

子育てのひろば

妊婦健診受診票の枚数と内容が変わります

健康的な妊娠・出産を迎えるためには、妊婦健診をきちんと受けることが大切です。

望ましい健診間隔	妊婦23週まで	4週間に1回
	24週から35週まで	2週間に1回
	36週以降	1週間に1回

市では、妊婦さんの経済的な負担を軽減し、妊婦健診が受けやすくなるように、4月1日から妊婦受診票補助券の交付枚数を変更します。

変更内容

これまで、妊婦一般健康診査受診票(1回目)と妊婦一般健康診査受診票(2回目以降)とに分けていたものを、妊婦健康診査受診票(補助券)のみとしました。また交付枚数は、1回目が1枚、2回目以降分が4枚であったものが、14枚に増えます。

交付枚数

- ・妊婦健康診査受診票 14枚
- (白色5枚、うぐいす色9枚)
- ・妊婦超音波検査受診票 1枚(藤色)

受診票の交付

この受診票は、母子手帳交付時にお渡しします。交付日時については、母子健康カレンダーをご覧ください。妊婦健診の対象となる方で、4月1日以前に受診票を受け取った方には、追加分を個別送付しました。ただし出産予定日より、受診票の追加交付枚数は異なります。また県外医療機関で受診されている方は、県外用の受診票を発行しますので、各地区の保健センターにお問い合わせください。

問い合わせ 健康推進課 (内線223・255)

緊急サポートネットワーク事業「子どもサポートえな」

4月1日事務所開設

病気や親の出張・残業など、緊急時に子どもを預かり、親

に代わって子どもの世話をする事業をスタートします。仕事と育児を両立し、安心して働き続けられる環境をつくり

ます。このサービスを受けたい方は、事前の登録が必要です。事務所まで連絡ください。

事業主体

子どもサポートえな 代表 三田恵(子育て支援こぎつねくん代表)

事務 駒宮優子(NPO法人 みんなで子育てドロッツ入理事)

事務所・連絡先 〒50097403 岩村町556

☎32 1121

サービスの概要

病時や病後の子どもの預かり 親に代わって医療機関への子どもの受診

急な残業や出張時などの子どもの預かり

急な残業や出張時などの子どもの保育園などの送り迎え

事業の仕組み

・サービスを提供する会員と利用する会員による会員制の

相互援助のシステム

- ・対象となる子どもは、おおよそ生後2カ月から12歳まで
- ・相互援助のコーディネートを事務局が実施(午前6時～午後8時ごろまで)

利用料金

活動日	時間帯	利用料金	
		30分以内	1時間以上
月～金曜日	9時～17時	500円	800円(時間)
	上記以外の時間	600円	1,000円(時間)
土・日・祝日	9時～17時	600円	1,200円(時間)
	上記以外の時間	700円	1,400円(時間)

・宿泊は引き受けしません

探しています

不用になったチャイルドシート(乳児・幼児用)をお譲りください。

連絡先 駒宮☎09081380001

ファミサポ通信

交流会楽しかったね!

3月7日「アートバルーンで遊ぼう」を開催して、バルーンから繰り広げられる不思議な世界を、43人の参加者の皆さんで楽しみました。

【参加者の感想を紹介】

・どんな形になるのか、ワクワクしました。親子で一緒に楽しんで良かったです。

問い合わせ

ファミリーサポートセンター

子ども元気プラザ☎25 1144

月 土曜日、午前9時 午後5時

ファミサポセンター 恵南支部 岩村保育園☎43 2499

月・水・金曜日、午前8時半 午後5時



『みんなで育もう きらきら恵那の宝』市ホームページでは、「市政の案内」の「各種計画・指針」の「健やかで若さあふれる元気なまち(健康・福祉)」の中で、「恵那市次世代育成支援行動計画」を公開しています。

こども元気プラザ「ここに広場」(TEL 25-1155)5月の予定

種別	とき	時間	対象
親子で遊ぼう	毎週木曜日	午前10時15分～11時半	0歳～未就園児
お外で遊ぼう	毎週金曜日	午前10時15分～11時半	0歳～未就園児
うんどう遊び	毎週火曜日	午前10時半～11時	0歳～未就園児
絵本を楽しもう	毎週水曜日	午前10時半～11時	0歳～未就園児
児童センター よちよちサロン	5月26日(火) 【問い合わせ】児童センター(大井・中野)	午前10時25分～11時半	0歳児

