



子育て応援コーナー

すくすく

妊娠・出産・就学前までの子育て情報を発信
すくすくホームページ版は
URL <http://sui-city.mamafre.jp>



すくすくのホームページ

保健センター のお知らせ

保健センター(〒564・0072出口町19・2 ☎6339・1212 ☎6339・7075)
保健センター南千里分館(〒565・0862津雲台1・2・1 ☎6155・2812)

各種健康診査など	内容
妊娠したとき	妊娠の届け出(母子健康手帳の交付)、妊娠中の相談は保健センターか南千里分館へ。
妊娠中の健康診査	<ul style="list-style-type: none"> ●妊婦健康診査 母子健康手帳別冊の受診券に記載した金額を限度に、最大14回までの受診に対し公費助成を受けることができます。府外で受診した場合は返金制度があります。妊娠中に転入してきた人は母子健康手帳と前市町村の受診券を持って保健センターか南千里分館へ。 ●妊婦歯科健康診査 市内の協力歯科医院で1回受診できます。母子健康手帳と母子健康手帳別冊を持参してください。☎電話で協力歯科医院へ。
乳幼児の健康診査	<ul style="list-style-type: none"> ●乳児一般 1歳になる前日までに母子健康手帳別冊にある受診票で、府内の協力医療機関で受診できます。 ●4カ月児 ●乳児後期(10カ月頃) ●1歳6カ月児(1歳7カ月頃) ●2歳6カ月児歯科 ●3歳児(内科3歳3カ月、歯科3歳6カ月頃) ●6歳臼歯 <p>対象者に受診方法などを明記した健診のお知らせと健診票を送ります。届かない人は保健センターへ。</p>
予防接種	市内の協力医療機関で実施しています。予防接種を受ける前に必ず「予防接種とこどもの健康」を読んで、必要性や副反応を理解し、わからないことは医師に質問しましょう。母子健康手帳と市の予診票を持参してください。

子育て教室	内容
妊婦(両親)教室	<p>マタニティヘルス講座 栄養士の講話、体育指導員のストレッチ指導、歯科衛生士のブラッシング実習。(1)7月14日(金)9時50分~12時に保健センターで。(2)8月7日(月)13時~15時10分に南千里分館で。各先着36組。☎電話で保健センターへ。(2)は7月3日(月)から。</p> <p>マタニティクッキング 妊娠中の食事の調理実習と簡単な離乳食づくり体験。7月18日(火)10時15分~13時に保健センターで先着24人。500円。☎7月3日(月)~10日(月)に電話で保健センターへ。</p> <p>プレパパ・プレママ教室 助産師、保健師の講話、育児体験実習。なるべく夫婦で参加を。7月22日(土)9時5分~12時に保健センターで48組。多数抽選。☎郵送かファックスに住所、両親の名前と生年月日、出産予定日、電話番号を書いて保健センターへ。7月6日(木)必着。</p>
赤ちゃんの歯の広場	歯科相談と口腔ケア指導。8月9日(水)、30日(水)13時30分~15時30分に南千里分館で各20組。多数抽選。☎7月26日(火)までに電話かファックスに住所、希望日、名前、子どもの生年月日、電話番号を書いて口腔ケアセンター(☎6155・8020 ☎6873・3030)へ。
離乳食講習会	<p>ごっくんコース 8月3日(木)に保健センターで。8月10日(木)に南千里分館で。いずれも13時~15時。各40人。☎☆。7月19日(水)必着。</p> <p>かみかみコース 7月27日(木)に保健センターで。7月28日(金)に南千里分館で。いずれも13時~15時。各30人。☎☆。7月12日(水)必着。</p>

☎☆は郵送かファックスに教室名、希望日、住所、名前、子どもの名前と生年月日、電話番号を書いて保健センターへ。抽選結果は開催日の1週間前に郵送します。協力医療機関は保健センターのホームページから確認することができます。

保健センターのホームページ



子育て情報広場



児童会館・児童センターの催し(30ページ)も見てね

所問のびのび子育てプラザ(☎6816・8585 ☎6816・8588)



親子で遊ぼう

体を使ったふれあい遊びや手遊びなど。保護者同伴。申し込み・費用は不要。日時など詳しくはホームページで確認してください。



のびのび子育てプラザのホームページ

あかちゃんひろば 2カ月~1歳3カ月

あそびのひろば 1歳4カ月~就学前

おとうさんとあそぼう

7月2、8、16、22日午前(父親限定・年齢限定日あり)

のびのびツインズ

多胎児の妊婦か就学前の多胎児と親。偶数月の第1火曜日午前。



●子育て講座

子どもの健康 時7月14日(金)10時30分~12時15分。☎就学前の乳幼児がいる保護者。☎先着25人。保あり。☎7月3日(月)から同プラザへ。

親子の安全な自転車の乗り方 時7月18日(火)10時30分~11時30分。☎就学前の乳幼児がいる保護者。☎先着25人。保あり。☎7月4日(水)から同プラザへ。

●外国人親子 みんなで遊ぼう

時7月25日(火)10時30分~11時30分。☎外国人の就学前の乳幼児と保護者。日本人親子も歓迎。☎先着20組。☎7月10日(月)から同プラザへ。

●七夕週間

七夕に向けてささを飾ります。短冊や飾りを作って持って来てください。時7月7日(金)まで。

●平和週間

折り鶴を折って、親子で平和を考えましょう。時7月24日(月)~8月4日(金)。

●ファミサポ会員募集

子育てを市民が援助し合う会員組織です。**入会講習会** 時7月22日(土)、8月17日(木)10時~12時。☎20歳以上で、自宅で子どもを預かることができる人。保あり。☎前日までに電話でファミリー・サポート・センター(☎☎6816・8500)へ。保育希望は1週間前まで。



子育て広場 オアシス(朝日が丘46・14 ☎6385・0331)

乳幼児と保護者のための楽しい交流の場です。子育て相談や情報提供を行っています。大学教授などによる子育て講座も開催。開室は水~土曜日10時~16時。☎子育て支援課(☎6384・1491)。



はじめての読書

ブックスタート

赤ちゃんの心豊かな成長を願い、絵本を贈ります。4カ月~12カ月の乳児が対象。母子健康手帳を持って各図書館へ。

読み聞かせや手遊びを楽しもう

0・1歳の乳幼児向けのブックスタートのひろばや、2・3歳の幼児向けのおひざで絵本などの催しを各図書館で開催しています。30分程度。無料。申し込み不要。開催日は図書館のホームページに掲載しています。図書館の催しは31ページにも掲載しています。



図書館のホームページ

☎中央図書館(☎6387・0071 ☎6339・7144)