



## あきらちゃん&ラーメン ちゃんがやってくる!

アトリエ自遊楽校(仙台市)の平山ラーメンさん、たかはしあきらさんを迎えて、楽しいイベントやセミナーを開催! いずれも参加無料です。

### 新春よちびん広場スペシャル

## あきらちゃん&ラーメン ちゃんと遊ぼう! 広場

1月12日(土)午前11時~正午  
アルヴェ 1階きらめき広場  
就学前のお子さんご家族が対象です。生演奏で歌遊びやふれあい遊び。直接会場へどうぞ。

### あそびうたセミナー

1月12日(土)午後2時~4時  
アルヴェ 2階多目的ホール  
子育てボランティアや保育に感心のあるかたにおすすめ!  
申し込み/子ども未来センター  
-tel(887)5340

### 子育て支援者のための研修会

1月11日(金)午後2時~4時  
アトリエももさだ  
子育てしやすい地域づくりのヒントについて、平山ラーメンさんの講演。  
申し込み/子ども未来センター  
-tel(887)5340

**ちょきべたルーム** はさみ、のりを使って親子で工作しよう。1月15日(火)午前10時~10時50分、川口保育所で。直接保育所へ。

**離乳食試食会** 0歳の親子が対象。1月22日(火)午前9時45分~11時、川口保育所で。申し込みは1月8日(火)から。tel(832)4582

## あそびにおいで!

**絵本の読み聞かせ** 就園前のお子さんが対象。1月15日(火)午前9時30分~11時、和田幼稚園で。無料。申し込みは和田幼稚園tel(882)2167

**牛島っ子** 就園前のお子さんご家族が対象のカレーパーティー。1月16日(水)午前10時~正午、南部公民館で。参加費300円。申し込みは南部公民館tel(832)2457

**ルンルンひろば** 1歳~4歳のお子さんご家族が対象です。冬の外遊び。1月18日(金)午前10時~11時30分、東部運動広場(東部公民館隣)で。無料。定員30組。申し込みは12月24日(月)午前8時30分から東部公民館tel(834)2206



# 年末年始は 食品の取り扱いに注意!

クリスマスからお正月にかけては、さまざまな食品が流通します。たくさんの食品を購入するこの時期、安全に食べるための情報を見逃さないようにしましょう! 衛生検査課食品衛生担当tel(883)1181

## 食品表示をよく見て買おう

名称:	
原材料名: ××、	
内容量: ㊺	
賞味期限: 年 月 ×日	
保存方法: -----	
製造者:	

**原材料**  
配合分量の多い順に書かれています  
食物アレルギーを引き起こしやすい、小麦、そば、乳、卵、落花生の5品目は必ず表示されています  
添加物は原則としてすべて表示されます

**賞味期限**  
弁当や生菓子など品質が急速に劣化する食品には「消費期限(安全に食べられる期限)」、乾物やスナック菓子など品質の劣化が比較的緩やかな食品には「賞味期限(おいしく食べられる期限)」が記載されています  
開封前の期限です。一度開封したら早めに食べましょう

生のまま食べられる魚介類には「生食用」「刺身用」などの表示があります  
冷凍食品には、解凍してそのまま食べられるものと加熱が必要なものがあります  
鶏卵には、いつまで生で食べられるかなどの使用方法が記載されています

## 食中毒菌を 食中毒予防の三原則

**つけない...** ノロウイルスが流行しやすい時期です。十分な手洗いを。肉や魚には食中毒菌が付いていることがあるので、生で食べる野菜などに付かないように注意しましょう

**増やさない...** 残った調理品はすぐに冷蔵庫に入れ、食べるときは再加熱を  
**やっつける...** 食材は中心部まで十分に加熱しましょう。調理器具は洗浄後、熱湯や塩素系漂白剤などで消毒を



## 犬の飼い主さんへ: 狂犬病予防注射と登録を忘れずに!

### 狂犬病は死に至る怖い病気です

狂犬病の怖さは人も動物も発病したらほぼ100%死亡するという致死率の高さにあります。人にはおもに狂犬病にかかった犬にかまれて感染するので、日本では犬に予防注射をして狂犬病の発生を防いでいます。

日本では50年以上発生していませんが、世界では今年年間5万5千人が狂犬病で死亡しています。国際交流が盛んな現在は、狂犬病がいつどんなかたちで国内に侵入してくるかわかりません。犬には必ず予防注射をしましょう。

### 生後91日以上の犬は狂犬病予防注射と登録を

**狂犬病予防注射は毎年** 狂犬病予防注射は毎年1回必要です。4月~6月に集合注射会場で受けられるほか、動物病院でも随時受けられます。生後90日以内の犬を飼っているかたは、犬が生後91日になってから30日以内に注射をしてください。

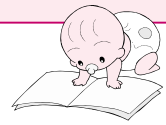
**登録は1回で生涯有効** 犬を取得した日から30日以内に、市保健所、土崎・新屋支所、アルヴェ市民サービスセンター、河辺・雄和市民センター、市内の動物病院で登録してください。

衛生検査課tel(883)1182

# 育児

2人でTry!  
パパママれっすん

1月25日(金)午後1時～3時30分  
市保健センター 定員36組(抽選)



