

子育て



定例日健康相談(予約制)

■南区役所
回2月18日・3月17日(火)
受け付け 午前9時~11時半
健康相談(禁煙相談も可)
持ち物 直近の健康診断の結果(なくても相談可)
健康福祉課 ☎372-6385

はじめての離乳食(予約制)

■白根健康福祉センター
回3月12日(木)
受け付け 午後1時45分~2時
生後4~5カ月ころの赤ちゃんの保育者 先着20人
離乳食の進め方と試食(講話は1時間程度)
持ち物 母子健康手帳、バスタオル
回2月19日(水)~3月10日(火)まで市役所コールセンター ☎243-4894

ぱくぱく幼児食(予約制)

■白根健康福祉センター
回3月26日(木)
受け付け 午前9時40分~10時
1歳6カ月前後のお子さんの保育者 先着15人
栄養士による幼児期の食生活の講話・試食(講話は1時間半程度)
持ち物 母子健康手帳(保育希望者は着替えなど)
回2月19日(水)~3月25日(水)まで健

康福祉課 ☎372-6385
その他 保育あり

育児相談会

■月湯健康センター
回2月21日・3月6日(金)
■味方健康センター
回2月27日・3月19日(木)
■白根健康福祉センター
回3月12日(木)
受け付け 午前9時半~11時
乳幼児の保育者
身体計測、保健師・助産師・栄養士による相談 持ち物 母子健康手帳

妊婦歯科健診

■白根健康福祉センター
回2月26日(水)
受け付け 午後1時~同45分
持ち物 母子健康手帳

フッ化物塗布(予約制)・かむかむスマイル食育講座

■白根健康福祉センター
回2月25日(火)
4歳未満児 先着35人
●フッ化物塗布
受け付け 午後1時半~2時
歯科健診、フッ化物塗布
持ち物 母子健康手帳 回1,020円
回2月23日(日・祝)まで市役所コールセンター ☎243-4894
●かむかむスマイル食育講座(フッ化物塗布会場で同時開催)
受け付け 午後1時半~2時半
栄養士による幼児期の食事・おやつとのミニ講座
回当日直接会場へ

その他

3月4日(水)=股関節検診
同5日(木)=1歳誕生歯科健診
同11日(水)=1歳6カ月児健診
同13日(金)=3歳児健診
※1歳誕生歯科健診後に「ブックスタート(読み聞かせと絵本のプレゼント)」を実施

2・3月の児童センター・児童館目玉イベント

■白根南児童館 ☎201-6021
ママタイム「ハンドトリートメント&ティータイム」
回2月21日(金)午前10時半から
子育て中の保護者
回当日直接会場へ
■味方児童館 ☎201-8346
ちびっこひなまつり会
回2月26日(水) 第1部 午前10時半~11時15分 第2部 午前11時半から
回第1部 うたとあそびのお友だち「peek-a-boo」コンサート
第2部 昼食会
乳幼児とその保護者
昼食会のみ大人300円、子ども200円 回同館
■白根児童センター ☎372-0530
ちびっこひなまつり
回3月1日(日)午前11時から
パネルシアターやミニゲームなど
未就学児の親子 先着30組
回同センター
■白根北児童館 ☎379-1260
はるまつり
回3月8日(日)午前10時~正午
スタンプラリーで各ブースを回り景品をゲットしよう
回当日直接会場へ



子育てオーエンジャー☆みなみ

■ほっぺちゃんひろば
回3月5日(木)午前10時~11時半
場白根児童センター
内容 鷲尾助産師さんのお話と茶話会
乳幼児の親子 回当日直接会場へ
回同センター ☎372-0530
■わくわく広場
回3月9日(月)午前10時半~11時半
場 支援センターふわっと(白根そよ風保育園内)
内容 ちょっと聞きたい薬の話~薬剤師さんが薬の疑問に答えます
乳幼児の保護者 先着10人
回同センター ☎375-8501
■しゃべろっと
回3月19日(木)午前10時半~11時半
場 味方児童館
内容 子守唄を体感しよう&茶話会
乳幼児の親子 回当日直接会場へ
回同館 ☎201-8346

白根地区公民館 子育てサロンモモ

回①3月10日②24日(火)午前10時~11時半
場 白根学習館
内容①親子で一緒に楽しむ絵本
②手形・足形ぺったん
未就園児とその保護者(0歳児から可)
回当日直接会場へ
回白根地区公民館 ☎372-5533

健康応援通信⑩

看取り・人生の最期に寄り添う

医療と介護の連携で療養生活を支えます

がんなどの療養が必要な病気になったとき、どこで療養したいと思いますか。住み慣れた自宅で療養したいと思っても、「家族が大変」「家で何かあったらどうしよう」と心配になるのではないのでしょうか。
南区では、在宅でも安心して療養生活を送れるよう、医療や介護の専門職がネットワークをつくり、支援する体制を整えています。
家で看取りをする人へは主治医や訪問看護ステーションが、経過についてその都度丁寧に説明し、本人・家族が最後まで安心して過ごせるようサポートします。

療養する人に寄り添う

療養する人を支えるとはどういうことでしょうか。それは「頑張れ」と励ますことや「もっとこうしたらいい」と助言することではなく、話を終わりでよく聞くことです。また、話を聞きながら観察し、療養する人が穏やかな表情になる話題を見つけましょう。
食欲が落ちてくると、「頑張ってもっと食べよう」という励ましや、「食べた方が元気が出るよ」と助言をしなくなります。しかし、そんな時は「食べたいのに食べられない」気持ちを聞き、その気持ちに寄り添うようにしましょう。
時には、療養者が抱える苦しみに寄り添えきれず、逃げたくなることもあるかもしれません。そんな時は一人で頑張らず、専門職に相談しましょう。

自分らしい人生の最期

「人生をどう生きたいか」が「人生の最期をどう過ごすか」につながっていきます。心身の状態に応じて考えも変化するので、自分は何を大切にしたいのか、元気なときから繰り返し考え、家族などと話し合みましょう。

回 健康福祉課 ☎372-6375



活動紹介

1月の「南区の美りをいただく日」

白根保育園での活動

夏に枝豆作りをしました、半分はゆでて食べ、残りを大豆にしました。

園児たちは「枝豆が大豆になるんだ〜!」と大興奮!!

集会で、年長児が大豆になるまでの過程や大豆から豆腐、しょうゆ、みそなどができていることを発表しました。小さい子どもたちは憧れの年長さんの発表に興味津々。

2月には大豆ときなこの米粉パンを作って食べます。今からみんな楽しみです。



「地域の茶の間」助成制度を活用ください

「地域の茶の間」は多世代間の交流や助け合い、支え合う地域づくりを推進する拠点です。

地域の茶の間を運営する団体への助成制度があります。助成金を活用し、身近な地域で誰もが気軽に楽しく交流の輪を広げませんか。

対象は、市内に主たる活動拠点がある団体です。営利や趣味的な活動を主な目的とした団体は対象外です。

Table with 4 columns: 開催頻度, 助成要件(参加人数), 助成上限額(月額), 相談窓口. Rows include frequency (monthly, bi-monthly, weekly), conditions (10+ people), amounts (2,500, 5,000, 20,000 yen), and contact info (South Ward Social Welfare Association, Health Welfare Section).

◇は3年以内に開催頻度を週1回に移行するための事業計画書の提出が必要
◆は立ち上げ経費として上限200,000円の助成あり

回 南区社会福祉協議会 ☎373-3223 健康福祉課 ☎372-6320



「マチイロ」「マイ広報紙」でご覧いただけます

