

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等でご連絡ください。

●**場所** 健康福祉センター

※妊娠届出書に個人番号（マイナンバー）の記入と本人確認が必要になりますので、届出時に下記①②のいずれかをお持ちください。

- ①個人番号カード
- ②個人番号通知カードと妊婦本人の確認ができるもの（運転免許証、パスポートなど）

乳幼児健診

期日	健診	対象児
7日(水)	3カ月児 9カ月児	平成29年11月生まれ 平成29年5月生まれ
14日(水)	1歳6カ月児	平成28年7月生まれ

●**会場** 健康福祉センター

●**受付時間**

- 3カ月児…午後1時～1時15分
- 9カ月児…午後1時15分～1時30分
- 1歳6カ月児…午後1時～1時20分

●**持ち物** 母子健康手帳、バスタオル、交換用オムツ、問診票（郵送）

※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。

※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。

マタニティクラス／両親学級(後期)

●**日時** 3月15日(木)

午後1時30分～4時

●**会場** 健康福祉センター

●**対象** 平成30年4月～7月に出産予定の方とそのご家族

●**内容** あかちゃんの栄養、お風呂の入れ方、お産の経過、子育てと家族の役割など

●**持ち物** 母子健康手帳と前期の資料

●**申し込み**は3月13日(火)まで、お電話でお願いします。

離乳食教室

●**日時** 3月13日(火)

午前10時～11時30分

●**会場** 健康福祉センター

●**対象** 離乳食を学びたい方

●**内容** 離乳食の進め方、調理実習、試食と懇談

●**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。希望される方は申し込み時にご予約ください。

●**申し込み**は3月6日(火)まで、お電話でお願いします。

すくすく発達相談会

子どもの発達に詳しい専門家（臨床心理士）による、ことばや発達などの個別相談会を開催します。

●**日時** 3月5日(月)

午後2時～4時の間で一人1時間程度

●**会場** 健康福祉センター

●**対象** 幼児から小学生程度の児童とその保護者

※ご希望の方は予約が必要になりますので、担当までご連絡ください。

3月1日(木)～7日(水)は「子ども予防接種週間」です

4月から入園、入学、進級するお子さんまたは社会人となるお子さんの保護者の方は、お子さんの予防接種歴を確認いただき、未接種のものがある場合はこの機会に接種を受けましょう。

☆特におすすめている予防接種と対象となるお子さん

- ・麻しん風しん…1歳、年長児
- ・2種混合…小学6年生
- ・日本脳炎…3歳、4歳、9歳、18歳

3月1日(木)～8日(木)は「女性の健康週間」です

女性が生涯を通じて健康で明るく、充実した日々を自立して過ごせるよう、健康づくりを広げる機会として「女性の健康週間」を定めています。

心身ともに健康であるためには、正しい知識を持ち、からだからのサインを見逃さないようにすることが大切です。この機会にぜひご自身の健康について考えてみましょう。

らくらくスマイル教室

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。

[昼の部]

●**日程** 6日(火) 20日(火)

午後1時30分～3時

●**内容** 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]

●**日程** 14日(水) 28日(水)

午後7時～8時30分

●**内容** 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④ ほか

子育て支援センター「にこぼーと」 3月のあそび広場

●**利用時間**

午前9時30分～午後3時30分

●**利用できない日** 毎週土曜日

[3月の予定]

1日(木) 午前9時30分～

「すこやか広場身体測定」

1日(木) 午前10時30分～

「子育て講座」

4日(日) 午前10時～

「マザーズコーチング講座」

※参加希望・託児希望の方は、2月26日(月)までお申し込みください。(20組限定)

6日(火) 午前10時～昼12時

「育児相談日」(要予約)

6日(火) 午前10時15分～11時

「赤ちゃん広場身体測定」

8日(木) 午前10時～

「おわかれ会」

15日(木) 午前11時15分～

「誕生会」

【問い合わせ】

子育て支援センター「にこぼーと」

☎87-0083

保育園・こども園開放日

毎週水曜日に全保育園・こども園を開放しています。詳しくはお問い合わせください。

●**時間** 午前9時30分～11時

【問い合わせ】

健康福祉課子育て支援係 ☎86-0212

「生活相談所」の開設

[弁護士相談] 3月7日(水)

●**時間** 午後2時～4時まで

●**弁護士** 安部 敏 氏

[生活相談] 3月21日(水)

●**時間** 午後1時30分～3時30分まで

●**会場** 老人福祉センター「八乙女荘」

※弁護士相談は、相談日の前々日午後5時までにご予約ください。

【問い合わせ】

白鷹町社会福祉協議会 ☎86-0150