

母子健康手帳の交付

お母さんとお子さんの健康を守るために、妊婦さん全員に交付しています。
 ●随時交付いたしますが、保健師が留守の場合がありますので事前に電話などでご連絡ください。
 ●場所 健康福祉センター

赤ちゃん健診

●日程

期 日	健 診	対 象 児
2日 (水)	3カ月児 9カ月児	平成22年11月生まれ 平成22年5月生まれ
16日 (水)	1歳6カ月児	平成21年6月と7月生まれ

- 会場 健康福祉センター
- 内容と受付時間
3カ月児…昼12時30分～1時
9カ月児…午後1時～1時20分
1歳6カ月児…昼12時30分～1時25分
- 持ち物
母子健康手帳、バスタオル、問診票（3カ月・9カ月児は事前に配布、1歳6カ月児は郵送）、予防接種予診票綴（3カ月児）
- 注意
①乳幼児問診票と母子健康手帳の「保護者の記録」を必ず記入しておいでください。
②1歳6カ月児健診のかたは郵送する問診票で指定された時間においでください。
③待ち時間を少なくするため受付時間をずらしていますので、ご協力ください。
④お子さんが、当日具合が悪かったり、1週間以内に人にうつる可能性のある病気（みずぼうそう、インフルエンザ、突発性発疹、とびひなど）にかかったりしたときは事前に電話などでご連絡ください。

両親学級（後期）

- 日程 3月11日（金）
- 対象 平成23年4月～平成23年7月に出産予定のかた
- 会場 健康福祉センター
- 内容 赤ちゃんの保育と栄養、お風呂の入れ方、お産の経過、子育てと家族の役割など
- 時間 午後1時～午後4時
- 持ち物 母子健康手帳と前期の資料
- 申し込みは3月9日（水）まで、お電話でお願いします。

離乳食教室

- 日程 3月10日（木）
- 対象 離乳食を学びたいかた

- 内容 離乳食の進め方、調理実習、試食と懇談
- 時間 午前9時30分～11時30分
- 参加費 200円（調理実習費）
- 持ち物 母子健康手帳、エプロン、三角巾、筆記用具
- 保育 お子さんと一緒に参加できます。希望されるかたはお申し込み時にご予約ください。
- 申し込みは3月7日（月）まで、お電話でお願いします。

日本語の通訳が必要なかたへ

母子健康手帳交付時、両親学級や赤ちゃん健診などで通訳をお願いすることができます。必要なかたは事前にご連絡ください。

すこやか子ども何でも相談

- 随時相談をお受けしています。
- お子さんの健康や育児のことなど、どんな小さなことでも一人で悩まず、ご相談ください。

健康相談

- 随時相談をお受けしています。
- 内容 赤ちゃんからお年寄りまで、体や心の健康に関すること全般

こころの健康相談

- 随時相談をお受けしています。
- 内容 最近眠れない、気分が落ちこむなど心の健康でお悩みのかた、誰かに話をするだけで楽になれる場合もあります。ご相談ください。

らくらくスマイル教室

健康づくりのための体操教室です。日頃の運動不足・ストレス解消のため、ぜひご参加ください。

- 3月の日程・内容
 昼の部◇8日（火）、22日（火）
 ◇午後1時30分～3時
 ◇ゴムバンドトレーニング、肩こり・腰痛・膝痛予防ストレッチほか
 夜の部◇9日（水）、23日（水）
 ◇午後7時～8時30分
 ◇最新トレーニング法、体力レベルチェック、サーキットトレーニングその4 ほか
 ■申込・問い合わせ
 健康福祉課健康推進係（☎86-0210）

子育て支援センター

3月のあそび広場

（時間 午前9時30分～12時）

【赤ちゃん広場（火・水曜日）】

▼会場 健康福祉センター
1日、2日、8日、9日、15日、16日、22日、23日

【すこやかあそび広場】

▼会場 健康福祉センター
3日、10日、17日、24日
▼会場 ハーモニープラザ
4日、11日、18日、25日

【地区広場（月曜日）】

7日、28日 東根地区公民館
14日 蚕桑地区公民館

【午後の広場】

▼会場 健康福祉センター
▼時間 午後1時30分～3時30分
毎週月・木・金曜日
毎週火・水曜日（サークル広場）

【おばあちゃんたちのお茶会】

10日 2階会議室
午前10時30分～

【お別れ会】

17日 すこやかホール
午前9時30分～

【赤ちゃん広場身体測定】

1日 健康福祉センター

【すこやか広場身体測定】

3日 健康福祉センター

*子育て相談は随時受け付けます。

■問い合わせ 健康福祉課
子育て支援センター（☎86-0212）

「結婚相談室」の開設

- ▼いつ 3月8日（火）午後1時～5時
- ▼どこで 老人福祉センター
- ▼相談料 無料
*事前に連絡があれば、相談時間など調整します。プライバシー厳守。
- 問い合わせ
産業振興課商工振興係（☎85-6136）

農業委員会のお知らせ

- 3月の農業委員会総会開催日
3月25日（月）午後3時～
- 農地法関係の申請締め切り日
3月10日（金）
- 問い合わせ
農業委員会農地調整係（☎85-6128）

生活相談所の相談日

- 3月2日（水）弁護士相談及び一般相談
- 3月16日（水）一般相談
- 3月30日（水）一般相談
- ▼会場：老人福祉センター
- ▼時間：午後1時30分から3時30分まで
- ▼弁護士：安部 敏 氏
*弁護士相談は先着順になりますので、お早めにご予約ください。相談は無料。
- 問い合わせ
白鷹町社会福祉協議会（☎86-0150）

※麻疹風疹予防接種（2期・3期・4期）について
今年度対象のかたで、まだ接種をしていないかたは3月31日（木）までに接種を済ませてください。

■問い合わせ 健康福祉課健康推進係