

●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	12月分		1月分		受付時間
	月日	対象者	月日	対象者	
4カ月児健診	12月14日(水)	平成23年8月生まれの方	1月25日(水)	平成23年9月生まれの方	13:00~13:10
6カ月児育児相談	12月16日(金)	平成23年6月生まれの方	1月27日(金)	平成23年7月生まれの方	9:20~ 9:30
1歳6カ月児健診	12月15日(木)	平成22年5月生まれの方	1月26日(木)	平成22年6月生まれの方	13:00~13:10
2歳6カ月児親子歯科健診	12月16日(金)	平成21年6月生まれの方	1月27日(金)	平成21年7月生まれの方	13:00~13:10
3歳6カ月児健診	12月13日(火)	平成20年6月生まれの方	1月24日(火)	平成20年7月生まれの方	13:00~13:10
乳幼児相談	12月12日(月)	乳幼児~未就学児のお子さまと そのご家族の方	1月12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	平成24年2月7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、広報しるいしをご覧の上、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)

月日	内容	対象	受付時間	サロン
12月 6日(火)	助産師とお話をしながら過ごすサロンです。	妊婦さんや、4カ月健康診査前 のお子さまとそのご家族の方	9:20~	10:00~
1月10日(火)	離乳食にも生かせる妊産婦の食事についてお話しします(実演・試食あり)。		9:30	11:30

※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)。

●高齢者の皆さまへ~肺炎球菌ワクチンで肺炎を予防しましょう~

肺炎は、日本人の死亡率の第4位となっています。特に、75歳以降の肺炎による死亡率は、男女とも急激に増加します。肺炎の約半数が、肺炎球菌によるものといわれており、予防接種で約80%が予防できると考えられています。予防接種を受けて、肺炎を予防しましょう! 本市では、高齢者の肺炎球菌による肺炎感染を予防することを目的に、肺炎球菌予防接種に対する補助を行っています。

●対象者 白石市に住所を有する65歳以上の方(接種時65歳になった方)。  
 ●実施期間 通年実施。被接種者1人につき1回接種となります。  
 ●接種料金 1回8,000円。このうち被接種者が5,000円を負担し、差額3,000円を市が助成します。なお、接種後5年以上が経過した方は、2回目以降も補助対象となります。  
 ●実施医療機関 白石市・蔵王町・七ヶ宿町の実施医療機関。

●日本赤十字社による高齢者肺炎球菌ワクチン接種費用助成事業

~一部医療機関では、70歳以上の方の接種費用が無料(全額助成)になります~  
 日本赤十字社では被災地復興支援策の一つとして、高齢者の健康を守るため(社)宮城県医師会と共同で、契約を交わした医療機関において、70歳以上の宮城県民(※)を対象に肺炎球菌ワクチン接種費用を全額助成する事業を行っています。実施期間は平成24年3月31日(土)までですが、接種予定数に達し次第終了となります。無料での接種を希望される方は、事前に全額が助成されるか否かを医療機関にご確認の上(必須)、接種を受けられますようご案内します。  
 ※県内に住所がある70歳以上の方。平成24年3月31日までに70歳になる方や、震災時、県内に住所があった70歳以上の方を含みます。

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

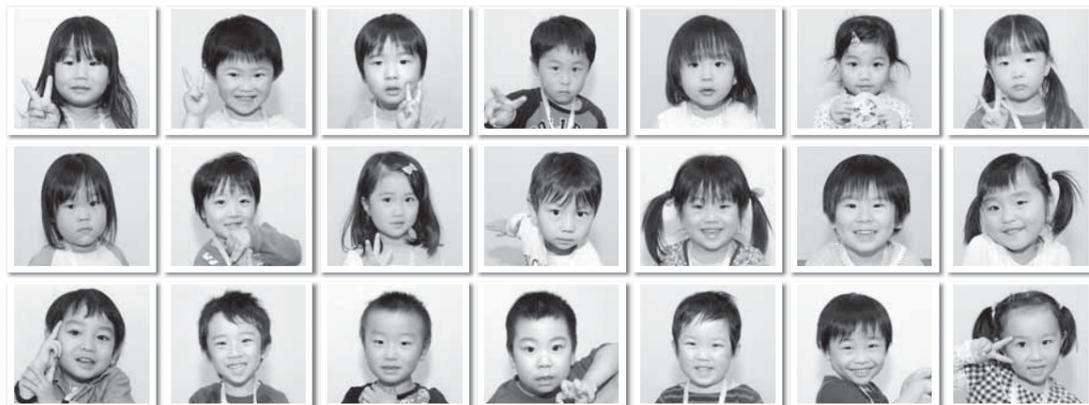
だ液は、歯を守る強い味方です

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!

【10月18日の3歳6カ月児健診を受診した子どもたち】



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。

☎ふれあいプラザ内 ☎22-6025 ☎22-6027 開館日 月~金 8:30~17:15  
 Eメールアドレス kosodate@city.shiroishi.miyagi.jp

■「ベビーマッサージ」参加者募集!

母乳や育児のことでお困りの方もぜひ、どうぞ。

- 対象 生後2~6カ月ごろまで
- 講師 助産師 岩佐あけみさん
- 日時 12月15日(木) 10:00~11:30
- 場所 ふれあいプラザ和室
- 定員 10組(申し込み順)
- 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 12月2日(金)以降、電話でお申し込みください。

※12月21日(水)の『ほっぷんちゅ』は、ふれあいプラザ「クリスマス会」と同時開催です。クリスマス会の詳細は、ファミサポ欄をご覧ください。

※今月の「あいあいらんど」はお休みします。

■支援センターの子育てサークル

12月・1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。参加を希望される方は、会場に直接お越しください。

- ①ニコニコるーむ(0~6カ月児) 12月12日(月)、1月16日(月)
- ②ハイハイるーむ(7~11カ月児) 12月14日(水)、1月11日(水)
- ③ヨチヨチるーむ(1歳児) 12月7日(水)、1月10日(火)
- ④ランランるーむ(2歳児) 12月1日(木)、1月19日(木)
- ⑤ルンルンるーむ(3歳児以上) 12月8日(木)、1月12日(木)
- 時間(共通) 10:00~11:30
- 場所(共通) ふれあいプラザ

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

■ふれあいプラザ「クリスマス会」を開催します

参加無料

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による「クリスマス会」を開催します。手遊びや歌、大型紙芝居などで楽しいひとときを過ごしませんか? サンタさんも登場します。

- 日時 12月21日(水) 10:00~12:00
- 場所 ふれあいプラザ2階
- 定員 親子50組(申し込み順)
- 申し込み方法 12月16日(金)まで、電話または来館の上、お申し込みください。

■ファミサポ会員随時募集中

- ぜひご登録ください。
- 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のできる方
  - 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。

子どもたちの笑顔があふれるおまつり

ふれあいプラザで「ファミサポ秋祭り」を開催しました

10月18日、「ファミサポ秋祭り」をふれあいプラザで開催しました。この日、ふれあいプラザの2階は子どもたちにとって遊園地のように変身。昔遊びコーナーでは折り紙やお手玉で遊び、的当てやボウリングでは体を動かして遊び、魚釣りや大型紙芝居なども行われ子どもたちは大はしゃぎ。また、お姫さまや『アンパンマン』の衣装を身に付けて変身するコーナーもあり、親子で楽しく過ごしました。

