

保健だより

◆乳児相談◆ ※料金は無料です。

日 程	場 所	受付時間
9月6日(火)	市保健センター	午後1時30分～2時
9月9日(金)	立江公民館	
9月20日(火)	坂野公民館	
10月4日(火)	市保健センター	※10月4日(火)は、離乳食講習会(7～9カ月児)を同時に行います。

※身体測定、育児相談を行います。母子健康手帳をご持参ください。

◆子育てポンプンくひび◆ ※料金は無料です。

日 程	場 所	内 容	受付時間
9月6日(火)	市保健センター	お絵かき お絵かきも楽しめる お楽しみ会もあそび を準備していただきます。	午後1時30分～2時
9月9日(金)	立江公民館	魚つりあそび	午後1時30分～2時
9月20日(火)	坂野公民館	ミニ運動会	
9月21日(水)	市保健センター	運動会 運動のできる服装で お越しください。	午前9時30分～10時
10月4日(火)	市保健センター	マラカスづくり	午後1時30分～2時

【対象】1歳～就学前のお子さんとその保護者(小松島市に住民票のある幼児)の自由遊びとお友だちづくりを行います。

◆乳幼児健診◆ ※料金は無料です。

健診の種類	該 当 児	日 程	受付時間
9～10か月児健診	平成22年11月16日～12月15日生	9月22日(木)	午後1時30分～2時
1歳6か月児健診	平成22年3月生	9月27日(火)	午後1時20分～1時50分
3歳5か月児健診	平成20年4月生	9月28日(水)	午後1時20分～1時40分

【場所】市保健センター
※母子健康手帳をご持参ください。

◆マタニティくひび◆ ※料金は無料です。

日 程	場 所	時 間
9月16日(金)	市保健センター	午後1時30分～3時

【内 容】安産に向けての体づくり(妊婦体操など)
【講 師】あゆみマタニティルーム 助産師 永井人美先生
※母子健康手帳をご持参ください。
※体操できる服装(ズボン)でお越しください。
※参加ご希望の方は、9月9日(金)までにお申し込みください。
お申し込みは、市保健センター(☎32・3551)まで。

◆先天性股関節脱臼検診◆ ※料金は無料です。

日 程	場 所	受付時間
9月14日(水)	市保健センター	午後1時30分～2時

【対象者】これまでに先天性股関節脱臼検診を受けていない乳児
【持参物】母子健康手帳

◆健康相談◆ 小松島市民の方であれば、どなたでも無料で参加できます！

食事や運動について知りたい方、育児に関する相談のある方におすすめです。

【内 容】血圧測定、尿検査、保健師・管理栄養士による個別相談
※健康手帳や母子健康手帳をお持ちの方はご持参ください。

日 程	場 所	受付時間
9月12日(月)	立江公民館	午前10時～11時30分
9月16日(金)	総合福祉センター	
9月20日(火)	芝田多目的研修センター	午前10時～11時30分
9月26日(月)	児安公民館	
10月3日(月)	市保健センター	午後1時30分～3時
	和田島会館	午後1時30分～3時

◆健康講座◆ ※料金は無料です。(申し込み不要)

ウイルス性肝炎(C型・B型)と肝細胞癌

～気をつけなければいけない～

【講師】徳島赤十字病院副院長 長田 淳一 先生

日 程	場 所	受付時間	終了時間
9月20日(火)	市保健センター	午後1時30分～2時	午後3時30分

このページのお問い合わせは、市保健センター(☎32・3551または☎32・2500)まで。

保健師 一口メッセージ

子どものほめ方に 気をつけて

年齢に関係なくほめられると誰もが嬉しく思います。それを一番必要としているのは子どもで、子どもはほめられることで自信を持ち安心感を抱き、さらに物事の善悪を知ると言われています。しかし、何でもかんでもほめたらいいというわけではありませぬ。逆にプレッシャーを与えたり、心を込めずにほめることは不信感を抱かせます。

ほめる時はタイミングよくすぐにほめるようにし、「○○だから偉かったね。」など具体的にほめるようにしましょう。大人がほめたい所をほめるのではなく、その子なりに一番がんばった所を言葉にしてあげるとより効果的です。また、他の子と比較したり結果だけをほめるのではなく、プロセスや努力したことをほめることも大切です。さらに、言葉だけでなく抱きしめたり手を握ったりすることで、言葉だけでは伝えきれない想いをぬくもりを通して伝えることができます。こうして、子どもは自分で感じ考え行動した結果、大人にほめてもらえるという嬉しい経験を積むことができます。そうすることで大人が「ダメ」という言葉を使わなくても何をしたらよいか、いけないのかをはっきり区別できるようになります。

子育てにはいろんな意見があり、その子に合った対応が最も大切ですが『ほめたいけれどほめ方がわからない』という人は参考にしてみてください。

市保健師 加藤 優子