

●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	12月分		1月分		受付時間
	月日	対象者	月日	対象者	
4カ月児健診	12月19日(水)	平成24年8月生まれの方	1月23日(水)	平成24年9月生まれの方	13:00~13:10
6カ月児育児相談	12月21日(金)	平成24年6月生まれの方	1月25日(金)	平成24年7月生まれの方	9:20~ 9:30
1歳6カ月児健診	12月20日(木)	平成23年5月生まれの方	1月24日(木)	平成23年6月生まれの方	13:00~13:10
2歳6カ月児親子歯科健診	12月21日(金)	平成22年6月生まれの方	1月25日(金)	平成22年7月生まれの方	13:00~13:10
3歳6カ月児健診	12月18日(火)	平成21年6月生まれの方	1月22日(火)	平成21年7月生まれの方	13:00~13:10
乳幼児相談	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	1月10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	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
12月11日(火)	赤ちゃんのいる暮らし	助産師	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
1月 8日(火)	離乳食にも使える、ママの食事	栄養士			

※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)。

●11月から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、百日せき、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約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、接種のスケジュール上、支障がない場合に限り可能です。

●65歳以上の方へ~肺炎球菌ワクチンで肺炎を予防しましょう~

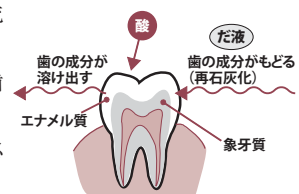
肺炎は、日本人の死亡率の第4位となっています。特に、75歳以降の肺炎による死亡率は、男女とも急激に増加します。肺炎の約半数が、肺炎球菌によるものといわれており、予防接種で約80%が予防できると考えられています。予防接種を受けて、肺炎を予防しましょう！本市では、高齢者の肺炎球菌による肺炎感染を予防することを目的に、肺炎球菌予防接種に対する補助を行っています。
●対象者 白石市に住所を有する65歳以上の方(接種時65歳になった方)。
●実施期間 通年実施。被接種者1人につき1回接種となります。
●接種料金 1回8,000円。このうち被接種者が5,000円を負担し、差額3,000円を市が助成します。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

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。



【10月23日の3歳6カ月児健診を受診した子どもたち】



元気っ子！
集まれ！

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

「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 12月27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
- 受付開始日 12月3日(月)

んやおばあちゃんも、ぜひお越しください。

- 対象 就園前のお子さんと保護者
 - 日時 12月26日(水) 10:00~11:30
 - 場所 大平公民館
 - 持ち物 室内靴(保護者も)
- ※参加を希望する方は、会場に直接お越しください。

12月5日(水)、1月8日(火)

- ③ヨチヨチるーむ(1歳児) 12月12日(水)、1月9日(水)
- ④ランランるーむ(2歳児) 12月6日(木)、1月24日(木)
- ⑤ルンルンるーむ(3歳児以上) 12月13日(木)、1月17日(木)

●時間(共通) 10:00~11:30
 ●場所(共通) ふれあいプラザ
 ※参加を希望する方は、会場に直接お越しください。
 ※12月19日(水)の「ほっぷんちょ」は、ふれあいプラザ「クリスマス会」と同時開催です。クリスマス会の詳細は、ファミサポ欄をご覧ください。

支援センターの子育てサークル
12月・1月の開催日

- 参加無料
- ①ニコニコるーむ(0~6カ月児) 12月10日(月)、1月21日(月)
 - ②ハイハイるーむ(7~11カ月児)

「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。おじいちゃん



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

ふれあいプラザ「クリスマス会」を開催します

参加無料



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による「クリスマス会」を開催します。手遊びや歌、大型紙芝居など、親子で楽しいひとときを過ごしてみませんか？ サンタさんも登場します。

- 日時 12月19日(水) 10:00~12:00
- 場所 ふれあいプラザ2階
- 定員 親子50組(申し込み順)

●申し込み方法 12月14日(金)まで電話または来館の上、お申し込みください。

「第5回講習会」を開催しました

ファミサポでは年5回、提供会員としての援助活動や、子育てに役立つ講習会を開催しています。9月25日には第5回講習会を開催し、6~8歳の子どもの発達と、子どもを預かる上での親御さんとの接し方について学習しました。

「ファミサポ秋祭り」を開催しました

10月10日、ふれあいプラザで「ファミサポ秋祭り」を開催しました。参加した親子は、毎年人気の魚釣り

●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

コーナーやボウリング、的当てなど、7つのコーナーを回り元気いっぱいに遊びました。また、お母さん同士が交流を深める姿も見られ、楽しい一日を過ごしていました。



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。

12月のおはなしひろば

- 開催日 12月13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

母子父子家庭などの方へ 弁護士による特別相談を実施します

- 相談無料
 母子父子家庭などの方が生活上抱えている問題に、弁護士が相談に応じます。一人で悩まず、気軽にご相談ください(事前予約必要)。
- 日時 1月16日(水) 13:00~14:00
 - 場所 仙南保健福祉事務所(大河原合同庁舎内)
 - 予約・問い合わせ先 仙南保健福祉事務所母子・障害班 ☎0224-53-3132