

### 赤ちゃん健診

| 期日     | 健診     | 対象児           |
|--------|--------|---------------|
| 4日(水)  | 3カ月児   | 平成26年11月生まれ   |
|        | 9カ月児   | 平成26年5月生まれ    |
| 11日(水) | 1歳6カ月児 | 平成25年6月～7月生まれ |

- 会場 健康福祉センター
- 受付時間  
3カ月児…午後1時～1時15分  
9カ月児…午後1時15分～1時30分  
1歳6カ月児…午後1時～1時20分
- 持ち物 母子健康手帳、バスタオル、問診票（3カ月・9カ月児は事前に配布、1歳6カ月児は郵送）、3カ月児健診の方は予防接種予診票
- 注意  
\*問診票と母子健康手帳の「保護者の記録」を必ず記入のうえおいでください。  
\*お子さんが、当日具合が悪いなどの場合は事前にご連絡ください。

### マタニティクラス<両親学級/後期>

- 日程 3月19日(木)
- 時間 午後1時～4時
- 会場 健康福祉センター
- 対象 平成27年4月～7月に出産予定の方とご家族
- 内容 赤ちゃんの栄養、お風呂の入れ方、お産の経過、子育てと家族の役割など
- 持ち物 母子健康手帳と前期の資料
- 3月16日(月)まで、お電話でお申し込みください。

### 離乳食教室

- 日程 3月13日(金)
- 時間 午前9時30分～11時30分
- 会場 健康福祉センター
- 対象 離乳食を学びたい方
- 内容 離乳食の進め方、調理実習、試食と懇談
- 参加費 200円(調理実習費)
- 持ち物 母子健康手帳、エプロン、三角巾、筆記用具
- お子さんと一緒に参加も可。保育を希望される方は申し込み時にご予約ください。
- 3月10日(火)まで、お電話でお申し込みください。

### 子ども予防接種週間

- 3月1日(日)から3月7日(土)は「子ども予防接種週間」です。
- 期間中、医療機関で、予防接種について相談することができます。お子さんの入園、入学、進級前に母子健康手帳をもう一度確認し、必要な予防接種を受けましょう。
- 特におすすめしている予防接種と対象となるお子さん  
\*不活化ポリオ、三種混合…7歳半未満  
\*麻疹風しん…1歳、年長児  
\*2種混合…小学6年生

\*日本脳炎…3歳、4歳、小学2・3年生、18歳（※平成7年度～16年度生まれの方で接種が完了していない方は、この機会に接種しましょう。）

■問い合わせ 健康福祉課健康推進係 ☎86-0210

### らくらくスマイル教室

健康づくりのための体操をしています。日頃の運動不足・ストレス解消のため、ぜひ参加ください。

- 3月の日程と内容  
昼の部◇10日(火)、24日(火)  
◇午後1時30分～3時  
◇ゴムバンドトレーニング、肩こり・腰痛・膝痛予防ストレッチほか
- 夜の部◇4日(水)、18日(水)  
◇午後7時～8時30分  
◇最新トレーニング法、体力レベルチェック、サーキットトレーニング④ほか

■申し込み・問い合わせ 健康福祉課健康推進係 ☎86-0210

### 女性の健康週間

3月1日(日)から3月8日(日)は「女性の健康週間」です。  
女性のみなさん、今年度の健康診査、がん検診はお済みですか。お済みの方はその結果をもとにもう一度普段の生活を見直してみましよう。お済みでない方は、この機会にぜひ検診を受診ください。

### ノロウイルス食中毒に注意!

- 調理・食事の前、用便の後等は、必ず石鹸で手指を十分洗いましよう。
- まな板、ふきんなどの調理器具は、熱湯や塩素系消毒剤で消毒しましよう。
- 下痢、おう吐などの症状のある時は、調理をしないにしましよう。
- 食品の中心部まで熱が十分通るよう加熱しましよう。(85℃以上で90秒以上)

### こころの健康相談統一ダイヤル

悩みをひとりで抱えていませんか。誰かと話すことで心が軽くなることがあります。なんでも気軽にご相談ください。

▼実施期間 3月2日(月)～8日(日)  
▼受付時間 午前9時～午後5時  
▼受付番号 ☎0570-064-556

※上記期間以外は「こころの健康相談ダイヤル」☎023-631-7060で受け付けています。

午前9時～昼12時 午後1時～5時(土日、祝日除く)

■問い合わせ 山形県精神保健福祉センター ☎023-624-1217

### 子育て支援センター「にこぽーと」3月のあそび広場

▼利用時間 午前9時30分～午後3時30分  
▼利用できない日 毎週土曜日

- 【3月の予定】
- 3日(火) 午前10時15分～11時 「赤ちゃん広場身体測定」
  - 3日(火) 午前11時～ 「ひなまつり会」
  - 5日(木) 午前10時15分～11時 「あそび広場身体測定」
  - 5日(木) 午前10時～ 「育児相談」(要予約)
  - 17日(火) 午前10時～ 「お別れ会」(2月27日までお申し込みください)
  - 19日(木) 午前11時15分～ 「誕生会」

■問い合わせ 子育て支援センター「にこぽーと」 ☎87-0083

### 保育園開放日

毎週水曜日の午前9時30分～11時に開放しています。今年度は下記で終了します。

- あらと保育園 2月25日で終了
- よつば保育園 3月4日で終了
- さくらの保育園 3月4日で終了
- ひがしね保育園 3月18日で終了

■問い合わせ 健康福祉課子育て支援係 ☎86-0212

### 「婚活応援室」

婚活サポート委員会では、「婚活応援室」として結婚相談を毎月開催しています。お気軽にご相談ください。相談は無料です。

▼いつ 3月10日(火) 午後4時～8時  
▼どこで 老人福祉センター

■問い合わせ 健康福祉課子育て支援係 ☎86-0212

### 「生活相談所」の開設

- 弁護士相談 3月4日(水)
- ▼時間 午後2時～4時
- ▼弁護士 安部 敏 氏
- 生活相談 3月18日(水)
- ▼時間 午後1時30分～3時30分
- ▼会場 老人福祉センター「八乙女荘」
- \*弁護士相談は、相談日の前々日の午後5時までにご予約ください。

■問い合わせ 白鷹町社会福祉協議会 ☎86-0150

### 農業委員会のお知らせ

- 3月の農業委員会総会開催日 3月24日(火) 午後3時～
- 農地法関係の申請締め切り日 3月10日(火)
- 問い合わせ 農業委員会農地調整係 ☎85-6128