



# 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 11月6日、13日、20日(月)、12月4日、18日、25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、または通知カードと本人確認書類(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)

①11月7日(火)13:30~15:30 ②12月2日(出)10:00~12:00  
内容 赤ちゃんのお世話レッスン  
対象者 ①平成30年1~2月 ②平成30年2~3月出産予定のパパ&ママ

## ●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。母子健康手帳をお持ちの上、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24日(金)	10:00~10:15	生後3カ月~1歳未満
1月22日(月)		

## ●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	11/29(水)	H29.7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	11/28(火)	H29.4月生	
1歳6カ月児健診	11/16(木)	H28.4月生	12:20~12:40
2歳6カ月児歯科健診	11/8(水)	H27.5月生	時間指定(健診票をご確認ください)
3歳児健診	11/2(木)	H26.5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 時間	対象者	内容
ピチピチ しおがまっ子 大集合! (育児相談会)	11/14(火) 10:00~12:00	2~4カ月未満の 赤ちゃん和妈妈	ベビーマッサージ、 育児や授乳の相談、 身体計測、産後ヨガ
子育て なんでも相談 (個別相談)	11/27(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

## 四種混合ワクチン

ジフテリア、破傷風、百日咳、ポリオの4種類の病気に対する免疫を一度につけることができます。特に百日咳は乳児期に感染すると致死率が高いため、生後3カ月を迎えたら早めの接種が大切です。接種回数は4回で、1~3回目は20日以上の間隔をあけて接種し、4回目の接種は3回目の接種から約1年後です。三種混合ワクチンを接種した方は、四種混合ワクチンへの切り替えが必要です。不明な点はかかりつけ医または保健センターに相談ください。

## ほんわか子育てメッセージ

わが子の成長はうれしくても、「イヤ!自分で!」と叫ぶ日々とうんざりしていませんか?寝顔は「天使」でも、起きた瞬間「怪物」に変身する姿に、24時間の対応は気力・体力とも奪われてしまいます。子育てで大切なことは、わが子以上に「自分を大切に扱う」こと。寝る前に、そっと胸に手をあて「今日も頑張ったね」、「お疲れさま」と自分に声をかけることから始めましょう。わが子への愛情は100%必ず伝わっていますよ。(心理療法士 本郷佳江)

※お詫びと訂正 広報しおがま10月号「ほんわか子育てメッセージ(産後ヨーガ)」の認定ヨガ療法士の方のお名前が記載されておりませんでした。正しくは、「日本ヨーガ療法学会 認定ヨーガ療法士 阿部晶子さん」です。お詫びして訂正いたします。

## しおがま子育て支援センター「こころん」 ☎363-3630

### ◇ほほえみ広場へどうぞ(10:30~12:00)

こころんの職員がおもちゃを持っておじゃまします。  
※直接会場へ

11/6(月) 大日向集会所 11/7(火) 楓町集会所  
11/8(水) 千賀の台集会所 11/9(木) 牛生集会所  
11/10(金) 新清水沢集会所

### ◇「あそびの広場」へどうぞ!

#### ①「ロディヨガ」

とき 11月21日(火) 10:30~11:30  
ところ 壱番館5階和室 講師 佐藤頼子さん  
対象 1歳半以上の親子15組  
※動きやすい服装で飲み物持参

#### ②わらべうた

とき 11月24日(金) 10:30~11:00  
ところ つどいの広場 対象 親子10組  
申込 ①11月7日(火) ②11月10日(金) 9:30~  
こころんに直接または電話で

毎週土日も開館(9:30~16:00)  
11月3日(金・祝)、23日(木・祝)は閉館

## 藤倉児童館 ☎366-3003

### ◇「おひさまのたね」お話し会 ※直接会場へ

とき 11月9日(木) 10:30~11:00  
対象 1歳~就学前 内容 手遊び、絵本の読み聞かせ

### ◇人形劇 ひまわりの会 ※直接会場へ

とき 11月27日(月) 対象 乳幼児親子

### ◇幼児クラブ「おひさまキッズ」

とき 11月14日(火) 10:00~11:00  
内容 新聞、ダンボール遊び 対象 1~3歳

### ◇ミニ卓球大会

1、2年生の部、3、4年生の部、5、6年生の部とわかれてトーナメント戦で行います  
とき 11月25日(出) 9:30~11:30 対象 小学生(卓球未経験者)  
申込 11月1日(水)~18日(出)までに児童館へ

## あゆみ保育園子育て支援センター ☎365-4572

### ◇お店やさんごっこ

とき 11月10日(金) 10:00~ ところ あゆみ保育園

### ◇給食試食会(限定5組)

とき 11月22日(水) 10:00~ ところ あゆみ保育園  
※直接窓口または電話で申し込みください