

# 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～木曜日 / 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。★は要予約。

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	16日㊦	福祉センター	0歳児と親	あそびステーションで親子あそびを提供します。
	うさぎ1歳	11日㊦		1歳児と親	
	くま2歳以上	25日㊦		2歳児以上と親	
	のびのび	5日㊦		未就園児と親	
ほほえみクラブ	ほほえみ東	4日㊦	東公民館	未就園児と親	東、西、北公民館で親子あそびを提供します。
	ほほえみ西	10日㊦	西公民館		
	ほほえみ北	18日㊦	北公民館		
フレンドクラブ	バルーン	12日㊦	福祉センター	妊婦	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。
	フレンド1歳	26日㊦		1歳児と親	
	あそび工房(トールペイント)★	30日㊦		親	
	ブックフレンドパーク	6日㊦		未就園児と親	
	なかよし誕生会★	31日㊦		親	
	ママパパキッズ編集会★	20日㊦			
	リフレッシュ体操★	24日㊦			
まさきっこくらぶ	まさきっこ広場	2日㊦	黒田保育所	未就園児と親	
		9日㊦	若葉保育所		
		23日㊦	二名保育所		
ママでスクール	★	19日㊦	福祉センター	親	育児講座



サークル紹介

楽しいひとときを過ごしませんか？

## バルーン

妊婦さん向けのサークルです。体操、おしゃべり、赤ちゃんグッズ作りなど、マタニティ仲間と一緒に楽しいひとときを過ごしませんか？ぜひ、ご参加ください。

### Information

#### ママでスクール

## 「子育てステップアップ講座②」

～癒しのひととき

ママのためのおはなし会～

### ○講師

愛媛生涯学習推進講師

フリーアナウンサー 相原 美紀先生

リラックスアロマと心安らぐ音楽に包まれて、優しさあふれる言葉の数々が、心身をリラックスさせてくれます。

要予約 ☎985-4151

# 保健センター

Health management

☎985-4118

## ❖ちょっと電話相談

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
乳児健診	8月5日㊦	13時～14時 受け付け	福祉センター2階	平成22年1・2月生	計測・診察など
3歳児健診	8月12日㊦	13時～14時 受け付け		平成19年5・6月生	内科・歯科健診など
ママ♡キッズのすこやか相談	8月10日㊦	13時～15時 受け付け		妊婦・乳幼児	計測・歯科相談・育児相談など ※歯科相談を受ける人は、歯ブラシを持参してください。
ポリオ予防接種	指定医療機関での個別接種。 9月～10月に行います。	生後3か月以上 7歳6か月未満	持参品 母子手帳・予防接種手帳 (予診票・接種券は小児科窓口でもお渡ししています)	昭和50年～52年生まれの保護者は、ポリオ免疫を有している方の割合が他の年齢に比べ低いため、一緒に接種をお勧めします。小児科予約時にご相談ください。 ※費用は実費 ●むかいだ小児科 ☎985-0115 (必ず事前にご予約ください)	

## 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	8月9日㊦	13時～16時 (申込制)	福祉センター2階	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。
	8月25日㊦			
	9月6日㊦			
デイケア(精神保健)	8月6日㊦	9時30分～15時 (申込制)	福祉センター2階	レクリエーションや創作活動で生活のメリハリをつけ、悩みを相談してみませんか。
	9月3日㊦			
健診後の相談会	8月4日㊦	10時～11時30分 13時30分～15時 (申込制)	東公民館	健診結果の説明、栄養相談、歯科相談
	8月26日㊦		北公民館	
	9月2日㊦			

### Information

## 愛媛の救急医療を守る『愛救147運動』

近年、休日や夜間、救急病院に軽症の患者さんが集中し、医師の負担が増えています。また、安易な救急車の呼び出しで出動回数が増加し、重症な患者さんの搬送に困るケースも増加しています。これでは、本来の救急医療機関の役割が十分に発揮できません。

そこで愛媛県は『愛媛の救急医療を守る147万人の県民運動(愛救147運動)』を実施しています。一人一人が医療機関や救急車の適切な利用を心がけましょう。

### ■普段からの3つの心がけ

- ①日ごろから『かかりつけ医』を持ちましょう。
- ②健康診断や検診などで、病気の予防や早期発見に努めましょう。
- ③家庭で薬を常備しましょう。

### ■受診時の3つの心がけ

- ①なるべく通常の診療時間内に受診しましょう
- ②救急車で搬送されても、軽傷の場合は通常の受付順になる場合があることに留意しましょう。
- ③休日や夜間で比較的症状の軽いときは、松山市急患医療センター・松山成人病センターを利用しましょう。

### ■症状は軽いけれど、どうすれば…

休日や夜間にどの病院に行けばよいか分からないときは、広報まさき、えひめ医療情報ネットのホームページ、松前消防署のテレフォンガイド(☎984-0019)をご利用ください。

こどもの急な病気やけがの場合は、小児救急医療電話相談(#8000)をご利用ください。