

●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	1月分		2月分		受付時間
	月日	対象者	月日	対象者	
4カ月児健診	1月26日(水)	平成22年 9月生まれの方	2月23日(水)	平成22年10月生まれの方	13:00～13:10
6カ月児育児相談	1月28日(金)	平成22年 7月生まれの方	2月25日(金)	平成22年 8月生まれの方	9:20～ 9:30
1歳6カ月児健診	1月27日(木)	平成21年 6月生まれの方	2月24日(木)	平成21年 7月生まれの方	13:00～13:10
2歳6カ月児 親子歯科健診	1月28日(金)	平成20年 7月生まれの方	2月25日(金)	平成20年 8月生まれの方	13:00～13:10
3歳6カ月児健診	1月25日(火)	平成19年 7月生まれの方	2月22日(火)	平成19年 8月生まれの方	13:00～13:10
乳幼児相談	1月 6日(木)	乳幼児～未就学児のお子さまと そのご家族の方	2月 3日(木)	乳幼児～未就学児のお子さまと そのご家族の方	9:15～ 9:45
妊婦歯科健診	2月8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いでください。
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)

内 容	月 日	受付時間	サロン
助産師とお話をしながら過ごすサロンです。妊婦さん、4カ月児健診前のお子さまとその家族の方が対象です。希望により個別相談もできます。	1月11日(火)	9:20～10:00	10:00～11:00
	2月 8日(火)		

※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)。

●歯周病検診実施中！

昨年9月から歯周病検診を実施しています。2月28日(月)までとなっていますので、この機会にぜひ受診しましょう！ 対象者の方には既に受診券を送付していますが、「まだ届いていない」「なくしてしまった」という方は、健康推進課(☎22-1362)までお問い合わせください。 ●対象者 30歳、35歳、40歳、45歳、50歳、55歳、60歳、65歳、70歳 ※対象者の年齢は、平成23年4月1日現在のものです。
--

子育てメール相談(担当:子ども家庭課)
メールで子育て相談ができます。
●メールアドレス kodomo@city.shiroishi.miyagi.jp

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
Eメールアドレス kosodate@city.shiroishi.miyagi.jp

■「離乳食教室第Ⅳ期」参加者募集！

これから離乳食を始めようとしている方や、始めたけれど不安を感じている方など、実習しながら楽しく学んでみませんか。ぜひご参加ください。

●対象 平成22年5月～7月生まれのお子さまを子育て中の親子
●日時 前期1月14日(金)、後期3月4日(金)全2回、いずれも10:00～11:30

※9:40までお集まりください。

●場所 健康センター2階

和室・栄養指導室

●募集定員 6組(申し込み順)

●参加費 200円以内(材料代)

●申し込み方法 1月5日(水)以降、ふれあいプラザ内子育て支援センターに電話でお申し込みください。

※当日の駐車場は、城下広場駐車場をご利用ください。

■「ほっぷんちょ」を開催します！

参加無料

～楽しい子育てを応援します～

乳幼児と家族の方々の交流のひろばです。今月は、「親子ふれあい遊び」です。気軽にご参加ください。

●対象 就園前のお子さまと保護者
●日時 1月19日(水)10:00～11:30

●場所 中央公民館2階講座室
※参加を希望される方は、会場に直接お越しください。

■「あいあいらんど」開催！

参加無料

手遊びや体を動かして楽しく遊びましょう。保護者の方々の交流の場にもなっています。

●対象 就園前のお子さまと保護者
●日時 1月26日(水)10:00～11:30

●場所 大平公民館

●持ち物 室内靴(親子とも)、お子さま用にお茶またはお水

※参加を希望される方は、会場に直接お越しください。

■支援センターの子育てサークル
1月・2月の開催日のお知らせ

参加無料

お子さまの成長に合わせた、年齢毎の子育てサークルです。

①ニコニコるーむ(0～6カ月児)
1月はお休み、2月14日(月)

②ハイハイるーむ(7～11カ月児)
1月12日(水)、2月9日(水)

③ヨチヨチるーむ(1歳児)
1月5日(水)、2月2日(水)

④ランランるーむ(2歳児)
1月6日(木)、2月3日(木)

⑤ルンルンるーむ(3歳児以上)
1月13日(木)、2月10日(木)

●場所(共通) ふれあいプラザ

●時間(共通) 10:00～11:30

※参加を希望される方は、直接お越しください。

ファミリー・サポート・センター

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

■第4回勉強会を開催しました



▲子どもとの接し方を学ぶ会員の皆さん

10月26日、本年度最後の勉強会を開催しました。子どもたちを預かる提供会員さんが、子どもの発達と事故防止、援助活動の中での依頼会員さんとの接し方について学習した後、提供会員さん同士で情報交換をしながら、援助活動について確認しました。

■第2回講演会を開催しました

11月9日、災害現場で活動している救援アドバイザーの黒澤司さんをお迎えし、「子どもを持つ家庭の防災と災害時の知識」を勉強しました。講演では、実際の避難所など被災地の状況をスライドで分かりやすく説

明していただきました。

その中でも、「女性の参加が大きな役割を持つこと」「地域の防災組織作りや自己防衛が家族の命を守ることにつながる」などの話がありました。参加者からは、「災害について再認識することができ、これからでもできることから防災の準備をしていきたいと思います」などの声が聞かれました。



▲真剣にメモを取る参加者の皆さん

■「ファミサポ」って何？

～ファミサポ会員随時募集中～

ファミサポは、お子さまの一時預かりや保育施設への送迎など、子育て中の家庭のお手伝いを会員制で行っています。

今は利用予定のない方でも、何かあった時のために、事前の入会をお勧めします。また、お子さまが好んで子育てのお手伝いができる方も募集しています。地域で子育て支援の輪を広げましょう。

入会手続きは簡単です。印鑑をお持ちの上、ふれあいプラザにご来館ください。

①依頼会員 市内に在住・勤務する子育てのお手伝いをしてほしい方

②提供会員 市内在住の方で、子どもの預かりや送迎ができる方

③両方会員 ①と②を兼ねる方

●利用料 1時間当たり子ども1人につき500円。2人目(兄弟、姉妹)から1時間当たり250円となります。

1月のおはなしひろば

●開催日 1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1階階段シアター

●内容 紙芝居や絵本の読み聞かせ

☎図書館 ☎26-3004

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。

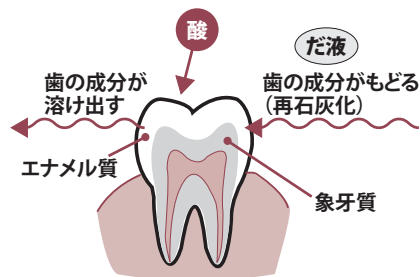
☎健康推進課 ☎22-1362

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！



▲11月16日の3歳6カ月児健診を受診した子どもたち