

●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15日(水)	平成23年10月生まれの方	3月14日(水)	平成23年11月生まれの方	13:00~13:10
6カ月児育児相談	2月17日(金)	平成23年8月生まれの方	3月16日(金)	平成23年9月生まれの方	9:20~ 9:30
1歳6カ月児健診	2月16日(木)	平成22年7月生まれの方	3月15日(木)	平成22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17日(金)	平成21年8月生まれの方	3月16日(金)	平成21年9月生まれの方	13:00~13:10
3歳6カ月児健診	2月14日(火)	平成20年8月生まれの方	3月13日(火)	平成20年9月生まれの方	13:00~13:10
乳幼児相談	2月 2日(木)	乳幼児~未就学児のお子さんとそのご家族の方	3月 1日(木)	乳幼児~未就学児のお子さんとそのご家族の方	9:15~ 9:45
妊婦歯科健診	2月7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)

月日	内容	対象	受付時間	サロン
2月 7日(火)	ママと赤ちゃんの歯の健康に関するお話のほか、歯科健診を実施します。また、助産師とお話会も行います。	妊婦さんや、4カ月健康診査前のお子さんとそのご家族の方	9:20~ 9:30	10:00~ 11:30
3月 6日(火)	妊娠・産後の心の健康についてお話しします。			

※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)。

●予防接種を受けましょう!

麻疹の国内完全排除を目指し、平成20年度から平成24年度まで、麻疹・風しん混合予防接種に第3期(中学1年生相当)と第4期(高校3年生相当)を追加しています。次の方には、昨年4月に通知書をお送りしていますので、本年3月31日(土)までに必ず接種しましょう。接種費用が無料になる委託書と予約票をお持ちでない場合は、健康推進課(☎22-1362)までご連絡ください。

①ジフテリア・破傷風混合予防接種第2期	対象者:小学6年生(平成11年4月2日~平成12年4月1日生まれ)
②麻疹・風しん混合予防接種第2期	対象者:小学校就学前1年(平成17年4月2日~平成18年4月1日生まれ)
③麻疹・風しん混合予防接種第3期	対象者:中学1年生相当(平成10年4月2日~平成11年4月1日生まれ)
④麻疹・風しん混合予防接種第4期	対象者:高校3年生相当(平成5年4月2日~平成6年4月1日生まれ)

地域子育て支援センター「あいあい」

●開館日 月~金 8:30~17:15  
☎ふれあいプラザ内 ☎22-6025 ☎22-6027

※子育てに関する相談を随時受け付けています。気軽にご相談ください。 Eメールアドレス kosodate@city.shiroishi.miyagi.jp

■「ベビーマッサージ」参加者募集!

- 対象 生後2~6カ月ごろまで
- 講師 助産師 岩佐あけみさん
- 日時 2月23日(木) 10:00~11:30
- 場所 ふれあいプラザ和室
- 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
- 申込受付開始日 2月6日(月)

■「離乳食教室」参加者募集

- 参加無料
- ~離乳食ってなあに?~
- これから始める方や始めたけれど心配という方など、ぜひご参加ください。個別相談もできます。
- 対象 生後11カ月ごろまでのお子さんと保護者、離乳食に関心のある方
  - 講師 栄養士 半沢 誠子さん
  - 日時 2月29日(水) 10:00~11:30
  - 場所 ふれあいプラザ和室
  - 定員 15組(申し込み順)
  - 申込受付開始日 2月6日(月)

■「人形劇」がやってきます!

- 参加無料
- 劇団「小さいお城」による本格的人形劇です。ぜひご覧ください。
- 日時 2月10日(金) 10:00~11:00
  - ※9:45までご来館ください。
  - 場所 ふれあいプラザ2階
  - 演目 「長ぐつをはいた猫」など

■「ほっぷんちょ」開催!

- 参加無料
- ~楽しい子育て応援します~
- エアロビクスインストラクターの八巻奈美子先生のご指導で、「親子ビクス」を行います。
- 対象 就園前のお子さんとお保護者
  - 日時 2月15日(水) 10:00~11:30
  - 場所 中央公民館2階講座室
  - ※参加する方は、動きやすい服装で会場に直接お越しください。
- 「あいあいらんど」開催!
- 参加無料
- 手遊びをしたり体を動かしたりし

- て楽しく遊ばしましょう。
- 対象 就園前のお子さんと保護者
  - 日時 2月22日(水) 10:00~11:30
  - 場所 大平公民館
  - 持ち物 室内靴(親子とも)
  - ※参加を希望される方は、会場に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ニコニコるーむ(0~6カ月児) 2月13日(月)、3月12日(月)
  - ②ハイハイるーむ(7~11カ月児) 2月8日(水)、3月14日(水)
  - ③ヨチヨチるーむ(1歳児) 2月1日(水)、3月7日(水)
  - ④ランランるーむ(2歳児) 2月2日(木)、3月1日(木)
  - ⑤ルンルンるーむ(3歳児以上) 2月9日(木)、3月8日(木)
- 時間(共通) 10:00~11:30
  - 場所(共通) ふれあいプラザ

ファミリー・サポート・センター

●受付時間 月~金9:00~17:00(ふれあいプラザ内)  
☎ふれあいプラザ内 ☎25-5488  
Eメールアドレス famisapo@city.shiroishi.miyagi.jp

■「事例発表会」を開催します

- ファミサポに登録する依頼会員と提供会員が、活動の体験談などの事例発表を行います。発表の後は、ティーパーティーで楽しく懇談しましょう。「ファミサポってどんな活動をしているの?」と思っている方も、ぜひこの機会にご参加ください。
- 日時 3月13日(火) 10:00~12:00
  - 場所 ふれあいプラザ2階和室
  - 定員 30人(申し込み順)
  - 参加費 50円
  - ※紅茶(お子さまには麦茶)とカップケーキが付きます。
  - 申込締め切り日 3月8日(木)

■「講演会」を開催しました

11月22日、エアロビクスインストラクターの八巻奈美子先生をお招きして、「女のからだの『痛み』と『コリ』がとれる運動」について実技を交えた講演会がありました。親子一緒に体を動かして絆を深めながら、「心と体の健康」について正しい知識を学びました。

楽しいクリスマスをお過ごしください ふれあいプラザでクリスマス会

12月21日、ファミリーサポートセンターと子育て支援センター共催の「ふれあいプラザ・クリスマス会」を開催しました。会には約100人の家族が参加。大型絵本を見たり、親子で一緒にお遊戯をしたりして遊んだほか、サンタさんが子どもたちに手作りおもちゃをプレゼント。一足早いクリスマスをお過ごしください。また、この会は、ファミサポ会員や子育て支援ボランティアの皆さんが運営スタッフとなって参加。多くの方々からご協力をいただきました。



(上)親子で楽しくお遊戯(下)サンタさんからプレゼントをもらってみんな大喜び

2月のおはなしひろば

- 開催日 2月9日(木)
- ※毎月第2木曜日開催
- 時間 11:00および15:30の2回
- 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



元気っ子! 集まれ!

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。

【12月13日の3歳6カ月児健診を受診した子どもたち】

