間 両日とも10:00~11:30
 ※参加を希望される方は、各会場に直接お越しください。

●持参する物 親子共に室内靴、子ども用にお茶などをご持参ください。

■「あいあいミニミニ劇場」
 5月・6月の開催日のお知らせ
 ●参加無料

パネルシアター、人形劇、紙芝居、大型絵本、英語の歌やリズムなども取り入れていきます。

ファミリー・サポート・センター

(ふれあいプラザ内)
 ☎25-5488
 受付時間 月~金9:00~17:00

■事例発表会を開催しました
 ファミサポの1年を振り返る発表会を3月13日に開催しました。

依頼会員さんからは「ファミサポは、面倒な依頼にもすぐ対応していただいて、子育て中の親には、なくてはならないものです」、提供会員さんからは「ボランティア精神と責任を持ち活動しています」などのお話がありました。

■ファミサポ会員募集中!
 ファミサポは、子育て中の家庭を地域で支援する会員制の組織です。

残業や急な用事ができたときにお家の方に代わって保育園、幼稚園への送迎や預かりなどのお手伝いをしています。登録後、子どもの世話をしてくれる提供会員さんと事前打ち合わせ(顔合わせ)を行いますので安心です。

また、あいている時間に子育てのお手伝いができる方は、提供会員としてぜひご入会ください。

入会は簡単です。印鑑を持参してご来館ください。万一の事故に備えて、会員はファミリー・サポート・センター補償保険に加入します。保険料は市が負担しますので、安心して入会ください。

▲発表後みんなで「ポニョ」を歌いました。

①依頼会員 市内に在住・勤務する、子育てのお手伝いをしてほしい方
 ②提供会員 市内に在住する、子どもの預かりや送迎ができる方
 ③両方会員 ①と②を兼ねる方

●利用料 1時間当たりの基準額は、子ども1人につき500円。2人目(兄弟・姉妹)からは、1時間当たり250円となります。なお、料金の授受は会員同士で行っていただきます。詳細はお問い合わせください。

5月のおはなしひろば

●開催日 5月14日(木)
 ●時間 11:00および15:15の2回
 ※原則、毎月第2木曜日開催

●場所 アテネ2階絵本コーナー
 ●内容 紙芝居や絵本の読み聞かせ
 ☎図書館 ☎26-3004