



キッズステーション



保健センター ☎364-4786/Eメール:kenkou@city.shiogama.miyagi.jp

●母子健康手帳交付

交付日 10月3日(月)、17日(月)、24日(月)
11月7日(月)、14日(月)、21日(月)

受付時間 13:00～13:15

持ち物 妊娠届、マイナンバーカードまたは通知カード、本人確認書類(運転免許証など)

※当日都合の悪い方や本人が来所できない場合は、事前に連絡ください。

●パパ&ママクラス(要予約)

①10月8日(出)10:00～12:00 ②11月8日(火)13:30～15:30

内容 赤ちゃんのお世話レッスン

対象者 ①H28.12～H29.1月 ②H29.1～2月出産予定のパパ&ママ

●歯っぴー教室(妊婦無料歯科健診)

10月14日(金) 13:30～15:30

●予防接種

予診票は、生後2カ月までに郵送します。なお、転入された方は予診票の交換手続きが必要です。母子健康手帳を持参の上、保健センターまでお越しください。

<集団予防接種> BCG 会場:塩釜ガス体育館

実施日	受付時間	対象児
11月14日(月)	10:00～10:15	生後3カ月～1歳未満
1月27日(金)		

<個別予防接種>

10月1日からB型肝炎ワクチンの定期接種がはじまりました!

対象 市内に住民票がある平成28年4月1日以降に生まれた1歳未満のお子さん

- ・対象の方には個別通知を自宅に郵送しますので、指定医療機関で接種してください。
- ・1歳になる前までに3回の接種を終える必要があります。3回の接種を終えるまで約半年かかりますので、スケジュールをかりつけの先生と相談してください。

●乳幼児健診・健康相談

会場:保健センター

健診名	実施日	対象児	受付時間
4カ月児健診	10/26(火)	H28.6月生	時間指定(健診票をご確認ください)
7カ月児健康相談	10/25(火)	H28.3月生	
1歳6カ月児健診	10/27(木)	H27.3月生	12:20～12:40
2歳6カ月児歯科健診	10/19(火)	H26.4月生	時間指定(健診票をご確認ください)
3歳児健診	10/20(水)	H25.4月生	12:20～12:40

※健診票は個人通知します。指定健診日に来所してください。

※欠席される場合は、保健センターへご連絡ください。

●今月の育児相談(要予約)

会場:保健センター

相談名	実施日時	対象者	内容
ピチピチしおがまっ子大集合!(育児相談会)	10/18(火) 10:00～12:00	H28.6～7月生 まれの赤ちゃん とママ	ベビーマッサージ、 産後ヨガ、育児や授乳の相談、 身体計測
子育てなんでも相談(個別相談)	10/31(月) 10:00～12:00	子育て中の方 ならどなたでも	子育てに関する 悩みごとなど

※持ち物:母子健康手帳、オムツ、ミルク、バスタオルなど

ほんわか子育てメッセージ

イライラしたときの魔法の6秒「アンガーマネジメント」

日々の生活や子育ての中でついイライラしてしまうこと、ありませんよね?ときにはイライラを子どもや家族にぶつけてしまい、その後、反省することも…。もちろん危険なことは、子どもに注意しなければいけませんが、感情的に叱ってはお互い悪循環になってしまいます。

怒りの感情とうまく付き合うためのスキルに、「アンガーマネジメント」があります。怒りの感情はイラッとしてから6秒間がピークだそうです。イラッとしたら、その場を離れる、深呼吸をする、6秒間数えるなどして6秒間を過ごしてみましょう。1日の『叱る』が減り、パパ&ママのイライラも減りますように。

※11月「子どものこころほんわかコーチング講座」を開催します。テーマは「子どもの叱り方のポイント」です。(関連記事13ページ)

しおがま子育て支援センター「こころん」
☎363-3630

◇「あそびの広場」へどうぞ

①「わらべうた」

とき 10月25日(火) 10:30～11:30 ところ 壱番館5階

対象 1歳半から3歳までの親子15組

申込 10月11日(火)～直接こころんまたは電話で

②「ハロウィン」

とき 10月26日(水) 10:30～11:30 集合場所 つどいの広場

対象 親子10組 申込 10月12日(木)～直接こころんまたは電話で

◇「幼稚園見学バスツアー」

とき 10月13日(木) 10:00～12:00

集合場所 塩釜ガス体育館南側駐車場 ※集合時間 9:50

対象 来年度入園予定の2歳以上の親子11組

申込 10月3日(月)から直接こころんまたは電話で

「こころん」毎週土日開館中(9:30～16:00)
※10月10日(月・祝)は閉館です

藤倉児童館 ☎366-3003

◇「おひさまのたね」お話し会

とき 10月12日、26日(火) 10:30～11:00

対象 1歳～就学前

内容 手遊びや絵本の読み聞かせ

※当日直接会場へ



あゆみ保育園子育て支援センター ☎365-4572

◇楽しいマラカス作り

とき 10月7日(金) 10:00～

ところ 南錦町コミュニティセンター

◇秋まつり

とき 10月28日(金) 10:00～

ところ あゆみ保育園

内容 焼きも大会 予約制15組

