

子育て支援センター

Support for child raising

☎985－4151

❖子育て相談

「ちょっと聞いてコール」毎週月～金曜日 / 9時～17時

「ふらっと子育て応援隊」随時予約受付中

❖まさきファミリー・サポート・センター

育児の手助けを有料で行う会員登録制の組織。育児援助の相談・利用、会員登録について随時受付中（専用電話 ☎960－3269）

- 登録をしてから各コースに参加できます。時間は10時～11時30分(あそび工房・ママでスクールは記載の時間)。**★**は要予約。
- 託児を希望する場合は、タオル・飲み物・オムツなどを持参してください。

コース	名 称	開催日	場 所	対 象	備 考
ひまわりクラブ	ひよこ0歳	3日(木)	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	11日(金)		1歳児と保護者	
	くま2歳以上	17日(木)★		2歳児以上と保護者	
ほほえみクラブ	ほほえみ東	2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	8日(火)	西公民館		
	ほほえみ北	16日(水)	北公民館		
フレンドクラブ	ブックフレンドパーク	7日(月)	福祉センター	親子の友達づくりの機会として、また、親の情報交換の場として利用できます。	親子の友達づくりの機会として、また、親の情報交換の場として利用できます。
	ママパパキッズ編集会	10日(木)★			
	なかよし誕生会	23日(水)★			
	あそび工房	28日(月)★		保護者	ピラティス
	リラックスタイム	14日(月)★			
	バルーン	18日(金)★			
ママでスクール		15日(火)★		妊婦・0歳児保護者	手作りおもちゃ
				未就園児と保護者	食育・クッキング

サークル
紹介

リラックスタイム ピラティス

ピラティスの呼吸に合わせて体を動かし、産後に開いた骨盤と体幹を鍛えて、元の状態に戻しましょう。

日時 3月14日(月) 10時～11時30分

場所 福祉センター2階 集会室

講師 鎌田 美佳さん

準備物 動きやすい服装・
タオル・飲み物

※ 要予約 25組程度
(託児20人程度)



サークル
紹介

バルーン 手作りおもちゃ

これからの季節にぴったりのかわいい帽子を作ってみませんか。

日時 3月18日(金) 10時～11時30分

場所 あそびステーション

準備物 裁縫道具・白糸・材料費(300円程度)

※ 1歳未満の親も参加できますのでお問い合わせください。ただし、妊婦を優先します。

※ 要予約 15組程度(託児10人程度)



サークル
紹介

ママでスクール 食育・クッキング

食事のリズムの基礎をつくる重要な幼児期。「おなかがついた」を「おいしく食べる」につなげませんか。

日時 3月15日(火) 9時45分～12時15分

場所 福祉センター2階 調理室・和室会議室

講師 保健センター 和田 暁子 栄養士

準備物 エプロン・三角巾・マスク・材料費(350円程度)
※ 要予約 24組程度(託児25人程度)

※ 離乳食完了児対象で、締め切りは3月7日(月)です。
アレルギーがある場合は予約時にお知らせください。

サークル
紹介

あそび工房 お別れ遠足

先生や友達と一緒に、本年度最後の楽しい思い出をたくさん作りましょう。

日時 3月28日(月) 10時～12時

場所 松前公園体育館前

準備物 弁当・水筒・敷物・おやつ・お手ふきなど

※ 要予約 25組程度

※ 雨天時は、あそびステーションで遊び、和室会議室で弁当を食べます。

保健センター

Health management

☎985－4118

❖ちょこっと電話相談

健康や子育てについての相談ができます。お気軽にお電話ください。

❖すこやか訪問

妊婦さんや乳幼児の家庭訪問です。お気軽にご予約ください。

❖のびのび発達相談・ゆっくり子育て相談

ママキッズのすこやか相談で臨床心理士に相談できます。電話で予約を。

妊婦・乳幼児の健康

●持参品 母子健康手帳

事業名	月 日	時 間	場所	対 象	内 容
ママ♡キッズのすこやか相談	3月8日(火)	13時～15時	福祉センター2階	妊婦・乳幼児	計測、歯科相談(歯ブラシ要)、育児相談など
1歳6カ月児健診	3月10日(木)	13時～14時		平成26年7・8月生	診察、歯科健診など
乳児健診	4月7日(木)	13時～14時15分		平成27年8・9月生	計測、診察など

成人の健康

●福祉センター2階 健康課保健センター係で血圧測定・健康相談ができます。

事業名	月 日	時 間	場所	内 容		
個 別 栄 養 相 談	3月2日(水)	9時～12時	福祉センター 2階	申 込 制	糖尿病などの食事指導と相談 ※1週間前までに申し込みを。	
	3月16日(水)	13時～16時				
デイケア（精神保健）	3月4日(金)	9時30分～15時				レクリエーション、創作活動など
	4月8日(金)					
赤十字巡回健康講座	3月9日(水)	13時30分～16時				生活習慣病予防についての講義
家族懇談会(精神保健)	3月18日(金)	13時30分～15時30分				医師の講話「不安について」

Information

3月1日～7日は「子ども予防接種週間」

予防接種はお済みですか

母子健康手帳や予防接種手帳などで接種歴を確認し、未接種の予防接種があれば早めに受けましょう。

●麻しん風しんワクチン 公費接種対象者

第1期 1歳以上2歳未満

第2期 平成21年4月2日～22年4月1日生
(小学校入学前の1年間)

※ 第2期の接種期限は28年3月31日(木)まで

3月1日～8日は「女性の健康週間」

健康を見直しましょう

女性は、思春期、妊娠・出産期、更年期、老年期を通じて、ホルモンバランスが大きく変動します。更年期を迎えると女性ホルモンが減少し、脂質異常症や骨粗しょう症が起こりやすくなるなど、心と体にさまざまな変化が生じます。まずは自分の体を知り、体のSOSに早く気付くことが大切です。定期的に健康診断を受けましょう。
※ 今月号の広報に総合健診の案内を同封しています。

接種のご案内

高齢者の肺炎球菌感染症予防接種

下記対象者の接種費用を助成します。事前に医療機関へ予約して接種してください。

定期接種対象者 町に住民登録がある

① 27年度中に 65、70、75、80、85、90、95、100歳になる人

② 60～64歳で、心臓、腎臓、呼吸器、ヒト免疫不全ウイルスによる重度の障がいがある人(身体障がい者手帳1級程度)

接種期限 28年3月31日(木)

接種回数 生涯に1回限り

接種費用 4千円(自己負担額)

※ 生活保護、中国残留孤児等支援給付受給者は無料(証明書が必要)。

持参物 高齢者定期予防接種カード(対象者①には27年3月に送付済)、保険証などの身分証明書

※ 接種券・予診票は医療機関にあります。

※ 既にこの予防接種を受けたことがある人は、定期接種として受けることはできません。