

5月の保健事業

問い合わせ／保健福祉総合センター（☎581・8500）へ。

●健康相談

月日(曜日)	時間	対象地区	場所	内容	持参する物
5月11日(月)	午後1時30分～3時	町内全地区	保健福祉総合センター	・血圧測定 ・検尿 ・個別相談 ・体脂肪測定	健康手帳 (既にお持ちの方)

●乳幼児健康診査

種別	月日(曜日)	受付時間	対象	場所	持参する物
4～5カ月児健康診査	5月28日(休)	午後1時30分～2時30分	平成20年12月～平成21年1月生	保健福祉総合センター	母子健康手帳、役場からの通知、3歳児は尿の入ったビニール袋とお子さんの歯ブラシ
10カ月児健康診査	5月21日(休)		平成20年6月～7月生		
3歳児健康診査	5月14日(休)	午後1時30分～2時	平成17年11月生		

●こころの健康相談

月日(曜日)	時間	場所	対象
5月15日(金)	午後1時30分～2時30分	保健福祉総合センター	こころの健康について悩みをお持ちの方、そのご家族および関係者 ※事前にお申し込みください

●ポリオ予防接種

月日(曜日)	時間	場所	対象	持参する物	備考
5月12日(火)	午後1時30分～2時30分	保健福祉総合センター	1回目 平成20年7月～10月生	・予防接種予票 ・母子健康手帳	予防接種手帳をよく読んでからお越しください
5月26日(火)			2回目 平成20年1月～4月生		

●パパママ学級

	月日(曜日)	時間	場所	対象	持参する物
1日目	5月13日(休)	午後1時10分～4時	保健福祉総合センター	パパママになる方 (妊娠16週以降の安定期の方) ※事前にお申し込みください	母子健康手帳 筆記用具 エプロン(2日目) ※運動しやすい服装でお越しください
2日目	5月22日(金)	午前9時10分～午後2時30分			
3日目	5月29日(金)	午後1時10分～4時30分			
4日目	5月30日(土)	午前9時10分～正午			

4月1日から妊婦一般健康診査の公費負担が14回に!

母体や胎児の健康確保と妊娠中の健診費用の負担軽減を図るため、4月1日から妊婦健診などにかかる公費負担回数を14回に拡充しました。妊婦健診は、昨年4月に2回から5回へ拡充しましたが、さらに健診費用の負担を軽減し、安全・安心な出産をするために、さらに9回分を追加しました。また、超音波検査は、公費負担をこれまで「出産予定日現在、35歳以上の方」に限定していましたが、今回の拡充で「すべての妊婦」とし、4回に拡充しました。妊婦健診に必要な受診票は、母子健康手帳交付時にお渡しします。既に母子健康手帳をお持ちの方で4月以降健診を受けられる方には、個別に通知します。出産予定日が3月31日までの方で4月以降健診を受けられる方は、保健福祉総合センターでお渡しします。また、県内外の委託医療機関以外の病院や助産院で妊婦健康診査を受ける場合、健診費用を補助(限度額あり)していますので、保健福祉総合センターまでお問い合わせください。妊娠の届出・母子健康手帳交付窓口／保健福祉総合センター、または健康福祉課 問い合わせ／保健福祉総合センター(☎581・8500)へ。

健康ひろば

ワンポイントアドバイス
すこやかな妊娠と出産のために
健康福祉課保健指導班

妊娠に気づいたら
早めに妊娠の届出を!
妊娠に気づいたら、速やかに産婦人科を受診し、妊娠の届出をしましょう。
届出された方は、母子健康手帳のほか、妊婦健診を公費の補

助で受けられる受診券、パパママ学級のご紹介など、各種の情報提供を受けることができます。

母子健康手帳交付時に副読本やマタニティマークキーホルダーなどをお渡ししています

健診を受けていないと母体と胎児の状況が分からず、産婦人科の受け入れが困難となる場合があります。このようなトラブルで、痛ましい死亡事故も起きています。母体と胎児の健康確保のために、かかりつけの産婦人科医をもち、妊婦健診を受けましょう。

子宮頸がんは早期発見が大切です!
子宮頸がんは、早期に発見し治療を行えば、ほぼ100%完治し、その後の妊娠や出産にもほとんど

ど影響しません。早期発見のためにも子宮頸がん検査を受けましょう。子宮頸がんの原因は性行為で感染するHPV(ヒト・パピローマウイルス)というウイルスで、性交経験のある女性では誰でも感染しうるありふれたウイルスであることが解明されました。最近では性交開始年齢の若年層化が進んでいるため、20～30代の女性の子宮頸がん発生が増加しています。検査を受けることは予防と早期発見への第一歩です。妊婦健診では子宮頸がん検査が受診できます。

