

●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	11月分		12月分		受付時間
	月日	対象者	月日	対象者	
4カ月児健診	11月14日(水)	平成24年7月生まれの方	12月19日(水)	平成24年8月生まれの方	13:00~13:10
6カ月児育児相談	11月16日(金)	平成24年5月生まれの方	12月21日(金)	平成24年6月生まれの方	9:20~ 9:30
1歳6カ月児健診	11月15日(木)	平成23年4月生まれの方	12月20日(木)	平成23年5月生まれの方	13:00~13:10
2歳6カ月児親子歯科健診	11月16日(金)	平成22年5月生まれの方	12月21日(金)	平成22年6月生まれの方	13:00~13:10
3歳6カ月児健診	11月13日(火)	平成21年5月生まれの方	12月18日(火)	平成21年6月生まれの方	13:00~13:10
乳幼児相談	11月 1日(木)	乳幼児~未就学児のお子さんとそのご家族の方	12月17日(月)	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	平成25年2月5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越しください。  
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) 助産師や保健師、栄養士とお話をしながら過ごすサロンです。

月 日	テ ー マ	主 担 当	対 象	受 付 時 間	サ ロ ン
11月 6日(火)	ほっとひといき、ママの心	保健師	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
12月11日(火)	赤ちゃんのいる暮らし	助産師			

※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)。

●4種混合ワクチンの予防接種を開始します

本年11月から、4種混合ワクチン(ジフテリア、百日ぜき、破傷風、不活化ポリオワクチン)が接種できるようになりました。接種の際は委託書と予診票が必要となりますので、対象者の方でお持ちでない方は、健康推進課(☎22-1362)までお問い合わせください。  
●接種対象者 生後3カ月~90カ月未満の方で、3種混合ワクチンとポリオワクチンの両方をまだ接種していない方  
●接種方法  
・初回接種3回、追加接種1回の接種が必要です。実施医療機関での個別接種となります。  
・すでに単独の不活化ポリオワクチン接種を開始している方は、原則として、最後まで同じワクチンを使用してください(※)。  
※単独の不活化ポリオワクチンと4種混合ワクチンの併用は、接種スケジュール上、支障がない場合に限り可能です。

●高齢者の皆さまへ~肺炎球菌ワクチンで肺炎を予防しましょう~

肺炎は、日本人の死亡率の第4位となっています。特に、75歳以降の肺炎による死亡率は、男女とも急激に増加します。肺炎の約半数が、肺炎球菌によるものといわれており、予防接種で約80%が予防できると考えられています。予防接種を受けて、肺炎を予防しましょう!  
本市では、高齢者の肺炎球菌による肺炎感染を予防することを目的に、肺炎球菌予防接種に対する補助を行っています。  
●対象者 白石市に住所を有する65歳以上の方  
●実施期間 通年実施。被接種者1人につき1回接種となります。  
●接種料金 1回8,000円。このうち被接種者が5,000円を負担し、差額3,000円を市が助成します。なお、接種後5年以上が経過した方は、2回目以降も補助対象となります。  
●実施医療機関 白石市・蔵王町・七ヶ宿町の実施医療機関

地域子育て支援センター「あいあい」

※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。

●開館日 月~金 8:30~17:15  
☎ふれあいプラザ内 ☎22-6025・☎22-6027  
kosodate@city.shiroishi.miyagi.jp

1「絵画造形教室」参加者募集!

紙をまるめたり、ちぎったりしてドーナツを作りましょう。  
●対象 2歳6カ月~3歳ぐらいのお子さんと保護者  
●日時 11月22日(木) 10:00~11:30 ※9:45までお集まりください。  
●場所 ふれあいプラザ和室  
●定員 15組(申し込み順)  
●参加費 材料費の一部(200円程度)  
●持ち物 手ふき用タオル1枚(汚れてもいい服装でご参加ください)

2「リトミックⅡ期」参加者募集!

参加無料  
ピアノの音に合わせて、見る・聴く・感じる心を親子一緒に育みましょう。  
●対象 11月1日現在、2歳以上4歳未満のお子さんと保護者  
●日時(全2回) 11月20日(火)・27日(火) 10:00~11:00  
※9時45分までお集まりください。  
●場所 南保育園2階ホール  
●定員 15組(申し込み順)  
●持ち物 室内靴(保護者も)  
※当日の駐車場は、南保育園3階

の子育て支援センター玄関前をご利用ください。

3「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 11月29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

4「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みましょう。  
●対象 就園前のお子さんと保護者  
●日時 11月28日(水) 10:00~11:30  
●場所 大平公民館  
●持ち物 室内靴(保護者も)

5「ほっぷんちょ」開催!

参加無料  
~楽しい子育て応援します~  
今月は、だいち文庫の佐々木

ひろみ 博美さんが「絵本の力と子育て」についてお話しします。

●対象 就園前のお子さんと保護者  
●日時 11月21日(水) 10:00~11:30  
●場所 中央公民館2階講座室

6支援センターの子育てサークル 11月・12月の開催日

- 参加無料
- ①ニコニコるーむ(0~6カ月児) 11月12日(月)、12月10日(月)
  - ②ハイハイるーむ(7~11カ月児) 11月7日(水)、12月5日(水)
  - ③ヨチヨチるーむ(1歳児) 11月14日(水)、12月12日(水)
  - ④ランランるーむ(2歳児) 11月15日(木)、12月6日(木)
  - ⑤ルンルンるーむ(3歳児以上) 11月8日(木)、12月13日(木)
- 時間(共通) 10:00~11:30  
●場所(共通) ふれあいプラザ

1①2③の受け付けは、11月1日(木)から開始します。  
4④5⑥は申し込み不要です。会場に直接お越しください。

●受付時間 月~金 9:00~17:00  
☎ふれあいプラザ内 ☎25-5488  
famisapo@city.shiroishi.miyagi.jp

ファミサポ会員随時募集中!  
子育てのお手伝いをしてほしい方(依頼会員)や子育てのお手伝いをしたい方(提供会員)は、気軽にご相談ください。利用料は1時間当たり1人500円、2人目(兄弟・姉妹)以降250円。詳しくはファミサポまで。

11月のおはなしひろば  
●開催日 11月8日(木)  
●時間 11:00および15:30の2回 ※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

地域全体で子育てを応援します!

ファミリー・サポート・センター

ファミサポ講演会 「食を楽しく」を開催します

参加無料  
「今、なぜ食が大切なのか」など、最近の食の話題を紙芝居や絵本を交えながらお話しします。簡単なおやつレシピの紹介もあります。楽しい内容ですので、ぜひご参加ください。  
●日時 11月20日(火) 10:00~12:00  
●場所 ふれあいプラザ2階  
●定員 30人(うち親子10組)  
●内容 子どもの食についての講話  
●講師 栄養士 山内あき子さん  
●申し込み方法 11月16日(金)まで電話または来館の上、お申し込みください。

第4回講習会を開催しました



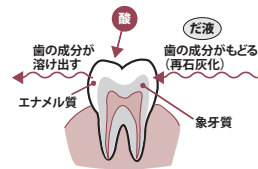
9月11日、「第4回ファミサポ講習会」を開催し、ファミサポ会員や子育て中の親子など24人が参加しました。市保育士が講師となり、年齢に応じた遊びと手作りおもちゃ製作を実施。参加者は「手遊びや親子のふれあい遊びなど、楽しく学習できました」と話していました。

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!

【9月25日の3歳6カ月児健診を受診した子どもたち】

