

保健だより

保健相談センターへ

お越してください

今月のげんきちゃん



しりゅう
大谷 聖龍羽ちゃん (H24.7.6 生) と
お母さんの憂華さん (渡町)

| 催し物名 | と き | 対 象 | 問い合わせ先 |
|-----------------|----------------------|------------------------|-------------------------------------------------|
| 妊産婦・乳幼児 健康相談 | 4月24日(水) 9:30～12:00 | 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 | 3月12日(火) | 9カ月～ 1歳6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 |
| | 4月24日(水) | 5カ月～ 8カ月児 と保護者 | |
| カウンセリング | 3月27日(水) 14:00～16:00 | 市 民 | 子育て健康推進課 ☎47-1043 ※予約制 |

6カ月児健康診査

- ▶ 3月13日(水) 12:45、13:15
平成24年8月生まれの乳児
- ▶ 4月17日(水) 12:45、13:15
平成24年9月生まれの乳児

1歳6カ月児健康診査

- ▶ 3月14日(木) 12:50、13:15、13:40
平成23年8月生まれの幼児
- ▶ 4月11日(木) 12:50、13:15、13:40
平成23年9月生まれの幼児

3歳児健康診査

- ▶ 3月21日(木) 12:50、13:15、13:40
平成22年2月生まれの幼児
- ▶ 4月25日(木) 12:50、13:15、13:40
平成22年3月生まれの幼児

出張プレイルーム

子育て支援センター

おもちゃで遊んだり、手遊びや楽しいお話を行っています。
親子で遊びに来てください。

- ▶ 3月12日(火) 9:30～11:30、13:30～15:30
- ▶ 3月17日(日) 9:30～11:30

保健師の

ちょっと一言



みんなで”いのち”を守りましょう
～3月は自殺対策強化月間です～

境港市の過去10年間(H14～H23)の自殺者数は100人を超え、年間平均で10人もの人が亡くなっています。

今、悩みを抱えている人は、ひとりで抱え込まず誰かにその気持ちを話してください。

周りでお気づきの人は、次のようなことを心がけてみてください。

■気づき

家族や仲間の変化に気づいて、声をかける。

■傾聴

本人の気持ちを尊重し、耳を傾ける。

■つなぎ

早めに相談するよう促す。

■見守り

温かく寄り添いながら、じっくりと見守る。

市は、精神科医師による「心の相談」や臨床心理士による「カウンセリング」を実施しています。また、随時保健師によるご相談もお受けしています。

▶問い合わせ先

◇西部総合事務所福祉保健局 (☎31-9304)

◇子育て健康推進課 (☎47-1041)