

子育て支援情報

◎親子で遊べる教室

内容：親子体操、親子遊び
ちびっこ広場

対象：おおむね1歳～就学前の幼児
8月23日(金) 10:00～11:30 成羽健康管理センター
9月20日(金) 10:00～11:30 成羽健康管理センター

◎あそびのひろば

対象：おおむね1歳～就学前の幼児
持参品：母子健康手帳
9月19日(木) 10:00～12:00 川上児童館

◎親子ふれあい教室

対象：おおむね1歳～就学前の幼児
9月13日(金) 10:30～12:00 有漢保健センター

◎たのしい親子教室

対象：3歳～5歳の幼児
※申し込みが必要です
14:30～15:10(3～5歳)
9月3日(火) 高梁保健センター(和室)

◎離乳食教室

内容：離乳食の調理実習を行います
持参品：筆記用具、エプロン、三角巾、母子健康手帳
対象：乳児の保護者
※申し込みが必要です(託児ができません)
8月30日(金) 13:30～15:30 高梁保健センター

◎育児相談

内容：身体測定、個別相談
持参品：母子健康手帳
対象：0歳～就学前の幼児
8月23日(金) 10:00～11:30(受付) 子育て支援センター
9月13日(金) 10:00～11:00(受付) 有漢保健センター
9月19日(木) 9:45～10:00(受付) 川上児童館
9月20日(金) 10:00～10:30(受付) 成羽健康管理センター

◎ひよこ園(療育指導)

8月20日(火)、8月22日(木)、9月3日(火)、9月12日(木)、
9月17日(火)、9月26日(木)
10:30～14:45 高梁保健センター(和室)

■問い合わせ 健康づくり課母子保健係 ☎(21)0228
有漢地域局地域振興課 ☎(57)3212
成羽地域局地域振興課 ☎(42)3213
川上地域局地域振興課 ☎(48)2200
備中地域局地域振興課 ☎(45)4512

◎ゆう・ゆうひろば

場所：子育て支援センター
(順正高等看護福祉専門学校2号棟)

オープンスペース 10:00～11:30

8月16日(金) 「水遊びをしよう」
23日(金) 「赤ちゃんタイム」
9月6日(金) 「おじいちゃんおばあちゃんありがとう」
13日(金) 「長寿園慰問」
20日(金) 「赤ちゃんタイム」
27日(金) 「おしゃべりほっとタイム」

サロン 毎週月～金曜日(祝日除く) 10:00～16:00
家庭相談日 8月20日(火)、9月5日(木)、9月26日(木)
※保育士への相談やファミリーサポート事業の申し込み等は、
午前8時30分～午後5時15分まで受け付けています。

■問い合わせ

子育て支援センター ☎(22)2450
子ども課 ☎(21)0288



◎母子相談

月・火・木・金 9:00～16:00 子ども課相談室
■問い合わせ 子ども課子ども支援係 ☎(21)0288

◎家庭児童相談

月・火・水・金 9:00～16:00 子ども課相談室
■問い合わせ 子ども課子ども支援係 ☎(21)0288

◎教育相談

月～金 9:00～17:00 教育委員会相談室
■問い合わせ・電話相談 ☎(22)7867

◎子どもの心とからだの総合相談

9月19日(木) 13:00～15:00
■問い合わせ・予約先 備北保健所備北保健課 ☎(21)2835

◎思春期(ひきこもり)相談

8月22日(木) 9:30～10:30
9月26日(木) 9:30～10:30
■問い合わせ・予約先 備北保健所備北保健課 ☎(21)2836

子どものために活用しよう！ 母子保健サービス

市は、妊娠から就学前までに、母子健康手帳の交付や妊娠中の健康診査、成育段階に応じた各種検査・健診を行っています。健診等により早期発見できる病気もたくさんありますので、これらの検査や健診、相談や教室等を利用し、お子さんの健やかな成長を応援してあげてください。



成育段階	母子保健サービス	各種相談・教室
妊 娠	妊娠届：母子健康手帳交付(健康づくり課) 母子保健ガイド交付(妊婦健診受診券14回分)	
出 生	新生児聴覚検査(産科医療機関で実施) 出生届(出生から14日以内)	
新生児～1歳未満(乳児期)	新生児・乳児訪問：こんにちは赤ちゃん訪問(保健師が家庭訪問) 内容：身体計測、育児相談 3～4カ月児健診：(対象者に個別通知) 内容：身体計測、内科診察、育児相談、歯科相談、離乳食相談、絵本の読み聞かせとブックスタートパック(絵本)プレゼント 9～10カ月児健診：(対象者に個別通知) 内容：身体計測、内科診察、育児相談、歯科相談、離乳食相談 乳児健診無料券による医療機関での健診 2回	離乳食教室 育児相談(市・子どもの心とからだの総合相談(備北保健所)) 子育て教室・親子で遊べる教室 ひよこ園(療育指導)
1歳～就学前(幼児期)	1歳6カ月児健診：(対象者に個別通知) 内容：身体計測、内科診察、歯科診察、むし歯の予測テスト、育児相談、栄養相談、歯科相談、心理相談 2歳6カ月児健診：(対象者に個別通知) 内容：身体計測、内科診察、歯科診察、育児相談、栄養相談、歯科相談、心理相談 3歳児健診：(対象者に個別通知) 内容：身体計測、内科診察、歯科診察、尿検査、目と耳の検査(アンケート)、育児相談、栄養相談、歯科相談、心理相談 就学前の健康診断(教育委員会) 内容：内科診察、歯科診察、目と耳の検査	母親クラブ活動

■問い合わせ 健康づくり課母子保健係 ☎(21)0228、備北保健所備北保健課 ☎(21)2835(子どもの心とからだの総合相談)

教えて！保健師さん

子どもの病気 Q & A

Q ヘルパンギーナってどんな病気？

A ヘルパンギーナとは、ウイルスの感染によって起こる乳幼児の夏風邪の一種です。

毎年、夏を中心として発生し、感染するのは5歳までの乳幼児が90%を占めます。症状は、突然の発熱のほか、のどが赤くなる、口の中・のどに水ぶくれができるなどがあります。一般的に軽症で1週間以内に症状はなくなります。

潜伏期間は3～5日間で、感染経路は①感染した人のせきやくしゃみで出てきたウイルスを吸い込む飛沫感染②感染した人のせき・くしゃみ・ふん便か

ら出てきたウイルスを手で触る接触感染③手についたウイルスが手や食品等を介して口から入る経口感染があります。

感染を予防するためには、手洗いうがいの徹底、マスクをするなどが効果的です。

感染した人は、症状がなくなっても2～4週間はふん便からウイルスが排出されるので、トイレの後はしっかり手洗いをしてください。

健康づくり課 細川保健師



募 集

子育てするお父さんの写真を募集！ イクメン写真コンテスト



「これぞイクメン」といったお父さんが育児する姿を写真に撮ってみませんか。

- ◆テーマ お父さん(おじいちゃん)が育児にかかわる姿
- ◆写真サイズ 2L以上ワイド四ツ切以下
- ◆募集期間 10月1日(火)～10月31日(木)
- ◆送付先 高梁市新町25 たかはしウィズフォーラム

■問い合わせ たかはしウィズフォーラム 山本さん ☎(22)4872

