



実施日の2日前・前日・当日のいずれかに発熱・発疹などの症状がある人は、健診や教室の参加を自粛してください。持ち物は、乳幼児健診カレンダーをご覧ください。

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	平成31年2月生	6月28日(金)	13:00~13:10	6月27日(木)	13:20~13:30
10か月児健診	平成30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	平成30年5月生	7月に実施 ※北部は、奇数月のみ開催		6月25日(火)	13:00~13:10
1歳半児健診・歯科健診・ フッ化物塗布	平成29年11月生	6月14日(金)	13:00~13:10	6月21日(金)	13:00~13:10
2歳児歯科健診 フッ化物 塗布	平成29年5月生	7月に実施 ※北部は、奇数月のみ開催		6月12日(水)	13:00~13:10
2歳半児歯科健診 フッ化 物塗布	平成28年11月生	6月6日(木)	9:00~9:10	6月5日(水)	13:00~13:10
3歳児健診・歯科健診・ フッ化物塗布	平成28年5月生	6月13日(木)	13:00~13:10	6月20日(木)	13:00~13:10

講座・教室名	対象	日にち	受付時間	会場	申込み
育児力アップ講座 (育児学級)	平成30年12月生 平成31年1月生	6月10日(月)	9:45~10:00	子育て支援センター 子育ての駅「ほのぼの」	不要
もぐもぐ教室(離乳食教室)	平成30年11月生	6月24日(月)	9:30~9:45		事前に保健課に申込み

にこにこ子育て

ゲーム、インターネット、スマートフォン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、心と体の基礎をつくる大切な時期です。乳幼児期に電子メディアに触れる時間が多
いと、生活リズムの乱れ、コミュニケーション能力・視力・体力の低下につながる可能性があります。
心や体の発達には、直接人と関わるのが欠かせません。

市内の乳幼児が電子メディアを2時間以上視聴している割合は、1歳6か月児で約3割、3歳児
になると4割以上に増えます。(平成30年度乳幼児健診結果)市では、3歳児が電子メディアを
2時間以上視聴する割合を、3割以下にすることを目標に、健診などで呼びかけを行っています。

日本小児科医会の提言(要約)(詳しくは、「日本小児科医会 メディア提言」を検索)

- ・ 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総時間を、1日2時間(ゲームは1日30分)に制限する
- ・ 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 ~スマートフォン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。

