



健康カレンダー(7月・8月上旬)



会場 福祉センター(健康福祉課) ☎345-0253

行事名	月日	受付時間	対象者	内容	持ち物
母子健康手帳交付 妊婦健康相談	7月10日(月) 7月21日(金) 8月4日(金)	午後1時 ～1時15分	該当者	・母子健康手帳交付 ・妊娠中の生活 ・妊娠中の食生活 ・子育て支援券交付	・妊娠届 ・印鑑 ・マイナンバーカード (通知カードの方は 身分を証明できるもの)
後期離乳食教室	7月25日(火)	午前9時45分 ～10時	平成28年9月～11月 生まれのお子さん	・身体計測 ・離乳食のお話と試食	・母子健康手帳
健康何でも相談	7月26日(水)	午後1時30分 ～3時	村民	・健康相談 ・生活栄養相談 (体成分分析器測定)	・健康手帳 (お持ちの方)

※母子健康手帳交付・妊婦健康相談該当の方、体成分分析器測定をご希望の方で指定日に来られない方は、健康福祉課にご相談ください。



熱中症に気をつけましょう

気温が高くなる季節です。熱中症は屋外だけでなく、家などの屋内や車の中でも発症します。熱中症を正しく予防し、元気に過ごしましょう。



屋外

のどが渇かなくても、こまめに水分補給をする。

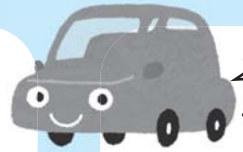
- ・急に暑くなる日に注意する。
- ・ゆったりした服装で風通しをよくする。
- ・外出の際は、つばのある帽子で日よけをする。

〈農作業の際は特に気をつけましょう!〉



屋内

- ・窓からの直射日光を防ぐ。
(※ブラインドやすだれ、ゴーヤなどの緑のカーテンを利用)
- ・室温をこまめに確認する。
- ・扇風機やエアコンで温度を調節する。



車内

- ・エアコンの冷風が届きにくい後部座席は、窓からの日よけ対策をする。
- ・駐車時に子どもを車内に乗せたままにしない。
- ・駐車時は、日影になる場所を選ぶ。
- ・車内を十分に冷やしてから運転する。

宮城県塩釜保健所からのお知らせ

※電話予約は平日午前8時30分～午後5時15分

検査・相談名	月日	受付時間	対象者	内容	その他
・HIV抗体検査 ・クラミジア検査 ・梅毒検査 ・肝炎検査 ・骨髄バンク登録受付	7月13日(木) 7月27日(木)	午前10時～11時	希望者	採血検査	※黒川支所に電話予約 (☎358-1111)
こころの相談	7月14日(金)	午後2時～5時	希望者	相談	
ひきこもり・思春期こころの相談	7月4日(火) 7月12日(水)	午後1時 ～4時30分	希望者	相談	※塩釜保健所に電話予約 (☎365-3153)



今月の子育て応援



●ベビーのゆったりタイム

赤ちゃんを連れて参加してみませんか。保護者同士でおしゃべりしたり、赤ちゃんに絵本を読んだり、自由に過ごすことができます。申し込みの必要はありません。

- ◆対象 0歳のお子さん
- ◆場所 福祉センター
- ◆開催日時 7月18日(火) 午前10時～11時30分
- ◆問い合わせ先 健康福祉課 ☎345-0253



●子育てふれあい広場

お子さんを自由に遊ばせながら、保護者同士でおしゃべりしたり、自由に過ごすことができます。誰でも最初に登録(無料)するだけで自由に利用できます。

- ◆対象 未就学のお子さん
- ◆場所 児童館
- ◆開催時間 午前10時～11時30分

今月のイベント

- 7月4日(火)七夕飾り作り
- 6日(木)七夕会
- 11日(火)スマイルサロン



みんなでのんびりお茶を飲みながらお話します。

天気がよくて暑い日には、ビニールプールで水遊びをしますので着替えやタオルをお持ちください。

- ◆問い合わせ先 児童館 ☎345-4626

●おひさまくらぶ(子育て支援センター)

未就園児とその家族を対象に、おおひら万葉こども園の園児と一緒に遊んだり、行事に参加したり親子で楽しめる活動を行っています。最初に登録(無料)するだけで自由に利用することができます。

開催日	時間	場所	活動内容
5日(水)		おおひら万葉こども園	【七夕飾りをつくりましょう】 七夕飾りの願いや意味などを知りながら、楽しく七夕飾りを作りましょう。短冊に願いごとを書いて飾ります。
12日(水)	午前10時～11時30分		【ベビーとママのヨガ教室】 スキンシップを大切にしながら親子で遊びますので、動きやすい服装でお越しください。
19日(水)			【シャボン玉であそびましょう】 大小のシャボン玉を追いかけて元気いっぱい遊ばせよう。汗拭きタオルや着替えを必要に応じてお持ちください。
26日(水)	午前9時30分～11時30分	福祉センター	【子育て何でも相談】 お子さんの身長や体重を測定し、保健師・栄養士が発育や発達などの相談に応じます。

※子育てのお悩みについて、電話相談や来園相談も行っていますので、お気軽にご相談ください。
《自由来園》 みなさん遊びに来てください! ●月～金曜日 午前10時～午後3時

- ◆問い合わせ先 おおひら万葉こども園 ☎344-3028
健康福祉課 ☎345-0253