親子 De 笑顔

※子育て支援センターを利用された皆さんを中心に紹介しています。



ひかり 大木真琴さん・陽花里ちゃん(1歳5カ月)(本村)

- ☺子育てのポリシー
1歳を過ぎてからいろいろなことができるようになってきたので、新しいことができると、大げさなほどほめています。また、言葉を覚え始めたので、あいさつなどのコミュニケーションを大事にしています。
- ☺お父さんが夢中になっていること
歌とダンスが大好きです。見よう見まねでリズムをとって夢中で踊っています。それと、まだ会話はできませんが、目を見て一生懸命何かお話しをしてくれます。

子育て Q & A

Q 1歳6カ月の子ども食事の時間が毎日大変です
自分で何でも食べたり、スプーンを持ってご飯を口に運ぶのですが、ポロポロこぼしたり、床に落としたり、手でつぶしたりして、毎回、後片付けが大変です。一回の食事にとっても時間がかかってしまうので、困っています。

A 小さい子どもは、よくお皿の中をこちゃこちゃにかき混ぜたり、スプーンを放り投げたり、食べ物を手でつぶしたりして散らかします。しかもやっと食べ終わったと思ったら、今度は後片付け。親は息をつく暇もなく、疲れてしまいますね。そこで、少しでも後片付けをしやすくするために、テーブルや椅子の下にビニールや新聞紙を敷いて、汚れてもかまわないようにしておくという工夫をしましょう。散らかすのは遊ぶというより、スプーンや食べ物に興味を示すので、親が何でもやってみ

まわす、スプーンが上手に使えなくても子どもに持たせてやる食事の中に手をつかみやすいものを用意するなど、子どもの意欲を育てることが大切だと思います。また、気が散って食べられないような時や、最初は食べていたのに30分くらいかかっても食べ終えず、ご飯をこちゃこちゃにしたり、ひっくり返したりし始めた時は、食べた量にかかわらず、「こちゃこちゃ」と切り上げた方がいいでしょう。食べ物遊び道具ではないと教えることも大切だと思います。

子育てサロン

5月の子育て支援センター事業

問い合わせ／子育て支援センター(☎581・4165)へ。

●育児相談

曜日	時間	場所	備考
毎週木曜日	午前9時～午後4時	子育て支援センター	子育てについて、どのようなことでも気軽にご相談ください。

●ほかほかクラブ(0、1歳)

月日(曜日)	時間	場所	備考
5月20日(水)	午前10時～11時30分	寄居保育所	赤ちゃんが遊ぶスキンシップ遊びなどを行います。 ※床に座りますので、バスタオルをご持参ください。
5月27日(水)		遊戯室	

●ほかほかクラブ(2歳以上)

月日(曜日)	時間	場所	備考
5月1日(金)	午前10時～11時30分	寄居保育所 遊戯室	広い室内でたくさんの友達と体を動かして遊びます。
5月8日(金)			
5月15日(金)			

●つぼみのつどい ※事前に予約が必要です。

月日(曜日)	時間	場所	備考
5月16日(土)	午前10時～11時30分	子育て支援センター	5月中旬に1歳になるお子さんを対象に、手形とりや身体計測、手遊びなどを行います。

●給食体験(有料) ※事前に予約が必要です。

月日(曜日)	時間	場所	対象・定員・費用	申し込み
5月22日(金)	午前10時～正午	子育て支援センター	離乳が完了した親子4組・親子2人で400円	5月12日(火)午前9時30分から、子育て支援センターへ電話でお申し込みください。定員になり次第締め切ります。

●よりっこサロン

曜日	時間	場所	備考
毎週火曜日	午前の部 9時30分～11時30分 午後の部 1時～3時50分	子育て支援センター	センターを開放します。5月12日(火)は、身体計測も行います。
第1、2、5土曜日	午後1時～3時50分		
第3、4水曜日			
第1、2金曜日			
第3、4土曜日			

●あかちゃんサロン

月日(曜日)	時間	場所	備考
5月15日(金)	午後1時～3時50分	子育て支援センター	1歳未満のお子さんを対象に、センターを開放します。

●親子ふれあい広場

月日(曜日)	時間	場所	備考
5月23日(土)	午前10時～11時30分	寄居保育所 遊戯室	手遊びや歌などを親子で楽しめます。

※支援センターは、日・月曜日、祝日が休みです。