

# 子育て応援団

## ブックスタート

赤ちゃんの体の成長にミルクが必要なように、赤ちゃんのこころと心を育むためには、赤ちゃんと向き合い、やさしく語り合う時間が大切です。そうしたときを通して、赤ちゃんは自分が愛されていることや守られていることを体感します。そして、こころを呼応させる経験の積み重ねから、ゆつくりと人を信頼することを知り、さらに自分以外の人と気持ちを通わせる力を育んでいくのです。

また、赤ちゃんの表情を眺めながらゆつたりと過ごす時間は、周りの大人たちにとっても心安らぐ楽しい子育ての時間になることでしょう。

「ブックスタート」は、すべての赤ちゃんの周りで、そのかけがえのないひとときが「絵本」を介してもたらされることを応援する運動です。市では、生後4か月の乳児健診に参加した赤ちゃんと保護者にブックスタートのメッセージを伝えながら、地元企業から寄贈いただいた絵本と「パパママよんで！〜あかちゃんをはじめて出会う本のリスト50選〜」という手作りの冊子を手渡ししています。



## 掲示板

市のホームページ上に掲示板「おしゃべりびびよ」を設けています。遊び場所や医療機関など子育てに関する情報交換、幼稚園・保育園に関するおたずね、0歳児を持つママたちのつぶやきなど、にぎやかにおしゃべりが展開されています。なかには、この掲示板をきっかけに友だち同士になる人も見受けられます。アドレスは、

<http://www.city.tsuyamaokayama.jp/fukushi/pyo/bbs.html>

## 赤ちゃん広場

「子育て」、とくに1人目の子育ては、楽しかったり癒されたりと不安になったり、自信がなくなったりするものです。また、赤ちゃんとの外出がたいへんで、自宅に閉じこもりがちになる人もいます。

市では、第1子で生後7・8か月の赤ちゃんを対象に「赤ちゃん広場」を開催しています。2回がセットで、1回目は赤ちゃんとお母さん、家族の人に参加してもらいます。赤ちゃんと家族の人が保育士さんといっしょに遊んでいる間、お母さんはお母さん同士で情報交換。2回



目は、赤ちゃんとお母さん2人で参加してもらいます。保育士さんに赤ちゃん体操や遊びを習い、その後赤ちゃんを託児してもらって、お母さんは食事しながら楽しいおしゃべりの時間へ。赤ちゃんは音楽や動きに乗せられて笑顔、笑顔。お母さんも赤ちゃんの笑顔を見たり、おしゃべりに花を咲かせたりと生き生きとした表情になっています。

## 「赤ちゃん広場」参加者のその後

「赤ちゃん広場」で出会ったお母さんたちは、同じ月齢の子どもを持つ親同士ということもあって、その後も親子グループを作って活動することが多いようです。

男女共同参画センター「さん・さん」の登録団体になり、「さん・さん」の和室で茶話会をしたり近くの公園へピクニックに行ったりと、子育ての情報交換や親子の交流を楽しんでいます。また、市も出前保育や出張健康相談など親子グループを支援しています。

子育てについてのお問い合わせは、市子どもカウンター（市役所1階1番窓口）☎32・2065へご連絡。

## 元気な子どもを育てるために

対象	月	日	場所	受付時間	料金
乳児健診 平成15年7月生まれ	11	18(火) 19(水)	市役所 東庁舎 健診室	午後 1:00 ~ 2:00	無料
1歳6か月児健診 平成14年4月生まれ	11	11(火) 12(水)			
3歳児健診 平成12年10月生まれ	11	25(火) 26(水)			

対象者に通知します

## 骨密度測定

骨粗しょう症予防のため、骨密度を測ってみませんか。

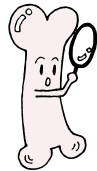
**とき** 11月20日(木)・21日(金) 午前9時~午後4時

**ところ** 市役所東庁舎1階 健診室

**対象** 20歳以上で市内在住の人

11月12日(水)までに予約してください

**料金** 無料



## 離乳食教室

**とき** 11月20日(木) 午前10時~正午

**ところ** 市役所東庁舎1階 調理室、健診室

**対象** 7~11か月の子の保護者

**内容** 調理実習、試食、説明、個人相談

**参加費** 無料

**持ってくるもの** エプロン、三角きん、筆記用具、  
母子手帳、おんぶひもなど

**定員** 10人程度(予約要、先着順)



## 「愛の献血」にご協力を

月日	場所	時間
10月24日	市役所本庁舎(山北)	10:00~11:30 12:30~15:00

成分献血もできます(予約要)

かくたん

## 喀痰検査を受けてください

肺がんは男性の死亡割合が第1位のがんです。喀痰検査では、レントゲン検診で見つけにくい部分の肺がんを早期に発見することができます。

次のとおり検査の受け付けをします。とくにたばこを吸う人は、この機会に検査しましょう。

**受付期間** 10月20日(月)~31日(金)

**ところ** 市役所東庁舎1階 健康増進課

**対象** 40歳以上で市内在住の人

**料金** 800円(70歳以上の人は無料)

## 妊婦歯科検診

**とき** 11月16日(日) 午前9時~正午

**ところ** 津山歯科医療センター(沼)

**内容** 歯科検診、ブラッシング指導、カリオスタット(口中の状態を知る検査)、歯ごうの染め出し(希望者のみ)

**定員** 10人(予約要、先着順)

**料金** 無料

## 高齢者歯科相談

おいしく食べることは、人生の大きな楽しみです。あなたの歯は大丈夫ですか?

津山歯科医療センターでは、高齢者歯科検診および高齢者歯科相談を行っています。お気軽にご相談ください。

**とき** 11月16日(日) 午前9時~正午

**ところ** 津山歯科医療センター(沼)

**料金** 無料(予約要)

**申込・問い合わせ先** 津山歯科医療センター

☎22-4021へ

## 11月 すくすく わくわく 児童館

### 中央児童館 ☎22-2099

1日(土) 午後3時~4時.....人形劇

13日(木) 午後3時~3時30分.....絵本タイム

17日(月) 午前10時30分~11時30分...

親子で遊ぼう

**対象:** 乳幼児(0~2歳)と保護者

27日(木) 午後3時~3時30分.....絵本タイム

29日(土) 午前10時30分~正午.....たこ作り

**対象:** 小学生 **定員:** 20人(予約要、先着順)

**参加費:** 50円 **募集期間:** 10月20日(月)~

### 南児童館〔ワイワイ児童館〕 ☎24-4400

6日(木) 午後2時~2時30分.....絵本タイム

8日(土) 午後2時~3時.....けん玉で遊ぼう

12日(水) 午前10時30分~11時30分...

親子で遊ぼう

**対象:** 乳幼児(0~2歳)と保護者

20日(木) 午後2時~2時30分.....絵本タイム

22日(土) 午後2時~2時40分...おはなしの会

29日(土) 午後1時30分~3時30分...

はがきを作ろう(紙すき体験)

**対象:** 小学生以上 **定員:** 20人(予約要、先着順)

**参加費:** 無料 **持ってくるもの:** タオル、下敷き **募集期間:** 11月1日(土)~

**休館日:** 3日(祝)、4日(火)、10日(月)、16日(日)、  
24日(月)、25日(火)

**とき:** 11月13日(木) 午後7時~8時30分 **ところ:** 津山市総合福祉会館 **演題:** 糖尿病の合併症について **講師:** 松岡孝さん(岡山赤十字病院糖尿病センター長) **対象:** どなたでも **参加費:** 無料 **問い合わせ先:** 津山中央記念病院・牧山さん ☎22 6111へ