

親子で遊ぼう

★参加無料 ★直接会場へ



| 会場 | 催し(お子さんの対象) | 内容 | 日時 |
|-----------------------------------|---------------------|--------------------|--|
| 子ども未来センター (アルヴェ5階) ☎(887)5340 | おはなし会(就学前) | 絵本の読み聞かせ | 2/6(火)10:30~11:00 |
| | びよんびよん広場(1歳7か月~3歳) | こまを作って遊ぼう | 2/8(木)①10:15~②10:50~ |
| | よちよち広場(7か月~1歳6か月) | ママと一緒にストレッチ! | 2/15(木)①10:15~②10:50~ |
| 東部子育て交流ひろば☎(853)1082 | ぱるぱるルーム(就学前) | 手遊びやふれあい遊び | 2/14(水)10:30~10:50 |
| 西部子育て交流ひろば ☎(826)9007 | 絵本の読み聞かせ会(就学前) | 絵本や手遊びを楽しもう | 2/7(水)10:30~10:50 |
| | 交通安全教室(就学前) | 交通安全のお話 | 2/14(水)10:30~10:50 |
| 南部子育て交流ひろば ☎(838)1216 | ぼかぼか絵本タイム(就学前) | 手遊びと絵本の読み聞かせ | 2/6(火)10:30~10:45 |
| | ぼかぼか一む(就学前) | パネルシアターとふれあい遊び | 2/14(水)10:30~11:00 |
| 北部子育て交流ひろば☎(893)5985 | ころんころんタイム(0~2歳) | パネルシアターを楽しもう! | 2/7(水)10:30~11:00 |
| 雄和子育て交流ひろば ☎(886)5530 | 親子ダンスタイム(就学前) | 親子でダンスを楽しもう! | 2/6(火)15:00~15:10 |
| | おもちゃのチャチャチャ工作(就学前) | おひなさま作り | 2/13(火)10:30~10:50 |
| | ぐんぐん~身体測定(就学前) | 身長・体重を測ります | 2/15(木)9:00~11:30 |
| ほくとライブラリー土崎図書館 ☎(845)0572 | おはなし会○まるっ(0~1歳) | 絵本の読み聞かせ、手遊び、わらべうた | 2/15(木)10:00~10:30 3/15(木)10:00~10:30 |
| | おはなし会(2~6歳) | 大きな絵本や紙芝居 | 2/10(土)11:30~12:00 |
| フォンテ文庫(フォンテAKITA6階) ☎(893)6167 | バンドのえほん修理屋さん(どなたでも) | 破損した絵本の修理 | 2/17(土)10:30~12:00 |
| | 作ってあそぼう工作会(2歳~小3) | 「紙コップダンサー」作り | 2/17(土)11:30~12:00 |
| | スマイルベビー(0歳) | ボールを使って遊ぼう | 2/19(月)10:30~11:00 |
| 子ども広場(フォンテAKITA6階) ☎(893)6075 | スマイルキッズ(1歳以上) | 新聞紙deあそぼ! | 2/26(月)10:30~11:30 |

産後のママトーク

助産師を囲んで、産後の心や身体のこと、毎日の育児について話します。

対象▶産後6か月頃までの母親(お子さんも一緒にどうぞ)

日時▶2月23日(金)10:00~11:30

会場▶市保健センター **先着**▶10組

申込▶子ども健康課☎(883)1175

プレママトーク

助産師を囲んで、妊娠・出産や子育てに関する悩みについて話します。

対象▶妊娠35週頃までの妊婦さん

日時▶2月26日(月)10:00~11:00

会場▶市保健所2階 **先着**▶10人

申込▶子ども健康課☎(883)1175

離乳食教室

離乳食の進め方、試食、個別相談など。「初期」は調理実技、「中期」「後期」は食品の調理法、歯の手入れ法も。申し込みは、2月15日(木)8:30から子ども健康課へ。☎(883)1174・1175

