

3月の保健行事

3月の当番医

3月2日	梶山医院	TEL854-2771	3月23日	瀬尾医院	TEL854-2222
3月9日	豊田レディースクリニック	TEL855-1913	3月30日	藤田医院	TEL854-0707
3月16日	豊田医院	TEL854-2181	☆電話番号、特に局番をよく確かめておかけください。		

行 事	月 日 等	場 所	時 間	内 容
健 康 相 談	3日(月)	東 公 民 館	10:00~11:30	妊婦・生活習慣病予防などの相談に応じ、血圧測定・検尿・健康体操を行います。母子健康手帳の交付等を行います。
	5日(水)	中央ふれあい館		
	10日(月)	西 公 民 館		
	12日(水)	新宮老人集会所	13:30~15:00	
	17日(月)	西部地域健康センター		
	19日(水)	城之堀老人集会所		
	26日(水)	中央地域健康センター	10:00~11:30	
すくすくクラブ (育 児 相 談)	3日(月)	東 公 民 館	13:30~15:00	乳幼児の身体測定、子育て・発達、栄養(離乳食)等の相談に応じます。
	5日(水)	中央ふれあい館	13:30~15:00	
	10日(月)	西 公 民 館	10:00~11:30	
	17日(月)	西部地域健康センター	10:00~11:30	
	24日(月)	中央地域健康センター	10:00~11:30 13:00~15:00	
乳 児 健 診	6日(木)	西 公 民 館	<受付時間>	平成14年10月1日生まれから1月31日生まれが対象となります。個別通知あり。
	7日(金)	中央ふれあい館	13:00~13:45	
マスカットキッズ	14日(金)	中央地域健康センター	11:00~13:00	双子、三つ子ちゃんの集いの場です。いっぱいはなしましょう!
子供の歯の相談	24日(月)	中央地域健康センター	13:30~15:00	乳幼児からのお口の手入れについて相談に応じます。
離 乳 食 教 室	10日(月)	西 公 民 館	13:00~14:00	参加希望の方は、直接会場へお越しください。
二 口 二 口 教 室	13日(木)	町 民 会 館	13:30~15:00	肥満・糖尿病予防教室です。食事療法について1年間のまとめをします。

保健師だより

子育ても 楽しめていませうか?

平成13年の人口動態統計によれば、出生数17万人と少子化はさらに進んでいます。

一方、熊野町においては、ここ数年の出生数は250前後と横ばいを保っているのが現状です。しかし、少子化など社会的な問題から起こる現代の子育て事情の変化は熊野町においても同じ様にあります。

かつては大家族などの中で育児を経験したり観察することがありました。しかし、核家族化が進み、地域との関わりも減った現代では、育児に関しては何もかも初めて経験することばかりになっていきます。そのため夫の協力が唯一の助けとなることも多くなっています。

今、こんな気持ちになつていませんか?

お母さんが陥りやすい心の問題は多くあります。次に挙げるようなことがあれば、医師や保健師などに一度相談し

ましよう。

①気分がひどく落ち込んだり、落ち込んだ状態が続く

何をしても気が晴れない。

よく泣きたい気分になる。化粧など身の回りの事に関心をもてない。いつも疲れている。自分は死んだほうがいいと思ってしまう。食事のしたくない、何をするのもおっくうになるなど。

②ついで子どもに当たってしまった

食事や風呂、おむつの交換、トイレの世話など、やる気がせず放つてしまう。傷つけるような言葉を言ってしまう。ひどくたたりつねるなど。

③ゆつたりとした気分でも子どもと過ごせない

公共のサービスも 利用しましょう。

健康課や子育て支援センターでは、乳幼児の訪問や相談を随時受付けています。また、福祉事務所や児童相談所などより専門的な機関もあります。ひとりで悩まず、気軽にご連絡ください。(健康課)