



子育て **すくすく** 情報



産前・産後のママ 赤ちゃん

笑顔でゆった〜り

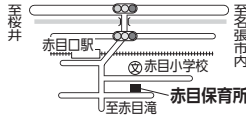
市では、妊娠・出産・育児を切れ目なく支援をする「名張版ネウボラ」を推進しています。

今号では、今年2月に赤目保育所のマイ保育ステーションおひさま内に開設した「産後ママ ゆったりスペース」の紹介と、子育て相談などに応じている高橋看護師に話を聞きました。 ☎ 健康支援室 ☎ 63-6970



「産後ママ ゆったりスペース」

- ★場所 赤目保育所内(右の地図参照)
- ★開催 毎週月曜日(祝日除く)
- 日時 午前10時~午後3時



産後すぐからでも出掛けることができる場として、今年2月から赤目保育所にあるマイ保育ステーションおひさま内に「産後ママ ゆったりスペース」を開設。このスペースは、ママが横になるベッドや赤ちゃんベット、ゆったり相談できるようテーブルも用意。そこで看護師の高橋さんが、産前・産後のママと赤ちゃんの健康や育児の相談に応じています。開催日は、毎週月曜日(祝日を除く)、参加は無料です。

高橋看護師は、「産前・産後の不安や心配事などに寄り添っていきたい。忙しい毎日の中で、ここに来

てゆったりとした気持ちになっただけだと思えます。また、育児で疲れたとき、ここで横になってゆったり休んでください」と話します。



看護師 高橋 睦子さん



ゆったりした気持ちで子育てを

産後ママ ゆったりスペースの他にも

「マイ保育ステーションおひさま」では親子の交流の場を提供しています

赤目保育所内の「マイ保育ステーションおひさま」は、未就園の親子などが利用できます。毎月、お誕生日会など親子で楽しめる企画があり、子どもやママたちが楽しんでます。◎利用には登録が必要です。登録など詳しくは、問い合わせ先へ

■利用時間 平日 午前9時~午後4時
☎ マイ保育ステーションおひさま ☎ 63-2805



こども支援センター かがやき催物

開館時間 午前9時
30分~午後5時

※日・月曜日、祝日は休館

▼はじめて広場

8月7日 午前10時30分
~「かがやき」を利用したことがない人は、気軽にご参加ください。



山田 富夢くん (百合が丘在住)

▼親子で遊ぼう

8月26日 日 「企画ママ・パパ」による野菜スタンプ ※当日受付先着50人。参加無料

8月28日 金 「人形劇グループ『まんぶくまる』による人形劇の上演」 ※参加無料

◎いずれも午前10時45分~11時30分

☎ こども支援センターかがやき
(桔梗が丘西3) ☎ 67-0250

保健センター(朝日町)での

親子すくすく行事

☎ 健康支援室 ☎ 63-6970

1歳6か月児健診

- 26年1月生
8月4日 日・5日 日
- 26年2月生
9月1日 日・8日 日

3歳6か月児健診

- 24年2月生
8月18日 日・25日 日
- 24年3月生
9月15日 日・29日 日

生後5か月~8か月の離乳食教室

8月19日 日 午後2時~3時30分 ※要予約
★ 乳幼児健康相談(同日 午前9時30分~11時受付)

助産師による母乳・育児相談

助産師による予約制の個別相談 ※要予約
8月14日 日・28日 日 午前10時~
8月7日 日・21日 日 午後1時30分~
◎希望の人は、健康支援室(☎ 63-6970)までお問い合わせください。

夏休みの間に予防接種を済ませましょう ※対象者自己負担なし

子どもは、病気に対する抵抗力(免疫)が大変未熟です。病気にかかると、重い後遺症が残ったり、命がおびやかされたりすることも。安全で確実な予防方法が、予防接種です。特に次の予防接種対象年齢の人は、接種期限が平成28年3月31日までです。

◆麻しん・風しん(MR)混合ワクチン第2期
対象 保育所(園)・幼稚園年長組に相当する年齢(平成21年4月2日~平成22年4月1日生まれ)

◆2種混合(DT)第2期
対象 小学6年生(平成15年4月2日~平成16年4月1日生まれ)

◎予診票を失くされた場合は、母子健康手帳を持って、市役所1階健康支援室(8番窓口)へ

☎ 健康支援室 ☎ 63-6970