*太字の()内は対象と定員(先着)。

初期離乳食教室(生後4~5か月。40組)

3月5日(月)10:00~12:00

中期離乳食教室(生後6~7か月。30組)

3月6日(火)10:00~12:00

後期離乳食教室(生後8~11か月。30組)

3月12日(月)10:00~12:00

歯ッピーバースデー

歯みがきレッスンと歯科衛生士や栄養士の話など。

対象▶1~3月に1歳の誕生日を迎えるお子さんと保護者

日時▶2月28日(水)10:00~11:30

会場▶市保健センター **先着**▶25組

申込▶子ども健康課☎(883)1174

育児相談

保健師、栄養士が個別に相談に応じます。電話相談は随時行っています。

対象▶乳幼児と保護者

日時▶2月23日(金)9:00~12:00

会場▶市保健センター **先着**▶3組

申込▶子ども健康課☎(883)1174

地域で育児★

太字の()内は対象。問い合わせ先の◎は、各地区の主任児童委員さんの印。

■東きらきらくらぶ(就学前)

2月13日(火)・27日(火)、10:00~12:00、東地区コミセンで。

問▶◎佐藤さん☎(834)6289

■おおすみキッズ(就学前)

2月15日(木)10:00~12:00、大住児童館で。

問▶◎小松さん☎(839)5189

■しゃぼんだま広場(就学前)

2月16日(金)10:00~11:30、四ツ小屋児童センターで。

問▶◎伊藤さん☎(839)3891

■港北ママクラブ(就園前)

2月16日(金)・23日(金)、10:00~11:30、港北児童センターで。

問▶◎平澤さん☎(845)4014

■あおぞらキッズ(0歳~就学前)

2月18日(日)10:00~11:30、外旭川児童センターで。

問▶◎船木さん☎(868)1902

■NPO法人子育て・高齢者介護サポート

ばっけの会(生後2か月~1歳)ベビーマッサージ。2月20日(火)

10:30~11:30、ひよっこサロン(南通)で。参加費600円。

申込▶同会☎(834)4733

食物アレルギーを防ぐため 食品表示を確認しましょう

問▶衛生検査課☎(883)1181

「食物アレルギー」のおもな症状は、じんま疹・湿疹などの皮膚症状や、下痢・嘔吐・腹痛などの消化器症状、せき・呼吸困難などの呼吸器症状などがあります。場合によっては、原因食品を食べてから30分以内にアナフィラキシーショック(全身発赤、呼吸困難、血圧低下など)が起こり、重篤な症状となることもあります。

食物アレルギーを防ぐには、原因となるアレルゲン(※)を口に入れないことが基本です。しかし加工食品では、商品名や外観だけでアレルゲンが含まれているか分からない場合もありますので、その際は食品表示を確認しましょう。

※食物アレルギーを引き起こす物質

【食品表示記載例】

| 名称 | マカロニサラダ |
|------|---|
| 原材料名 | マカロニ(小麦・乳成分を含む)、きゅうり、人参、玉ねぎ、マヨネーズ(卵を含む)、ハム、香辛料、食塩、砂糖、食酢 |
| 添加物 | 調味料(アミノ酸等)、酸化防止剤(V.C)、カゼインNa(乳由来)、増粘多糖類、発色剤(亜硝酸Na) |

* 卵・乳・小麦・えび・かに・そば・落花生が微量でも含まれるときは、必ず表示することになっています。
* 「原材料名」「添加物」の欄の最後に、(一部に〇〇、△△を含む)のように、アレルゲンがまとめて表示されている場合もあります。

表示義務のないアレルギー物質もあるほか、製造の際、原材料でなくても、工場内の工程で同じ器具を共有することで、アレルギー物質が混入することもあります。不安なときは、商品に記載された製造所やお客相談室などにお問い合わせください。

笑顔がいいね 育児コーナー!



