



※乳幼児健診は保健カレンダー（保存版）をご覧ください。

冬の母親学級が始まります

	日時
1回目	11/15(火) 13:30~16:00
2回目	11/22(火) 10:00~13:00
3回目	11/28(月) 13:30~16:00
4回目	12/ 3 (土) 9:30~12:00

- 場所／保健センター
 - 持ち物／母子健康手帳、筆記具
 - 費用／調理実習代 350円
 - 申込み／電話で保健センターへ。
- ※4回目は沐浴実習・マタニティ体験ができます。

食生活改善推進員協議会 男の料理教室

- 日時／11月26日(土)午前10時~午後1時
- 場所／中央公民館
- 対象／料理に興味のある成人男性
- 定員／30名
- 費用／材料費300円
- 持ち物／エプロン、三角巾、布巾1枚、米0.5合
- 申込み／地域の推進員又は保健センターへ（電話申込み可）。

「団塊世代のセカンドライフ教室」

第二の人生はこれから！楽しく、健康的に、エネルギーに活躍するために、世界を広めてみよう！

- 対象／おおむね60歳以上の男性
- 場所／保健センター
- 費用／無料
- 申込み／保健センターへ（電話申込み可）。

日時	内容	講師
11月25日(金) 13:30~16:00	生活習慣が変わる定年後の健康管理 おちいりやすい病気など	医師
12月 2 日(金) 13:30~16:00	意外と知らない食事のこと 自分の食事内容を見直しながら	栄養士
12月 9 日(金) 13:30~16:00	簡単にできる筋力トレーニング 町の社会体育の現状とこれから	運動指導士 教育文化振興課社会体育担当
12月16日(金) 13:30~16:00	ライフプランを立てよう！ 町のボランティア活動の紹介	保健師 社会福祉協議会

人権 それは愛

問合せ／教育文化振興課 ☎990-9011・企画財政課 ☎991-1815

今月は「松伏町小中学校人権作文集—第9集—」の作品の中から、小学校3年生の作品を紹介します。

おじいちゃん

わたしの家には、おじいちゃんとおばあちゃんがいます。お母さんがしごとをしているので、わたしは、赤ちゃんのころからずっと、おじいちゃんとおばあちゃんのお世話になってきました。わたしがびょう気になった時、びょういんにつれて行ってくれたこともあるそうです。ようち園のころは、毎日バスまでおっけてくれたり、むかえにきたりしてくれました。

夏には、「海でおよぐと体がじょうぶになるから。」と言って、とまりがけで海水よくにもつれて行ってくれました。わたしは、毎年このりょ行がとても楽しみでした。ずっと元気だったおじいちゃんがびょう気になってから、ゆびがふじゆうになってしまいました。歩く時は、つえをつかいます。前より体が小さくなってしまったような気がします。顔がとてもやさしくなりました。

私は、おじいちゃんがあげられないでいるびんのふたをあけたことがあります。またおじいちゃんにかわって、おへやの電気をかけてあげます。こんな時、おじいちゃんは、「A子、ありがとう。」と言って、よろこんでくれます。わたしには、とてもかんたんなことでも、おじいちゃんにとっては、たいへんなことだとしりました。だからわたしは、もっとおじいちゃんのやくにたつことをたくさん見つけてやってあげようと思います。

これからは、おじいちゃんのような人を見たら、自分から進んでお手つだいをしてあげたいと思います。

この人権作文は、児童・生徒のみなさんに、人権や差別について考えていただき、他人の心の痛みがわかる、差別のない・許さない・見のがさない人になってほしいと願って作成されています。

愛育会 クリスマス会



- 日時／12月19日(月)午前10時~正午
- 場所／保健センター
- 内容／リース作り・歌など。サンタさんも来ます！
- 対象／乳幼児と保護者 20組
- 費用／一家族200円
- 申込み／11月7日(月)から保健センターへ(電話申込み可)。

ヒブ、小児用肺炎球菌、子宮頸がんワクチンについて

ヒブ、小児用肺炎球菌予防接種：2カ月~5歳未満
子宮頸がんの予防接種：平成7年4月2日生~平成10年4月1日生の女性(初めて接種を受ける方は、1回目と2回目の接種を受けられます)

■実施期間・申込み／平成24年3月31日(土)まで。希望者は保健センターへ。

SIDS(乳幼児突然死症候群)対策強化月間

みんなの赤ちゃんをSIDS*で亡くさないために、

- ① うつぶせ寝はやめてね。
- ② たばこは吸わないでね。
- ③ できる限り母乳でね。

*SIDS(乳幼児突然死症候群)とは・・・何の予兆もなく、それまで元気だった乳幼児が睡眠中に突然死亡する病気です。原因はまだ解明されていませんが、上の3つを守ることでSIDSの発生率を抑えることが数々の研究で明らかになっています。

日本脳炎予防接種について

平成17年度から接種機会を逃していた、平成19年4月1日までに拡大された方(特別対象者)の日本脳炎定期予防接種の期間が20歳未満(20歳の誕生日の前々日)まで拡大される方は保健センターへ。