育児

子ども条例のパンフ作成！

今年５月５日に施行された「子ども条例」の内容を、かわいいイラストを使って紹介しています。ご希望のかたは下記までどうぞ。
男女共生・次世代育成支援室　(866)2141
メール　ro-plmw@city.akita.akita.jp

保育所で遊びませんか

★保育所開放　０歳～５歳の親子が対象です。時間は午前９時45分～11時。直接各保育所へどうぞ。
牛島・戸島・岩見三内▶11月８日(水)
★離乳食試食会　岩見三内保育所で、保育所開放と合わせて行います。申し込みは10月26日(木)から岩見三内保育所　(883)2555
★青空保育　お子さんを公園で遊ばせながら、お母さん同士で交流しませんか。時間は午前10時10分から約40分。直接各公園へ。雨天中止。駐車場はありません。
10月25日(水)▶土崎港北六丁目児童遊園地、下夕野街区公園
★親子サロン　就園前の親子が対象。子育てママ同士おしゃべりを楽しみましょう。時間は午前９時45分～11時。10月26日(木)▶保戸野保育所　(823)6928(申し込みは10月20日(金)から)　11月２日(木)▶川尻保育所　(823)3254
11月８日(水)▶手形第一保育所　(834)0766(申し込みは10月26日(木)から)
★作ろうかんたんおやつ　１歳～３歳までのお子さんと保護者が対象です。調理をするのは保護者のみです。定員各10組。
サンパル秋田▶10月26日(木)午前10時30分～正午。申し込みは10月19日(木)午前10時から泉保育所　(823)1626　土崎公民館▶11月１日(水)午前10時～11時30分。申し込みは10月25日(水)午前10時から土崎保育所　(845)1571

子ども未来センターの催し

いずれも就園前のお子さんが対象。参加無料。直接会場へ。子ども未来センター　(887)5340
こんにちは広場▶10月24日(火)午前10時～、金足地域センターで調理実習。　パンダ広場▶11月２日(木)午前10時～11時、茨島体育館で。

赤ちゃんの事故予防教室

生後６か月までのお子さんの保護者が対象。救命救急士が講話と実技指導を行います。11月１日(水)午前10時～正午、土崎支所で。先着30組。申し込みは10月17日(火)から保健予防課　(883)1174

市保健所の育児講座

会場は市保健センター。時間は午前10時～11時30分。受講無料。申し込みは10月17日(火)から保健予防課　(883)1175
みんなでもぐもぐ教室　11月１日(水)。２歳前後のお子さんと保護者が対象。幼児食の進め方、おやつの与え方、試食など。定員35人。
離乳食教室　離乳食の進め方、調理法、試食など。定員各20人。初期(生後４～５か月)▶11月６日(月)　中期(生後６～８か月)▶11月13日(月)

すくすくサロン“きしゃぽっぽ”

就学前のお子さんが対象。10月19日(木)午前10時～正午、南部公民館で。無料。直接会場へ。問い合わせは南部公民館　(832)2457

子育てネット交流会PART2

講演「子育てネットワーク設立について学ぼう」など。10月29日(日)午後１時～４時、遊学舎で。無料。先着50人。託児あり(子ども１人100円)。申し込みはばっけの会事務局　(834)4733

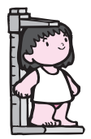
子どもの健康週間講演会

「絵本の中の子どもたち」と題し、子どもの心はどう育っていくのかを、日本小児科医会常任理事の内海裕美さんが講演。10月21日(土)午後３時30分から秋田ビューホテルで。無料。直接会場へどうぞ。
●問い合わせ　県小児保健会事務局　(880)3000(秋田組合総合病院内)

子ども用品フリーマーケット

10月21日(土)午前10時～午後零時30分、セリオンプラザで開催。
●問い合わせ　willこねっとの佐藤さん　090-5353-1069

就学時健康診断



来年小学校に入学するお子さんを対象に、右表の日程で就学時健康診断を行います。対象になるお子さんには通知しますので、お住まいの学区の小学校または指定する会場で受診してください。
なお、事情により指定会場以外で受診を希望する場合は、就学時健康診断票が届いた後に学事課へご連絡ください。　(866)2243

対象　平成12年４月２日～平成13年４月１日に生まれたお子さん
受付時間　午後１時20分～２時
用意するもの　①就学時健康診断票…10月20日ごろ発送予定　②母子健康手帳

実施日	会　場
11月１日(水)	旭北小、日新小、飯島南小
２日(木)	桜小、明徳小、上新城小、保戸野小、寺内小
６日(月)	御所野小、土崎小、仁井田小、築山小、上北手小、河辺総合福祉交流センター ※岩見三内小、赤平小、河辺小、戸島小学区のお子さんは「河辺総合福祉交流センター」で受診してください。
７日(火)	四ツ小屋小、旭川小、旭南小、泉小
９日(木)	太平小、金足西小、下北手小、下浜小 ※山谷小・木曽石分校学区のお子さんは「太平小」で受診してください。
10日(金)	八橋小、広面小、飯島小、雄和公民館 ※川添小、種平小、戸米川小、大正寺小学区のお子さんは「雄和公民館」で受診してください。
13日(月)	勝平小、高清水小、土崎南小、川尻小、豊岩小、外旭川小
14日(火)	大住小、下新城小、港北小、牛島小、東小 ※金足東小学区のお子さんは「下新城小」で受診してください。
15日(水)	浜田小、中通小

