



# 保健センターからのお知らせ

松伏町大字松伏428 ☎992-3170・4323

麻しん風しん  
予防接種の  
重点期間です

## 乳幼児健診 5月



4か月児	(令和 2年1月生)	27日(水)
9か月児	(令和元年6.7月生まれ)	13日(水)
1歳8か月児	(平成30年9月生)	18日(月)
3歳4か月児	(平成29年1月生)	20日(水)

※9か月児健診では、歯ブラシをプレゼント

※1歳8か月児・3歳4か月児健診では、希望者にフッ素塗布を行います。(受付 13:15~14:00)

※対象の方には通知を送付しています。

## 初夏のHello ☺ ベビー教室

Helloベビー教室とは、妊婦さんの日常の過ごし方・お産の心構え・赤ちゃんの育て方など、基礎的なことを学びながらママの友達づくりができる教室です。翌年には同窓会もあります。

4回目は沐浴体験やお父さんのマタニティ体験もあります。

<日程>

1回目	5/11(月) 13:30~16:00
2回目	5/19(火) 10:00~13:00
3回目	5/25(月) 13:30~16:00
4回目	5/30(土) 9:30~12:00

📍保健センター 🕒母子健康手帳、筆記具

💰400円(調理材料費) ☎電話で保健センターへ。

## 離乳食講習会 中期・後期(要予約)

5月22日(金)10:00~11:30 定員8名



## 無料相談

### こころの相談 (要予約)

☎992-3490

5月11日(月)9:15~16:00

不安・不眠・イライラ等でお困りの方

### 栄養相談 (要予約)

☎992-3170

5月13日(水)9:00~11:00

子どもから大人まで栄養に関すること

### 健康(育児)相談

☎992-3170

5月13日(水)、6月3日(水)9:30~11:00

健康相談:血圧測定、尿検査、生活習慣病予防に関すること

育児相談:身長、体重の測定、育児の悩みに関すること

## 気軽にノルディックウォーキング

📅5月19日(火)9:30~11:00

📍まつぶし緑の丘公園(レクチャーホールに集合)

📌保健センターにて参加登録が必要です。

📌無料(ポール貸出しを希望する方は、保健センターにお申し込みください。)

📌定50名(各回ごとの申込み順)

## 人権それは

## こまっている人のために出来ること

問合せ 教育文化振興課 ☎991-1873 企画財政課 ☎991-1815

ぼくの家には、おじいちゃんとおばあちゃんがいます。おばあちゃんは足がふ自由で、おじいちゃんは手がふ自由です。だけど、おばあちゃんとおじいちゃんはすごいな、と思うところがたくさんあります。なぜかという、おばあちゃんはおじいちゃんの面どうもみるし、ぼくの遊びにもつき合ってくれるからです。それにおじいちゃんは、畑の作もつを育ててくれるし、お買い物に行ったときにぼくに重たいジュースをおみやげに買ってきてくれたりするからです。そんな二人が、ぼくは大好きです。

だから、ぼくもおばあちゃんとおじいちゃんのためにできることをしたいな、と思いました。例えば、足がふ自由なおばあちゃんのために、立ち上がる時にささえてあげたり、お買い物にいった時に買ったときにかたをかしたりしたいです。手のふ自由なおじいちゃんのために、畑に水をやったり野さいのしゅうかくを進んで手伝ったりしたいです。そうしたら、二人はきっとよこんでくれると思います。もっとたよりにしてもらえるようにできることを進んでやりたいです。

おばあちゃんとおじいちゃんだけではなく、ほかにもこまっている人がぼくのまわりにはいるかもしれません。もし、目がふ自由な人がいたら、やさしく声をかけて信号をいっしょにわたったり、道を教えてあげたりしたいです。もし、お年よりや体がふ自由な人がこまっていたら、声をかけて車道を走っている車に「止まれ」の合図を出してあげたり、歩くときにかたをかしてもつを持ってあげたりしたいです。

このようなことを考えていたら、こまっている人のためにもっとたくさんのことができるのではないかと思います。それは、手だすけをすることだけではないです。お年よりが楽しくすごせるようお話しをしたり、耳のふ自由な人のために手話をおぼえたり、体のふ自由な人がするスポーツをいっしょにやったりすることです。

ぼくはこの先、ぼくのおじいちゃんもおばあちゃんも、そのほかのこまっている人たちみんなが、楽しくいっしょにすごせるようにたくさんきょう力をしていきたいと思います。

人権作文集~こころ~ より