

# 5月の健康カレンダー

会場：保健センター

名称	とき	受付時間	対象、持ち物など(※母子手帳)	
母子手帳の交付と妊婦相談	12日(月) 19日(月) 26日(月)	午前9時30分～11時	妊娠届出書を交付された方	
ママ教室2回目〈予約制〉	13日(火)	午前9時20分～30分	妊婦さん バスタオル、体操のできる服装(※)	
子育て相談	1日(木)	午前9時30分～11時30分	栄養、歯科相談もできます(※)	
もぐもぐ教室(離乳食前期)	15日(木)	午前9時50分～10時	5～6カ月児(※)	
カミカミ教室(離乳食後期)	14日(木)		9～10カ月児(※)	
2歳児教室	16日(金)	午前9時45分～10時	2歳の誕生日児	
はじめての歯科健診とフッ素塗布	9日(金)	午後1時～1時45分	1歳2～3カ月児	フッ素塗布(700円)、 歯ブラシ(※)
2歳児歯科健診とフッ素塗布	23日(金)	午後1時～1時45分	2歳～2歳3カ月児	

◎4カ月・1歳8カ月・3歳児健康診査は対象の方に個別通知します。

◎平成26年4月より予防接種は全て個別接種になりました。お手元の予約票またはハガキに記載された医療機関に予約し、接種期限内に忘れずに接種してください。

名称	とき	集合時間	集合場所・内容	雨天時
蒲南コースを歩こう会	休 み			
みんなで楽しく無理なく歩こう	12日(月)	午前9時	三谷町若宮公園時計塔前	中止
形原西浦の名所をめぐるウォーキング会	31日(土)	午前9時30分	西浦公民館	中止
脱メタボのための筋トレ・脳トレ実践教室	10日(土)	午前9時30分～11時30分	市民会館東ホール 筆記用具・タオル どなたでも参加できます	—

## ほけん「まのん」 ちゃん

### 助産師 伊藤啓子さん

私は、地域で母子の支援に携わりたく、病院勤務助産師をやめ4年がたちます。

保健センターでは、「パパママ教室」「こんにちは赤ちゃん訪問」「養育支援」「祖父母学級」「性教育」などに関わらせていただいています。赤ちゃんからお母さんおばあちゃんと色々な方とお会いし、病院では経験できなかった多種多様な場面に出会い、感動や喜びをいただいています。特に「こんにちは赤ちゃん訪問」では画一された場面は無く、応用力を必要とされ、力不足を感じていますが、赤ちゃんが母にからだをゆだねやっとの思いでおっぱいを含むことができ、満足してにこっとほほ笑み、お母さんもほほ笑み見つめ合う姿を見ると励まされます。

出産後のたくさんのお母さんたちとお会いしたいと思っています。



**がん検診、ヤングエイジ健診を受けましょう。**  
受診票をご希望の方はご連絡ください。

#### 在宅医などへのお問い合わせ

在宅当番医(テレホンガイド) ☎ 67♦2828  
休日急病診療所 ☎ 67♦2555  
休日歯科・障がい者歯科診療所 ☎ 69♦8020