各子育て交流ひろばの場所

中央=市役所2階

東部・南部・雄和=各市民SC1階

西部・北部・河辺=各市民SC2階

* 料金の記載がないものは無料です。
* 申込方法がないものは直接会場へ。
* 文中「SC」はサービスセンターの略。

ママヨガでスッキリ

インストラクターが指導します。

対象▶就学前のお子さんがある母親(おさんも一緒にどうぞ) 日時▶2月20日(火)10:30~11:30 会場▶雄和市民SC2階洋室2 先着▶10人
申込▶2月5日(月)9:00から雄和子育て交流ひろば☎(886)5530

子ども健康講座

冬場の感染症予防と子どもの危険防止について、保健師が話します。

対象▶就学前のおさんと保護者 日時▶2月27日(火)14:00~15:00 会場▶南部子育て交流ひろば 先着▶8組
申込▶2月5日(月)9:00から南部子育て交流ひろば☎(838)1216

乳幼児健康診査

子ども健康課☎(883)1174



母子健康手帳別冊をよく読んで受診しましょう。風邪や感染性の病気にかかっているときはご遠慮ください。別冊をお持ちでない場合は、子ども健康課(八橋)へお問い合わせを。

◆4か月・7か月・10か月児健診

対象▶4・7・10か月になった日から、それぞれ満5か月・満8か月・満11か月になる前日までのお子さん 会場▶母子健康手帳別冊に記載した協力医療機関

◆1歳6か月児健診

日時と会場▶右表参照 持ち物▶母子健康手帳と別冊のアンケート(事前に記入してください)、バスタオル

◆3歳児健診

視力・聴覚検査は自宅で行っててください。日時と会場▶右表参照 持ち物▶母子健康手帳と別冊のアンケート(事前に記入してください)、尿検査セット(尿を容器に採って)、バスタオル

*平成29年8月1日以降に転入されたお子さんには、アンケートと尿検査セットを健診の前の月に郵送します。届かない場合は子ども健康課にご連絡ください。

1歳6か月児・3歳児健診の 対象地区ごとの健診日

■旧秋田市の各地区

受付時間▶12:45~13:30

会場▶市保健センター(八橋) 対象▶1歳6か月児健診…平成28年8月生まれ
の1歳7か月児、3歳児健診…平成26年9月生まれの3歳6か月児

■旧秋田市の対象地区と健診日

| | |
|------|---|
| 対象地区 | 寺内・八橋・泉・保戸野・山王・川尻・川元・旭南・旭北・高陽・大町・中通・南通・楡山 |
| 健診日 | 1歳6か月児健診▶3月1日(木) 3歳児健診▶3月9日(金) |

| | |
|------|---|
| 対象地区 | 旭川・外旭川・新藤田・濁川・添川・山内・仁別・千秋・手形・蛇野・手形山・東通・広面・柳田・下北手・太平・横森・桜・桜ガ丘・桜台・大平台・上北手・山手台 |
| 健診日 | 1歳6か月児健診▶3月2日(金) 3歳児健診▶3月13日(火) |

| | |
|------|------------------------------------|
| 対象地区 | 土崎・港北・将軍野・飯島・金足・上新城・下新城 |
| 健診日 | 1歳6か月児健診▶3月7日(水) 3歳児健診▶3月15日(木) |

| | |
|------|--|
| 対象地区 | 牛島・卸町・大住・仁井田・御野場・四ツ小屋・御所野・茨島・新屋・勝平・豊岩・浜田・下浜・向浜 |
| 健診日 | 1歳6か月児健診▶3月8日(木) 3歳児健診▶3月20日(火) |

■河辺・雄和の各地区

受付時間▶12:45~13:30

会場▶河辺総合福祉交流センター

対象▶1歳6か月児健診…平成28年8~10月生まれ、3歳児健診…平成26年7月~9月生まれ
実施日▶1歳6か月児健診…5月11日(金)、3歳児健診…3月14日(水)