

●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	2月分		3月分		受付時間
	月日	対象者	月日	対象者	
4カ月児健診	2月23日(水)	平成22年10月生まれの方	3月23日(水)	平成22年11月生まれの方	13:00～13:10
6カ月児育児相談	2月25日(金)	平成22年 8月生まれの方	3月25日(金)	平成22年 9月生まれの方	9:20～ 9:30
1歳6カ月児健診	2月24日(木)	平成21年 7月生まれの方	3月24日(木)	平成21年 8月生まれの方	13:00～13:10
2歳6カ月児 親子歯科健診	2月25日(金)	平成20年 8月生まれの方	3月25日(金)	平成20年 9月生まれの方	13:00～13:10
3歳6カ月児健診	2月22日(火)	平成19年 8月生まれの方	3月22日(火)	平成19年 9月生まれの方	13:00～13:10
乳幼児相談	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	3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ください。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。	2月 8日(火)	9:20～10:00	10:00～11:00
	3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)。

●生活習慣病予防のための市民公開講座

参加無料
糖尿病は、かなり重症にならないと症状が出ず、放置しておくこと怖い合併症が待っています。本市では、昨年に比べて受療率が上昇しています。この機会に、糖尿病について勉強してみませんか？

●日時 2月10日(木) 9:30～11:30
●場所 健康センター2階 大会議室
●内容 講演「知って防ごう糖尿病～あなたに近寄る合併症の恐怖～」
●講師 仙台白百合女子大学 准教授 佐々木裕子先生
●申し込み・問い合わせ先 健康推進課 ☎22-1362
※前日までに、電話でお申し込みください。

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

■「ほっぶんちょ」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、本市の保健師が「子どもの病気」についてお話しする予定です。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 2月16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 2月23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。

■「ベビーマッサージ」開催！

母乳や育児のことでお困りの方もぜひどうぞ。

●講師 助産師 岩佐あけみさん

●日時 3月8日(火)10:00～11:30

●場所 ふれあいプラザ和室

●対象 生後2～6カ月ごろまで

●募集定員 10組(申し込み順)

※初めての方が優先となります。

●参加費 100円(オイル代)

●持ち物 バスタオルなど

●申し込み方法 3月1日(火)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。

■支援センターの子育てサークル

2月・3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、年齢ごとの子育てサークルです。

①ニコニコるーむ(0～6カ月児)

2月14日(月)、3月14日(月)

②ハイハイるーむ(7～11カ月児)

2月9日(水)、3月9日(水)

③ヨチヨチるーむ(1歳児)

2月2日(水)、3月2日(水)

④ランランるーむ(2歳児)

2月3日(木)、3月3日(木)

⑤ルンルンるーむ(3歳児以上)

2月10日(木)、3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

■サンタさんがやってきた！ ふれあいプラザ「クリスマス会」を開催しました

12月15日、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の「クリスマス会」を開催しました。55組119人が参加し、ふれあいプラザの中には、元気な子どもたちの声が響き渡りました。

サンタさん登場の場面では、子どもたちが手作りおもちゃのプレゼントを受け取り、満面の笑顔を見せていました。そのほかにも、パネルシアターを見たり、みんなで歌ったりと、楽しい1日になりました。



▲サンタさんからプレゼントを受け取りうれしい表情を見せる子どもたち

～2月は子ども手当の支給月です～

平成22年10月分から平成23年1月分までの子ども手当を、受給者の方へ振り込みます。2月4日以降、該当する金融機関でお受け取りください。

☎子ども家庭課 ☎22-1363

■ファミサポ会員随時募集中

ファミリーサポートセンターは、地域の皆さまとともに子どもたちの健やかな成長を願い、心に余裕を持った育児ができるように家庭をサポートする子育て支援事業です。

急なお仕事や通院など、一時的なお子さまの預かりに対応します。登録しておくことにご利用できますので、万が一に供えて、早めの入会をお勧めします。

入会の手続きは簡単です。印鑑をお持ちの上、ふれあいプラザにご来館ください。利用料は、1時間当たり子ども1人につき500円、2人目(兄弟、姉妹)以降1時間当たり250円です。

子育てのお手伝いができる方(提供会員)も募集しています。

2月のおはなしひろば

●開催日 2月10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。

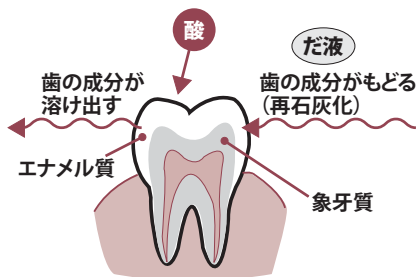
☎健康推進課 ☎22-1362

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！



▲12月14日の3歳6カ月児健診を受診した子どもたち