

妊婦・乳幼児

※必ず母子手帳をご持参ください。

行	事	月日曜	時 間	場 所	対 象	内 容	持 参 品 等
健 診	乳児健康診査	6月5日(木)	受 付 13:00~14:00	保 健 中 心	平成14年11月生 12月生	診察・発達チェック・計測・健康相談・栄養相談・育児相談	対象児には個人通知します。今までに未受診の方もぜひお受けください。
	1歳6か月児健康診査	5月8日(木)			平成13年9月生 10月生	上記のほか、歯科健診・フッ素塗布(対象児のみ)	
相 談	ママ キッズのすこやか相談	5月6日(火)	13:00~15:00	保 健 中 心	妊 乳 幼 児	計測(乳幼児のみ)・健康相談・栄養相談・歯科相談	妊娠・育児についてのご心配はありませんか? お気軽にどうぞ。歯の相談のある方は、歯ブラシをご持参ください。
		6月3日(火)					
教 室	ウエルカムベビースクール ~赤ちゃんと一緒に迎えよう~	5月14日(水)	9:30~13:00	セ ン タ ー	妊婦 ※②③はぜひパートナーやご家族の方とご参加ください。	①「おいしく賢く食べるために」 ○管理栄養士からのお話 ○調理実習と試食会	※各回1週間前までに電話などでお申し込みください。 ※①②の終了後、ティータイムを1時間ほど設けてあります。
		5月21日(水)	13:30~15:30 ビデオ上映 13:00~			②「お産を楽しく!いきいきと」 ~お産のすすみ方と呼吸法~ ○助産師のお話 ※ビデオ上映 「赤ちゃん~このすばらしき生命~」	
		5月24日(土)	13:30~16:00 ビデオ上映 13:00~			③「すくすく子育て親育ち」 ○大学教授のお話 「パパと一緒に楽しいバスタイム」 沐浴実習 ※ビデオ上映「お父さんへ~赤ちゃんからのメッセージ~」	
		6月3日(火)	10:00~11:30			④子育て探検 「親子遊びと育児ママとのティータイム」 ※お茶代50円必要です。	
予 防 接 種	集団接種 ツベルクリン反応検査 判定BCG	ツベルクリン反応検査	判定BCG	保 健 セ ン タ ー	対象地区 新立・本村・筒井・社宅 北伊予・岡田校区 南黒田・北黒田・宗意原	※対象年齢は生後3か月以上4歳未満 ※ツベルクリン反応検査の2日後に判定を行い、その結果、陰性の児にBCGを接種します。 ※お子さんが生まれてからの身体の状態がよく分かる方が連れてきてください。	
		5月27日(火)	5月29日(木)				
		6月4日(水)	6月6日(金)				
		6月9日(月)	6月11日(水)				
★受付時間		13:20~14:00 医師による診察は13:30からです。					
個別接種		<p>保健センターで<b>予防接種手帳</b>を発行しています。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●生後3か月を過ぎましたら、手続にお越しくください。「<b>予防接種と子どもの健康</b>」をよくお読みください。</li> <li>●最近1か月以内に病気にかかったお子さんは、接種できない場合がありますので、主治医にご相談ください。</li> </ul>					



離乳食は

どうしてからませるの?



●離乳食とは、赤ちゃんが生後5か月くらいになると、母乳やミルクを少しずつ卒業し、食べものから栄養をとれるように、食べ方の練習をしていくものです。この時期には、ミルク以外のさまざまな**食品の素材の味**を覚えることを始め、スプーンに慣れたり、食品を口の中に取り込み、舌を使ってつぶしたり、移動させて歯ぐきでかんだりする力を練習していきます。

●離乳食は、赤ちゃんの将来への影響がとても大きく、今後の食生活を決めていく大切なものです。素材の味を覚えさせていくためには、味付けも薄味にする必要があります。大人と同じような味付(濃い味)だと食品本来の味が消されてしまい、豊かな味覚は形成されません。また、病気の原因にもなります。気をつけて調理しましょう。

●離乳食やミルクを与える時間は、毎日できるだけ一定した時間にあげましょう。食間も3~4時間あけて、空腹感、満腹感をしっかり確立できるように食事のリズムをつけていきましょう。そして、食べる時には、「ゴックン」「モグモグ」「じょうずね」「おいしいね!」などと声をかけたりして、親子のコミュニケーションをはかり、楽しい時間になると、身体とともに心も育っていきます。

●最近、ベビーフードがさまざまな形で売られています。しかし、離乳食を食べる9か月余りの短い間には、一人ひとりの発達にあわせた切り方(大きさ・形)、煮方(硬さ)が必要です。お出かけなどの非常時や、やむを得ない時以外は、**手作り**中心で、わが家の味の離乳食を大切にしましょう。

●保健センターでは「わくわく離乳食スクール」や「ママキッズのすこやか相談」などで離乳食についての疑問や不安解消のお手伝いをしています。お気軽にご相談ください。また、随時来所や電話相談も行っています。