妊娠16週から35週までの妊婦さんとそのパートナーが対象です。お風呂の入れ方体験、助産師の講話など。無料。

申し込み 往復はがきまたは封書(封書の場合は返信用のはがきを同封)で、2人の氏名(ふりがな)と年齢、住所、電話番号、1月25日時点の妊娠週数、出産予定日を書いて、1月9日(水)(必着)まで、〒010-0976八橋南一丁目8-3 秋田市保健所保健予防課母子保健担当tel(883)1174

## 乳幼児健康診査

個人通知はしませんので、母子健康手帳別冊をよく読んで受診しましょう。なお、風邪や伝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かたは、保健予防課tel(883)1174、市民課、土崎・新屋支所、アルヴェ市民サービスセンター、河辺・雄和市民センター、岩見三内・大正寺連絡所へどうぞ。

### 4・7・10か月児健康診査

4・7・10か月になった日から1か月以内のお子さんを対象に、母子健康手帳別冊に記載されている市内の委託医療機関で行っています。

### 1歳6か月児・3歳児健康診査

下表の対象月と地区割りを確認し、ご自分の地区の日にどうぞ。都合が悪く、他の地域の日に受けたい場合は保健予防課へご連絡ください。tel(883)1174

**1歳6か月児健康診査** 母子健康手帳と別冊のアンケート(記入して)、バスタオルをお持ちください。まだ受けていないかたも、2歳未満だと受診できますので、保健予防課へご連絡ください。

**3歳児健康診査** 3歳6か月にな

るお子さんが対象。母子健康手帳と別冊のアンケート(記入して)と尿検査セット(尿を容器に採って)をお持ちください。まだ受けていないかたも、4歳未満だと受診できますので、保健予防課へご連絡を。

## 赤ちゃんのSOS講座

生後6か月までのお子さんの保護者が対象。小児科医による急病時の対応などのお話や参加者同士の情報交換。託児あり。申し込みは保健予防課へ。tel(883)1174

とき / 1月30日(水)午後1時20分～3時30分 ところ / 市保健センター 定員 / 30人

## 離乳食教室へどうぞ

市保健センターで開きます。お子さんも一緒にどうぞ。離乳食の進め方、食品の調理法、試食など。無料。定員各25組。申し込みは12月25日(火)から市保健所保健予防課へ。tel(883)1175

**初期離乳食(生後4～5か月)**  
1月15日(火)午前10時～11時30分  
**中期離乳食(生後6～8か月)**  
1月21日(月)午前10時～11時30分  
**後期離乳食(生後8～10か月)**  
1月28日(月)午前10時～11時30分

## 西武の無料育児相談会

妊娠中や育児の相談に助産師が応じます。無料。直接会場へ。詳しくは秋田西武へ。tel(832)5111  
とき / 12月23日(日)正午～午後4時  
ところ / 西武3階ベビー休憩所

## 子ども未来センターの催し

いずれも無料です。直接会場のアルヴェ子ども未来センターへ。  
tel(887)5340

**かんたん工作“つくっちゃオ”**  
就園前の親子が対象。カレンダーを作ろう。1月16日(水)・30日(水)、午前10時30分～11時30分

**親子のふれあい広場**  
よちよち広場(0歳～1歳) 1月17日(木)午前10時～10時30分  
ぴよぴよ広場(2歳～3歳)  
1月24日(木)午前10時～10時30分  
**おはなし会** 就学前の親子を対象に絵本の読み聞かせ。1月22日(火)午前10時30分～11時

## 保育所で遊ぼう!

**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(上北手は午前10時～11時)。直接各保育所へどうぞ。

12月25日(火) 手形第一、川口、新波、雄和中央、川添  
1月8日(火) 土崎、泉  
1月9日(水) 牛島、岩見三内  
1月15日(火) 河辺中央  
1月16日(水) 戸島、港北、川尻  
1月23日(水) 上北手

**親子サロン** 就園前の親子が対象。お母さん同士で交流しませんか。時間は午前9時45分～11時。  
1月8日(火) 手形第一保育所。直接保育所へ 1月9日(水) 保戸野保育所。申し込みは12月27日(木)から。tel(823)6928

**読み聞かせの会** 1月8日(火)午前10時30分～11時、川口保育所。直接保育所へどうぞ。

## 1歳6か月児・3歳児健康診査の日程

受付時間 午後零時45分～1時30分

地域	該当地区	1歳6か月児健康診査			3歳児健康診査		
		健診日	対象月	会場	健診日	対象月	会場
中央	山王 保戸野 八橋 川尻 川元 旭南 旭北 中通 大町 南通 檜山 泉 高陽 寺内	2/6(水)			2/19(火)		
東部	千秋 手形 手形山 旭川 外旭川 新藤田 濁川 仁別 山内 蛇野 添川 柳田 下北手 太平 横森 桜 桜が丘 桜台 大平台 広面 東通	2/7(木)	平成18年 7月生まれ	市保健 センター	2/20(水)	平成16年 8月生まれ	市保健 センター
南部①	上北手 山手台						
南部②	牛島 卸町 大住 仁井田 御野場 四ツ小屋 御所野	2/15(金)			2/29(金)		
西部	新屋 勝平 茨島 豊岩 下浜 浜田 向浜						
北部	土崎 將軍野 飯島 港北 金足 上新城 下新城	2/14(木)			2/28(木)		土崎 公民館
河辺	河辺(3か月に1回の実施)	2/13(水)	平成18年 5・6・7月 生まれ	河辺総合 福祉交流 センター	3/25(火)	平成16年 7・8・9月 生まれ	河辺総合 福祉交流 センター
雄和	雄和(3か月に1回の実施)						