

心を豊かにするスキンシップ

スキンシップとは、スキン（肌）シップ（関係）の意味で、肌の触れ合いを強調した言葉です。

体調の悪いときに誰かに背中をさすってもらったり、痛みを感じる部分をマッサージしてもらったりすると、不思議と痛みが和らいで気持ちが落ち着くことがあります。スキンシップには「癒し」の効果があると言われています。

ベビーマッサージ

スキンシップは老若男女あらゆる年代に必要なものですが、特に赤ちゃんから小学生までは親子のきずなを深める意味で重要です。最近では、赤ちゃんとのスキンシップを図るために、パパやママがオイルを使ってベビ

ーマッサージをする家庭が増えています。

【ベビーマッサージの効果】

- 赤ちゃんの気持ちがリラックスし、よく眠ることができる
- 肌を清潔に保ち、保湿することができる
- 胃腸の調子を整えることができる
- 血液循環がよくなる
- 赤ちゃんだけでなく、パパやママの気持ちもリラックスする

スキンシップの効果

ベビーマッサージのほかに、だっこしながら絵本を読んだり聞かせたり、子守唄を聞かせたりするなど、赤ちゃんとのスキンシップの方法はいろいろあります。

スキンシップは「あなたのことを思っているよ」「大好きだよ」ということをさりげなく、しかし、言葉以上に伝えるのにも有効な方法です。子どもの成長に合わせたスキンシップを図り、親子のつながりを大切にしたいですね。



●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	妊娠届出書の発行を受けた方
	月～金曜日(祝日を除く) 午前8時30分～午後5時	渥美福祉センター	
マタニティクッキング	2月7日(火) 午前9時50分～10時	田原福祉センター	妊娠中の方 貧血予防の調理実習と栄養の話
パパママスクール	2月17日(金) 午前9時20分～9時30分	田原福祉センター	妊娠中の方とその夫 パパの妊婦体験、赤ちゃん人形のもく浴など
ちびっこランド	2月28日(火) 午前9時～10時30分	田原福祉センター	就園前の乳幼児と保護者 育児相談、母乳相談 離乳食教室と歯科相談は予約制
子育てランド	2月10日(金) 午前9時30分～10時	和地市民館①	就園前の乳幼児と保護者 親子遊びなど ①伊良湖岬中学校区②福江中学校区③泉校区
	2月16日(木) 午前10時～10時30分	渥美福祉センター②	
	2月20日(月) 午前9時30分～10時	泉市民館③	
健康相談	2月3日(金) 午前9時30分～11時	衣笠市民館	身体測定、育児相談、栄養相談、 成人健康相談ほか
	2月7日(火) 午後1時～3時30分	渥美福祉センター	
	2月8日(水) 午前9時30分～11時	田原東部市民館	
	2月21日(火) 午前9時～11時30分	赤羽根福祉センター	
	2月21日(火) 午後1時～3時30分	渥美福祉センター	
心とからだの健康相談	毎週月曜日(祝日を除く) 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

※田原福祉センターで行う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
1月15日(日)	百瀬クリニック	☎22局7777
	岡田医院	☎37局0001
	岩瀬歯科医院	☎22局6677
1月22日(日)	ふれあいばし診療所	☎29局2500
	丸山医院	☎33局0313
	杉の森皮膚科クリニック	☎29局1112
	小原歯科	☎25局1139
1月29日(日)	赤羽根医院	☎45局2145
	川瀬医院	☎35局1511
	平野歯科医院	☎22局0214

月日	当直医	電話番号
2月5日(日)	山本医院	☎45局2203
	きた眼科	☎23局1092
	山本耳鼻咽喉科	☎24局4100
	昭和医院	☎32局3749
	惣ト歯科医院	☎45局2066
2月11日(祝)	渡會医院	☎45局2516
	津金医院	☎33局0222
	山内歯科医院	☎23局1525

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