



次に該当する子どもや同伴者は、健診の参加を自粛してください。

- ・実施日の2週間前～当日のいずれかに37.5度以上の発熱やかぜの症状がある場合
  - ・実施日の2日前～当日のいずれかに発疹・下痢・おう吐・目の充血などの症状がある場合
- 持ち物は、乳幼児健診カレンダーをご覧ください。

※新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、健診の受診をご遠慮いただく場合や日程が変更となる場合があります。詳しくは、市ウェブサイトをご覧ください

事業	対象	北部（大和地域、大巻・城内・五十沢地区）健友館（大和病院となり）		南部（六日町地区、塩沢地域）塩沢保健センター	
		日にち	受付時間	日にち	受付時間
4か月児健診	令和2年2月生	6月26日(金)	13:00～13:10	6月25日(木)	13:20～13:30
10か月児健診	令和元年8月生	生後10か月になったら、受診票を使って医療機関で受けましょう。BCG接種期限まであと2か月です。			
1歳児歯科健診 フッ化物塗布	令和元年5月生 南部は平成31年 4月生も含む	7月に実施 ※北部は、奇数月のみの開催		6月23日(火)	13:00～13:10
1歳半児健診・歯科 健診・フッ化物塗布	平成30年11月生	6月12日(金)	13:00～13:10	6月19日(金)	13:00～13:10
2歳児歯科健診 フッ化物塗布	平成30年5月生	7月に実施 ※北部は、奇数月のみの開催		6月17日(水)	13:00～13:10
2歳半児歯科健診 フッ化物塗布	平成29年11月生	6月4日(木)	9:00～9:10	6月10日(水)	13:00～13:10
3歳児健診・歯科健 診・フッ化物塗布	平成29年5月生	6月11日(木)	13:00～13:10	6月24日(水)	13:00～13:10

### にこにこ子育て ゲーム、インターネット、スマートフォン(スマホ)などの電子メディアとうまく付き合ひましょう



乳幼児期は、心と体の基礎を作る大切な時期です。乳幼児期に電子メディアに接する時間が多いと、感情や欲求をコントロールする力が育ちにくくなり、心と体の発達に影響する可能性があります。心と体の発達には、人との関わりや体を使った遊びなどが大切です。

#### 日本小児科医会の提言（要約）

- ・テレビ・ビデオなどは授乳・食事中は視聴せず、2歳までは視聴を控える
- ・すべての電子メディアに接する時間を1日2時間（ゲームは1日30分）までに設定する
- ・子どもの部屋にはテレビ、ビデオ、パソコンを置かないようにする
- ・保護者と子どもで電子メディアを利用するルールを作る

#### 遊びは子どもの主食です ～スマホを置いてふれあい遊びを～

- ・親の顔と声と手は、赤ちゃんにとって最高のおもちゃです
- ・外遊びは五感や体力を育て、新しい発見や体験の連続です
- ・集団遊びは、言葉、運動能力、社会性、相手を思いやる心などを育てます
- ・子どもの「お手伝いをしたい」という気持ちを大切に。親子のかかわりで生活能力、役立ち感が養われます
- ・生活リズムを整えましょう。しっかり遊ぶとぐっすり眠り、よく食べるようになります

日本小児科医会 メディア提言 [検索](#)

※新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、当面の間、育児力アップ講座（育児学級）、もぐもぐ教室（離乳食教室）、くれよんクラブは中止します。詳しくは、市ウェブサイトをご覧ください  
個別の相談は受け付けています。心配事や相談は気軽に保健課へご相談ください