

●お父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26日(水)	平成22年1月生まれの方	6月16日(水)	平成22年2月生まれの方	13:00~13:10
6カ月児育児相談	5月28日(金)	平成21年11月生まれの方	6月18日(金)	平成21年12月生まれの方	9:20~9:30
1歳6カ月児健診	5月27日(木)	平成20年10月生まれの方	6月17日(木)	平成20年11月生まれの方	13:00~13:10
2歳6カ月児 親子歯科健診	5月28日(金)	平成19年11月生まれの方	6月18日(金)	平成19年12月生まれの方	13:00~13:10
3歳6カ月児健診	5月25日(火)	平成18年11月生まれの方	6月15日(火)	平成18年12月生まれの方	13:00~13:10
乳幼児相談	5月6日(木)	乳幼児~未就学児のお子さまと そのご家族の方	6月3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	6月8日(火)、10月5日(火)、平成23年2月8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、広報しるしを閲覧の上、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11日(火) 6月8日(火)	9:20~10:00	10:00~11:00

※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)。

●ポリオ予防接種を実施します (場所:健康センター)

種類	実施日	受付時間	対象者	持参する物
ポリオ(2回目)	5月12日(水)	13:30~14:30	生後3カ月~90カ月未満の幼児・児童	母子健康手帳と予診票
ポリオ(1回目)	5月20日(木)			

●“なかなかたばこやめられない”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、体の具合が悪いときも吸うという方は、「ニコチン依存症」の可能性があります。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なりません。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。

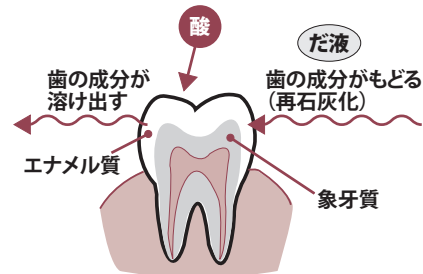
健康推進課 ☎22-1362

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!



▲3月23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

ママと赤ちゃんのスキンシップ! 母乳や育児のことでお困りの方も、ぜひどうぞ。

●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)

●日時 5月20日(木)10:00~11:30

●場所 ふれあいプラザ和室

●対象 生後2~6カ月ごろまで

●募集定員 10組(申し込み順)

●参加費 100円(オイル代)

●持ち物 バスタオルなど

●申し込み方法 5月7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。

■「リトミック第I期」参加者募集!

参加無料

幼児のためのリズム教育「リトミック」です。ピアノの軽快な音に合わせて、「見る・聴く・感じる」心を親子一緒にはぐくみましょう!

●開催日 5月18日・25日、6月1日・8日の4回(すべて火曜日)

●時間 10:00~11:00

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

■会員交流会を開催しました

3月4日、ふれあいプラザで「事例発表会」を開催し、約50人の親子が参加しました。「ファミサポを利用して、地域に親しい付き合いができる方が増えました」「お子さんの様子を手紙でやりとりしています」など、活動を通して得たものや工夫している内容が発表されました。

後半は絵本シアターやバルーンアートで楽しんだり、手作りのシフォンケーキを食べたりしながら、親子で楽しく交流を深めました。

■ファミサポ会員随時募集中!

お子さまの一時的な預かりや、送迎などが必要になったときにご利用ください。また、子育て支援に関心のある方の入会もお待ちしています。楽しい交流会や講習会なども実施しています。ぜひ、ご入会ください。

※9時45分までにお集まりください。

●場所 南保育園2階ホール

●対象 5月1日現在で、2歳以上~4歳未満のお子さま

●募集定員 15組(申し込み順)

●申し込み方法 5月7日(金)から、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。

※駐車場は、南保育園3階子育て支援センター玄関前をご利用ください。

■「あいあいらんど」を開催します!

参加無料

手遊びや体を動かして楽しく遊ばしましょう。保護者の方々の交流の場にもなっています。おじいさまやおばあさまも、ぜひお越しください。

●開催日および会場

5月26日(水)大平公民館

●時間 10:00~11:30

※参加を希望される方は、会場に直接お越しください。

●持ち物 親子ともに室内靴をご準備ください。また、お子さま用にお茶またはお水をお持ちください。

ご利用ください 「みやぎっこ応援カード」



▲このカードをご提示ください

●カードを提示すると

県内約3,000(市内約140)の協賛店で買い物をしたときなどに、各店独自のサービスを受けられます。詳しくは、みやぎっこ応援サイト(<http://miyagikko.jp>)をご覧ください。携帯電話からもご利用できます。

●対象世帯およびカードの配布

中学3年生までのお子さまか、妊娠中の方がいる世帯。

対象世帯には、平成20年6月にカードを配布しています。お持ちでない方はお問い合わせください。

☎子ども家庭課 ☎22-1363

■支援センターの子育てサークル

5月・6月の開催日のお知らせ

参加無料

お子さまの成長に合わせた、年齢ごとの子育てサークルです。

①ニコニコるーむ(0~6カ月児)

5月10日(月)、6月14日(月)

②ハイハイるーむ(7~11カ月児)

5月12日(水)、6月9日(水)

③ヨチヨチるーむ(1歳児)

6月2日(水) ※5月はお休み

④ランランるーむ(2歳児)

5月6日(木)、6月3日(木)

⑤ルンルンるーむ(3歳児以上)

5月13日(木)、6月10日(木)

※年度内でも、月齢などに応じて“るーむ”を移動できます。

●場所(共通) ふれあいプラザ

●時間(共通) 10:00~11:30

※参加を希望される方は、直接お越しください。

※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。

子育て休憩室「とんとん」  
をご利用ください

親子で楽しく遊ばませんか?

●本年度の開催予定日

5月20日、6月17日、7月15日、9月16日、10月21日、11月18日、12月16日、平成23年1月20日、2月17日、3月17日

※すべて木曜日。本年度から原則毎月第3木曜日の開催となります。

●時間 各日とも10:00~12:00

※都合により開催日などが変更になる場合がありますので、あらかじめご了承ください。

●主催 すぎのこ母親クラブ

☎第一児童館 ☎25-7070

5月のおはなしひろば

●開催日 5月13日(木)

●時間 11:00および15:30の2回

※原則、第2木曜日開催

●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