※こども元気プラザ 月曜日...午前9時～正午まで、火曜日から土曜日...午前9時～午後6時まで、日曜日と祝日は休館

地域子育て支援センター5月の予定

やまびこ子育て支援センターこども元気プラザ☎25-1155

種別	とき
はじめましての会(0歳～未就園児)	13日(木)
つくって遊ぼう(0歳～未就園児)	20日(木)
遊戯室開放(0歳～未就園児)	27日(木)

武並子育て支援センターこども元気プラザ☎25-1155

種別	とき
はじめましての会(0歳～未就園児)	12日(火)
つくって遊ぼう(0歳～未就園児)	19日(火)
ひよこの部屋・園庭開放(0歳～未就園児)	26日(火)

岩村子育て支援センター岩村保育園内☎43-2209

種別	とき
園庭開放(0～3歳児)	7日(木)
園庭開放(2～3歳児)	14日(木)
園庭開放(0～1歳児)	21日(木)
おもちゃづくり(0～3歳児)	28日(木)

上矢作子育て支援センター上矢作保育園内☎48-3111

種別	とき
フォトフレーム作り(0～2歳児)	12日(火)
散歩、お弁当(0～2歳児)	19日(火)
リトミック(0～2歳児)	26日(火)
親子ふれあい遊び(0～1歳児)	29日(金)

山岡子育て支援センター山岡保育園内☎56-2255

種別	とき
こいのぼり作り、園庭遊び(2歳児)	8日(金)
手型壁飾り作り(0～2歳児)	11日(月)
おやつ作り試食会(0～2歳児)	15日(金)
こいのぼり作り、園庭遊び(1歳児)	18日(月)
ふれあい遊び、こいのぼり作り(0歳児)	20日(木)
ふれあい遊び、散歩(2歳児)	22日(金)
ふれあい遊び、散歩(1歳児)	25日(月)

明智子育て支援センター明智保育園内☎54-2030

種別	とき
ここにこサロン(園庭開放・0～2歳児)	7日(木)
めだかサロン(お弁当の日・2歳児)	11日(月)
ここにこサロン(手作りおやつ・2歳児)	14日(木)
ここにこサロン(おさんぽ・0～2歳児)	21日(木)
なかよしサロン(リトミック・0～2歳児)	28日(木)

吉田子育て支援センター吉田保育園内☎54-4545

種別	とき
ここにこサロン(手作りおやつ・0～2歳児)	12日(火)
ここにこサロン(遠足・0～2歳児)	19日(火)
ここにこサロン(園庭開放・0～2歳児)	26日(火)
なかよしサロン(リトミック・0～2歳児)	28日(木)

地域包括です

熟年セミナー

65歳になられる方を対象に、毎月2回、まきがね公園体育館と山岡健康増進センターで、熟年セミナーを開催しています。内容は、介護保険の交付や介護保険の説明、保健師などによるミニ健康チェックと健康づくり体操などです。

からだの健康を管理するポイントを考えていただき、いつまでも健康に過ごすための豆知識や健康体操、やさしい筋力トレーニングの方法などを学んでいただきたいと思えます。

案内通知が届きましたら、ご都合の良い会場へご参加ください。都合のつかない方は、地域包括支援センターへご相談ください。

いきいき健康教室

地域の老人クラブやサロンなどの参加者を対象に、血圧測定・口腔衛生指導・音楽療法・レクリエーションなどを

地域包括支援センター

☎26-2111(内線126)

実施します。

ご希望の方は、地域包括支援センターか福祉あんしんサポートセンターへお申し込みください。日程や内容は、ご相談に応じます。

はじめましょう プールウォーキング

体を動かさないと、次第に筋力は弱まり、活動の意欲も薄れます。水の中なら、簡単に足を上げたり伸ばしたりできます。筋力低下予防やメタボリック予防のためにも、無理なくできる水中運動に参加しましょう。

とき 4月30日(木) 8月6日(木)午後1時半 2時半(全8回)
ところ 山岡健康増進センター

対象 65歳以上の介護保険認定を受けていない方
利用料 1回300円
講師 吉田弘子先生

締め切り 4月27日(月)
問い合わせ お近くの福祉あんしんサポートセンター



あなたの不安を安心に変える『地域包括支援センター』です。

