

保健だより

今月のげんきちゃん



なおと
今直和ちゃん (H22.12.1生) と
ゆうし
お兄ちゃんの悠史ちゃん
お母さんの美貴子さん (芝町)

保健相談センターへお越しください。(個別相談)

種別	日	時	対象	その他
生活習慣病相	8月22日(月) 8月29日(月) 9月5日(月) 9月12日(月)	13:30~15:00	市民	子育て・健康推進課 ☎47-1041 ※予約制
妊産婦乳幼児健康相談	8月23日(火)	9:30~10:30	妊産婦乳幼児と保護者	子育て・健康推進課 ☎47-1042 ※母子健康手帳を持参 ※プレイルーム開催
離乳食講習会	8月23日(火)	10:00~11:00	5カ月~8カ月児と保護者	子育て・健康推進課 ☎47-1042 ※母子健康手帳を持参 ※プレイルーム開催
カウンセリング	8月24日(水)	13:30~15:30	市民	子育て・健康推進課 ☎47-1043 ※予約制

B C G 接種

8月30日(火) 13:30~14:00 ※母子健康手帳を必ず持参してください
平成23年5月生まれの乳児と生後6カ月未満の未接種者

6カ月児健康診査

8月24日(水) 12:45・13:15
平成23年1月生まれの乳児

1歳6カ月児健康診査

9月8日(木) 12:50・13:15・13:40
平成22年2月生まれの幼児

3歳児健康診査

8月25日(木) 12:50・13:15・13:40
平成20年7月生まれの幼児

子育て支援センター 出張プレイルーム

◆8月23日(火) 9:30~11:30 13:30~15:30
◆8月28日(日) 9:30~11:30
おもちゃで遊んだり、手遊びや楽しいお話をしています。親子で遊びに来てください。



シリーズ(193)

保健師の ちよつと言

健康 子どもの肌を紫外線から守る!

昔は赤ん坊の日光浴や子どもの日焼けは健康に欠かせないと言われていました。ところが最近、母子健康手帳から「日光浴」という言葉が消え、特に子どもに対する紫外線対策が必要だと言われています。

その理由として次のことが挙げられます。

① 子ども時代は細胞分裂も激しく、成長が盛んな時期であり、大人よりも環境に対して敏感である。

- ② 子ども時代 (18歳未満) の日焼けは後年の皮膚がんや眼のダメージ発症のリスクを高める。
- ③ 生涯に浴びる紫外線の大半は18歳までに浴びる。
- ④ 紫外線被ばくは、免疫系の機能低下を引き起こす。
- ⑤ 子どもは室外で過ごす時間が多いため、太陽光を浴びる機会が多い。

日焼けしやすいこの季節は、日差しが強くなる時間帯はできるだけ外出を控え、外出時には帽子やUVカットウェアなどを着用し、日焼け止めクリームを塗るなどして子どもの肌を紫外線から守りましょう。

