

●お子さんとお母さんの健診と相談 (場所:健康センター)

内容	7月分		8月分		受付時間
	月日	対象者	月日	対象者	
4カ月児健診	7月22日(水)	平成21年 3月生まれの方	8月26日(水)	平成21年 4月生まれの方	13:00~13:10
6カ月児育児相談	7月24日(金)	平成21年 1月生まれの方	8月28日(金)	平成21年 2月生まれの方	9:20~ 9:30
1歳6カ月児健診	7月23日(木)	平成19年12月生まれの方	8月27日(木)	平成20年 1月生まれの方	13:00~13:10
2歳6カ月児 親子歯科健診	7月24日(金)	平成19年 1月生まれの方	8月28日(金)	平成19年 2月生まれの方	13:00~13:10
3歳6カ月児健診	7月21日(火)	平成18年 1月生まれの方	8月25日(火)	平成18年 2月生まれの方	13:00~13:10
乳幼児相談	7月17日(金)	乳幼児~未就学児のお子さまと そのご家族の方	8月 6日(木)	乳幼児~未就学児のお子さまと そのご家族の方	9:15~ 9:45
妊婦歯科健診	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、広報しろいしをご覧の上、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。	7月10日(金)	9:20~	10:00~11:00
	8月11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)。

●乳がん・子宮がん検診を受けましょう!

乳がんや子宮がんにかかる患者の割合を年代別に見ると、乳がんは30代から、子宮がんは若年層の性行動が多様化しているために、20代から急激に増えています。

乳がんは「自分で発見できる唯一のがん」と言われていますが、毎月の自己検診に加え、早期発見のため、定期的に医師の診察を受けることが大切です。症状のある方は、検診を待たずに、乳がんの専門医である外科を受診してください。

また、子宮がんは入り口のけい部と奥の体部に分けられますが、特にけい部のがんは無症状に進行してしまうので、毎年検診を受けることが大切です。

女性は家庭内で重要な役割を担っています。家族の笑顔のためにも、がん検診を受けましょう。まだ申し込まれていない方は、健康推進課(☎22-1362)までご連絡ください。

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



▲5月26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

■「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 7月9日(木)・30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
- 定員 10組(申し込み順)
- 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 7月3日(金)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

- ・7月15日(水) 大平公民館
- ・7月22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、お子さま用にお茶などをご持参ください。

■「保育園で遊ぼう会」参加者募集!

参加無料

今回は給食の試食体験があります。

- 日時 7月28日(火)9:30~12:00
- 場所 白川保育園
- 定員 10組(申し込み順)
- 参加費 無料(材料費一部負担)
- 申し込み方法 7月6日(月)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。

■「あいあいミニミニ劇場」

7月・8月の開催日のお知らせ

参加無料

パネルシアターや大型絵本、英語の歌やリズムなどで遊びます。

- 対象 就学前のお子さまと保護者
- 開催日 7月14日(火)・8月11日(火)
- 時間 両日とも13:15~13:30

●場所 ふれあいプラザ
※参加を希望される方は、直接お越しください。

■支援センターの子育てサークル
7月・8月の開催日のお知らせ

参加無料

- ①ニコニコるーむ(0~6カ月児対象) 7月6日(月)、8月3日(月)
- ②ハイハイるーむ(7~11カ月児対象) 7月14日(火)、8月11日(火)
- ③ヨチヨチるーむ(1歳児対象) 7月1日(水)、8月5日(水)
- ④ランランるーむ(2歳児対象) 7月7日(火)、8月4日(火)
- ⑤ルンルンるーむ(3歳児以上対象) 7月8日(水)、8月12日(水)
- 時間(共通) 10:30~11:30
- 場所(共通) ふれあいプラザ
※各事業の詳細は、ふれあいプラザ内地域子育て支援センターにお問い合わせください。

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

■講演会「性について、子どもへどう伝えるか」を開催します

参加無料

現代社会において情報がはららるる今、正しい性教育をどう子どもへ伝えるかを、最近の若者の現状を交えながら、実際に出産の現場で働く助産師さんをお迎えしてお話しいただきます。子育て中の方はもちろん、多くの方の参加をお待ちしています。

- 日時 7月16日(木)10:00~12:00
- 場所 ふれあいプラザ2階研修室
- 講師 助産師 岩佐 あけみさん
- 定員 30人(申し込み順)
- 申し込み方法 7月14日(火)まで、ファミリー・サポート・センターへ電話またはご来館の上、お申し込みください。

※託児が必要な方はご連絡ください。

■普通救命講習会を開催しました

5月16日、ふれあいプラザで普通救命講習会を開催しました。救命の再現映像を視聴後、AED(自動体外式除細動器)の使用方法和心肺蘇生法を実践して、命の大切さを実

感していました。救命への早いリレーの必要性や救命法も日々変化しているため、機会があれば繰り返し受講したいなどの声もありました。



▲熱心に講習に取り組み受講者

■夏休みはファミサポをご利用ください。会員も随時募集しています

もうすぐ夏休み。ご家庭での楽しい計画がたくさんあるのではないのでしょうか。しかし、お子さまだけの留守番も多くなり、心配も増えると思います。そんなときはぜひファミサポをご利用ください。お子さまを預かる提供会員さんと、事前打ち合わせ(顔合わせ)を行いますので安心です。お子さまを預けたい方、子育てのお手伝いができる方、また、その両方を兼ねることができる方、ぜひ入

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ので安心です。保険料は市が負担します。

- 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。

7月のおはなしひろば

- 開催日 7月9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