

ほけん通信



健康課

田原福祉センター
☎23局3515
あつみライフランド
☎33局0386

心にゆとりを持って

楽しい子育て生活

ゆとりを持って子育てすることは大切ですが、現実

はそう簡単にはいかないものです。田原市でも、子どもの成長とともに子どもと過ごす時間が減り、育児が楽しいと感じる人が減少する傾向にあるようです。(乳幼児健診問診結果より)
子育ては大事ですが、一日中わき目もふらずに集中しては疲れてしまいます。大変な子育てだからこそ、ときには自分の時間を作ってリフレッシュし、心にゆとりを持って子どもと接することが大切です。

ゆとりある子育てのポイント
言葉でイメージできない子

どもにとって、親子のスキンシップは愛されていることを実感できる大切な機会です。これは親子の絆を深めるだけでなく、情緒が安定した穏やかな子を育てます。“おひざ”の中で絵本の読み聞かせをしたり、“ふれあい遊び”をしたりするなど、楽しく触れ合う時間を取りましょう。



子どもの成長は十人十色。育児書通りにいかなくても大丈夫です。その子のペースを見守りましょう。

子育てを完璧にやらなければいけない、などと思わず、してあげたいなと思ったことをできる範囲でしてあげてください。子どもは「育つ力」を持っています。愛情をたっぷり注ぎながら、気長にのんびり寄り添っていきましょう。

— 人で悩みや育児を抱え込まず、相談機関や子育て仲間などに相談し、周囲のサポートを得て、心にゆとりある子育てをしましょう。

インフォメーション

事業名	月日・受付時間	場 所	対象者・内容など
母子健康手帳交付	毎週月曜日(祝日を除く) 午後1時30分～3時	田原福祉センター あつみライフランド	妊娠届出書の発行を受けた方 妊娠中の生活、母子健康手帳の使い方 妊娠中の食生活などについて
パパママスクール (育児体験コース)	3月1日(土) 午前8時50分～9時	田原福祉センター	妊娠中の方とその夫(予約制) パパの妊婦体験、赤ちゃん人形のもく浴など
離乳食教室	3月12日(水) 午前9時50分～10時	田原福祉センター	5か月～6か月児とその保護者(予約制) 離乳食講習と保育の話、歯の話
	3月17日(月) 午前9時50分～10時	あつみライフランド	
健康相談	3月3日(月) 午前9時～10時30分	あつみライフランド	身体計測、育児・栄養相談 健康に関する相談(成人・乳幼児対象)
育児相談	3月14日(金) 午前9時30分～10時30分	田原福祉センター	身体計測、育児・栄養相談 (乳幼児対象)
心とからだの健康相談	3月27日(木) 午前10時～11時30分	田原福祉センター	健康に関する相談、健診結果に関する相談 (成人対象)

母子健康手帳交付日に都合の悪い方は、随時受け付けます。(土・日・祝日を除く午前8時30分～午後5時)
予約制のものは1週間前までにお申し込みください。乳幼児健診・予防接種については、個人に通知します。

休日当直医

月日	当直医	電話番号
2月10日(日)	第2国見医院	☎23局2302
	山本医院	☎45局2203
	小原歯科医院	☎25局1139
2月11日(祝)	富永医院	☎23局1316
	津金医院	☎33局0222
2月17日(日)	山内歯科医院	☎23局1525
	永井医院	☎22局0227
	きまた眼科	☎23局1092
	杉の森皮ふ科クリニック	☎29局1112
	朽名医院	☎33局0162
2月24日(日)	さんくろう歯科クリニック	☎33局1184
	宮木内科	☎23局0232
	渡会医院	☎45局2516
	おおかわ歯科	☎22局4182

月日	当直医	電話番号
3月2日(日)	百瀬クリニック	☎22局7777
	まち眼科	☎22局2710
	藤岡医院	☎32局1515
	青木歯科クリニック	☎33局1139
3月9日(日)	ふれあいばし診療所	☎29局2500
	杉の森皮ふ科クリニック	☎29局1112
	岡田医院	☎37局0001
3月16日(日)	伊藤歯科医院	☎22局1104
	河合医院	☎22局6133
	丸山医院	☎33局0313
3月20日(祝)	岩瀬歯科医院	☎22局6677
	永井医院	☎22局0227
	渡会医院	☎45局2516
3月23日(日)	すずき歯科	☎23局0033
	北山クリニック	☎23局3946
	川瀬医院	☎35局1511
	歯科尾崎医院	☎22局0684

診療時間▶医科 午前9時～午後5時 / 歯科 午前9時～正午
夜間またはかかりつけの医師が不在のときは 渥美病院▶☎22局2131