



# Square of Childcare 子育てのひろば

## 今月のおはなし

### 大人が率先 家庭での インフルエンザ予防

News(3ページ) でインフルエンザ予防接種の案内をしていますが、乳児は予防接種ができません。家族が予防接種を受けるほか、家庭内で予防を進めることが大切です。

#### ●チェックしてみよう 家庭での予防

□ 外出先から帰ったら、手洗い・うがい  
まずは大人がやって見せた後、子どもと一緒にやってみましょう。

#### 【手洗いのPoint】

- ・ 爪は短く切り、時計や指輪を外して洗う。
- ・ 指の付け根、手首や手の背など見落としやすい部分も念入りに洗う。
- ・ 洗った後は、手を完全に乾燥させる。

□ タオルの共有を避ける  
手についた見えない細菌やウイルスにタオルから感染してしまうことがあります。小さな子どもでも、できるだけタオルは別々にし、こまめに取り替えて清潔にしておきましょう。

□ オムツの処理を適切に行う  
病気や下痢が治まった後もしばらくは細菌やウイルスは便に出ます。使用後のオムツはしっかり密閉し、替えた後は必ず手洗いをしましょう。

□ 人ごみを避ける  
インフルエンザなどの感染症の流行時期には、できるだけ人ごみを避け、ゆっくり過ごしましょう。

□ その他 適度な湿度(50～60%)を保つ

## Health

### 健康

### 保健センター

Health management

☎985-4118

#### ❖すこやか相談

妊婦、乳幼児から成人のからだや心の健康について相談ができます。来所相談、家庭訪問(要予約)での相談も可。

#### ❖のびのび子育て・発達相談

臨床心理士や発達相談員に相談できます。電話で予約を。

●持参品 母子健康手帳 ★は申込制。健診と相談は、受け付けの時間。

事業名	月日	時間	場所	対象	内容
乳児健診	10月12日(木)	13時～14時	福祉センター2階	平成29年2・3月生	計測、診察など
3歳児健診	10月19日(木)	13時～14時		平成26年7・8月生	計測、診察、歯科健診など
わくわく離乳食スクール★	10月20日(金)	10時40分～12時		乳児の保護者	離乳食の進め方の講話と試食 ※託児は1週間前までに申込みを
にこにこ4カ月相談	10月25日(水)	9時20分～9時30分		平成29年6月生	計測、育児相談、ブックスタートなど
ママ・キッズのすこやか相談	11月7日(火)	13時～15時		妊婦・乳幼児	計測、歯科相談(歯ブラシ要)、育児相談など

## Circle

### サークル

### 子育て支援センター

Support for child raising

☎985-4151

●登録後、各コースに参加できます。時間は10時～11時30分(サーキットあそびのみ13時30分～16時30分)。

★は要予約。託児希望者は、タオル・飲み物などの持参を。

クラブ	名称	開催日	場所	対象	内容		
ひまわりクラブ	ひよこ0歳	2日(日)	福祉センター	0歳児と保護者	あそびステーションで、親子遊びを提供します。		
	うさぎ1歳	12日(土)		1歳児と保護者			
	くま2歳以上	17日(火)		2歳児以上と保護者			
ほほえみクラブ	ほほえみ東	4日(水)	東公民館	未就園児と保護者	東、西、北公民館で、親子遊びを提供します。		
	ほほえみ西	10日(火)	西公民館				
	ほほえみ北	11日(水)	北公民館				
フレンドクラブ	ブックフレンドパーク	4日(水)	福祉センター	未就園児と保護者	親子の友達づくりの機会として、また、親や祖父母の情報交換の場として利用できます。		
	なかよし誕生会★	18日(水)					
	ママパパキッズ編集会★	31日(火)					
	あそび工房(親子遠足)★	23日(日)				ウエルピア伊予	
	おじいちゃんおばあちゃん★	16日(日)				福祉センター	子育てに関わる祖父母
	バルーン★	5日(水)					妊婦
リラックスタイム★	26日(水)	保護者					
まさきっこクラブ	まさきっこ広場	19日(土)	岡田保育園	未就園児と保護者	保育所(園)で親子が遊びます。		
		25日(水)	小富士保育所				
		27日(金)	黒田保育所				
親でスクール	★	6日(金)	福祉センター	保護者	子育てに関する講座		

### 5日 バルーン マタニティピラティス

マタニティピラティスは、母子への負担をかけず行うことができます。心地よく動き、心と体をリフレッシュしましょう。

講師 津田 あゆみ さん

※ 要予約 25組程度(託児 20人程度)



### 16日 おじいちゃんおばあちゃんのサークル 絵手紙

下手でいい、下手がいい。どんな風に描いてもいいのです。かわいい孫を描いてみませんか。

講師 大政 孝子 さん

※ 要予約 25組程度(託児 20人程度)

### 6日 親でスクール 講座「子どもの発達と大人の関わり」

子育てって困ることや悩むことがいっぱいですね。全ての子どもには個性や特性があります。生かし方を一緒に考えませんか。

講師 愛媛大学 吉松 靖文 教授

※ 要予約 25組程度(託児 20人程度)



### 26日 リラックスタイム 整体

簡単セルフケアで、産後の骨盤矯正をしましょう。骨盤の引き締めエクササイズをお伝えします。

講師 高本 愛 さん

※ 要予約 25組程度(託児 20人程度)