

●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	2月分		3月分		受付時間
	月日	対象者	月日	対象者	
4カ月児健診	2月24日(水)	平成21年10月生まれの方	3月24日(水)	平成21年11月生まれの方	13:00~13:10
6カ月児育児相談	2月26日(金)	平成21年 8月生まれの方	3月26日(金)	平成21年 9月生まれの方	9:20~ 9:30
1歳6カ月児健診	2月25日(木)	平成20年 7月生まれの方	3月25日(木)	平成20年 8月生まれの方	13:00~13:10
2歳6カ月児 親子歯科健診	2月26日(金)	平成19年 8月生まれの方	3月26日(金)	平成19年 9月生まれの方	13:00~13:10
3歳6カ月児健診	2月23日(火)	平成18年 8月生まれの方	3月23日(火)	平成18年 9月生まれの方	13:00~13:10
乳幼児相談	2月 4日(木)	乳幼児~未就学児のお子さまと そのご家族の方	3月 4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	2月9日(火)に、「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、広報しるしをご覧ください。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。	2月 9日(火)	9:20~10:00	10:00~11:00
	3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)。

●歯周病検診実施中!

昨年9月1日から歯周病検診を実施しています。2月28日(日)までとなっていますので、この機会にぜひ受診しましょう!  
なお、対象者の方には、すでに受診券を送付していますが、まだ届いていない方は、健康推進課(☎22-1362)までお問い合わせください。

●対 象 者 平成22年4月1日までに、次の年齢に到達する方  
30歳、35歳、40歳、45歳、50歳、55歳、60歳、65歳、70歳

●自己負担金 500円。ただし、70歳の方は無料です。

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

だ液は、歯を守る強い味方です

だ液には、溶けた歯の表面を修復する働きがあります。これを「再石灰化」と言います。また、だ液には食べかすを洗い流したり、酸を中和したりする働きもあります。

だらだらと甘い物などを食べていると、歯を修復する時間が取れません。時間を決めて、よくかんで食べる習慣を心掛け、だ液の分泌量を増やして歯の再石灰化を促しましょう。



元気っ子! 集まれ!



▲12月15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

■「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

- ・2月17日(水) 大平公民館
- ・2月24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 親子ともに室内靴、また、お子さま用にお茶またはお水をご持参ください。

■「あいあいミニミニ劇場」

2月・3月の開催日のお知らせ

●参加無料

パネルシアターや人形劇を見たり、英語の歌などで遊んだりします。

●対象 就学前のお子さまと保護者

●開催日 2月9日(火)・3月9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

2月・3月の開催日のお知らせ

●参加無料

①ニコニコ一む (0~6カ月児対象)

2月1日(月)、3月1日(月)

②ハイハイ一む (7~11カ月児対象)

2月9日(火)、3月9日(火)

③ヨチヨチ一む (1歳児対象)

2月3日(水)、3月3日(水)

④ランラン一む (2歳児対象)

2月2日(火)、3月2日(火)

⑤ルンルン一む (3歳児以上対象)

2月10日(水)、3月10日(水)

●場所 (共通) ふれあいプラザ

●時間 (共通) 10:30~11:30

※参加を希望される方は、直接お越しください。

~3月9日は「離乳食講座」~

3月9日(火)のハイハイ一むは、場所を変更して離乳食講座を開催します。事前申し込みが必要です。詳しくはお問い合わせください。

●場所 大平公民館

●時間 10:00~11:30

●募集定員 10組 (申し込み順)

●食材費 200円以内

●申込受付期間

2月1日(月)~2月26日(金)

●申し込み方法 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。

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す

本年度の活動を振り返りながら、会員の方から実際の経験を発表していただきます。発表の後は、ティーパーティーで楽しく子育てについて歓談しませんか?

●日時 3月4日(木)10:00~12:00

●場所 ふれあいプラザ和室

●内容 依頼会員さんと提供会員さんからの発表の後、バルーンアートと大型絵本シアターを楽しみます。※紅茶(お子さまには麦茶)とシフォンケーキが付きます。

●募集定員 30人(申し込み順)

●参加費 50円

●申し込み方法 2月26日(金)まで電話または来館の上、お申し込みください。

■ファミサポ会員募集中

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

ファミリー・サポート・センターは、育児の相互援助を行う会員制の組織です。子育ての援助を受けたい方と援助を行いたい方が会員登録

し、事務局がお互いの希望を調整しながら、有償で育児の援助活動を行う事業です。

「お母さんが病院に行きたい」、「上の子の学校行事で下の子の預かりが必要」、「急な残業や出勤で保育施設への送迎が必要」、そんなときなどにご利用ください。詳しくはお問い合わせください。

①ご利用には、事前の登録が必要です。ご希望の方は印鑑をご持参の上、ふれあいプラザにお越しください。

②入会金や年会費はありません。登録後に、預かりをする提供会員と依頼会員とお子さまが事前打ち合わせ(顔合わせ)をします。

③会員はファミリー・サポート補償保険に加入します。保険料は市が負担しますので、個人負担はありません。

●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人目からは、1時間当たり250円となります。



■ふれあいプラザクリスマス交流会を開催しました

12月16日、ふれあいプラザに100人以上の親子が集まり、歌や手遊び、踊り、絵本の読み聞かせなどを楽しみました。会の最後にはサンタさんが登場し、子どもたち一人一人にプレゼントを手渡しました。会場は、終始子どもたちの笑顔と笑い声で包まれていました。



▲親子でクリスマスを楽しみました

2月のおはなしひろば

●開催日 2月12日(金)

●時間 11:00および15:15の2回 ※今月は第2木曜日が祝日のため、翌日の金曜日に開催します。

●場所 アテネ1階階段シアター

●内容 紙芝居や絵本の読み聞かせ

☎図書館 ☎26-3004