インフルエンザを予防しましょう！

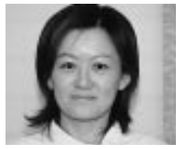
インフルエンザは風邪に似ていますが、突然の発熱、頭痛、関節痛、筋肉痛などで全身症状が強いのが特徴です。
日ごろから次のことに気をつけ、予防に努めましょう。

●栄養と休養を十分とる
●流行期には人混みをさける
●室内は適度な温度と湿度を保つ
●外出時はマスクを利用し、帰宅後は手洗いとうがいをする

12月中旬までに予防接種を

ワクチンを接種した場合の有効率は、健康な成人で70パーセントです。また、インフルエンザにかかった場合でも重症化防止に効果があります。特に慢性疾患のあるかたや高齢のかたは、かかりつけの医師と相談のうえ、予防接種を受けることをおすすめします。
予防接種を受けてから抵抗力がつくまで２週間程度かかりますので、インフルエンザが流行する前の12月中旬までに最寄りの医療機関で接種してください。効果は３～５か月持続します。
※市が実施する、65歳以上のかたの定期予防接種については、広報あきた９月16日号15ページ、または市ホームページをご覧ください。健康管理課　(883)1179
ホームページ　http://www.city.akita.akita.jp/city/hl/hm/

安心して受診を
市立病院の女性外来



市立病院産婦人科
熊澤由紀代 先生

市立秋田総合病院では、女性医師による女性外来を開設し、女性特有の身体的症状や不安などについて、患者１人に対し約30分の健康相談を行っています。10月からは、熊澤医師が女性外来を担当しています。
なお、検査や治療が必要な場合は、それぞれの専門の科で行います。そのときは、女性の医師や検査技師が担当にならない場合もあります。ご了承ください。

日時　第１・第３木曜日(祝日を除く)　午後２時30分～４時30分
定員　１日に４人まで　**料金**　2,835円
申し込み　市立病院医事課　(823)4171 (内線 2164)　(平日午前８時30分～午後５時)

健康はつらつ情報

いきいきサロン

体を動かそうADL体操教室▶おおむね60歳以上のかたが対象です。10月18日(水)午前10時～正午、八橋老人いこいの家で。参加無料。直接会場へどうぞ。　(862)6025

生き生き健康スポーツ教室

ファミリーバドミントンを楽しもう。
日時／10月26日(木)・27日(金)・28日(土)、午後７時～８時30分
会場／南部公民館　定員／先着20人
保険料／300円(３回分)
●申し込み　10月17日(火)午前９時からスポーツ振興課　(866)2247

県民の心臓病と健康を考える会

専門医による講演、健康相談など。直接会場へどうぞ。
日時／10月21日(土)午後１時～
会場／アルヴェ２階多目的ホール
参加料／無料　定員／先着300人
●問い合わせ　県民の心臓病と健康を考える会の佐藤さん　(835)9911

脳卒中ってなんだろう

県立脳血管研究センター副病院長の鈴木明文さんが講演。秋田駅東口午前11時発、ユフォーレ午後３時30分発のシャトルバスがあります。
日時／10月22日(日)午後１時～
会場／ユフォーレ
受講料／無料(入館料500円が必要)
●問い合わせ　ユフォーレ　(884)2111

禁煙講演会

医師の講話、個別相談など。個別相談は先着20人、申し込みが必要です。
日時／11月18日(土)午後１時～２時30分　会場／市保健センター
●申し込み　10月17日(火)から市保健所保健予防課　(883)1176

こころの健康アップ講座

精神保健に関する講話。会場は市保健所大会議室。時間は午後１時30分～３時。受講無料。申し込みは市保健所健康管理課　(883)1180
10月26日(木)▶自殺予防とうつ病
11月１日(水)▶睡眠と休養
11月７日(火)▶リラクゼーション

河辺女性教育ナイスミディセミナー

テーマは「更年期と向き合う」。講話、料理教室、レクリエーションの３回コース。料理の材料費は実費。
対象／40～50代の女性
日時／11月７日(火)・21日(火)、12月５日(火)、午後６時30分～　会場／河辺公民館ほか　定員／先着20人
●申し込み　10月17日(火)から河辺公民館　(882)5311

在宅介護者の集い

寝たきりや認知症のかたなどを自宅で介護しているかたが対象です。参加無料。直接会場へどうぞ。
日時／10月24日(火)午後１時30分～３時　会場／市保健センター
●問い合わせ　在宅介護者の集い代表の廣田さん　(863)0935

Look!
基本健康診査(40歳以上)の追加医療機関▶くらみつ内科クリニック(山王五丁目10-28)　(867)7411
▶銭谷内科胃腸科クリニック(川尻上野町１-64)　(838)7700
※健(検)診の種類は基本健診、肝炎ウイルス、前立腺がん、大腸がん検診です。保健予防課　(883)1172