

子育て通信

園・圃地域子育て支援センター ☎88-6622
(はぐ♡くむセンター)

- あそびの広場** 妊婦さんから就学前の子どもと保護者まで。一緒に遊んで交流しましょう。
- おでかけ広場** 町内各地におでかけします。四季折々の宇治田原のステキなところを再発見しましょう。
- 各種事業** 「栄養相談」「授乳育児相談」「子育て相談」等も実施しています。

～親子ふれあい遊びのお知らせ～

シンプルながらも奥深い魅力を持つ積み木「カブラ」。たった一つのサイズと形から、無限の創造性が生まれます。お子さんと一緒に楽しい時間を過ごしませんか。パパママはもちろんのこと、おじいちゃんおばあちゃんとの参加も大歓迎です。

日時：14日(土) 10:00～11:30
場所：役場会議室101・102
対象：町内在住の未就学児と保護者
定員：10組

事業やイベントによっては、プレイルームをご利用いただけない場合があります。ご了承ください。



親子で遊ぶ・学ぶ・集う場の「地域子育て支援センター」

お気軽にお越しください。※事業はすべて予約制です。
プレイルーム利用時間▶平日9:00～16:30
子育てに関する相談を受け付けているほか、ファミサポ会員も募集中です。

子育て支援センター事業
2月

日	月	火	水	木	金	土
日付	2	3	4	5	6	7
事業名	子育てサービス 利用支援窓口 平日8:30～17:15 電話相談も可		授乳育児相談 9:30～11:30 はぐ♡くむセンター (保健センター)		栄養相談 ⑩10:00～11:00 ⑪13:30～14:30 ⑫15:00～16:00 はぐ♡くむセンター (保健センター)	
時間	平日8:30～17:15		9:30～11:30		⑩10:00～11:00 ⑪13:30～14:30 ⑫15:00～16:00	
場所	はぐ♡くむセンター 電話相談も可		はぐ♡くむセンター (保健センター)		はぐ♡くむセンター (保健センター)	
内容	子育てサービス 利用支援窓口 平日8:30～17:15 電話相談も可		授乳育児相談 9:30～11:30 はぐ♡くむセンター (保健センター)		栄養相談 ⑩10:00～11:00 ⑪13:30～14:30 ⑫15:00～16:00 はぐ♡くむセンター (保健センター)	
8	9	10	11	12	13	14
		わらべうたサークル 「このゆびと～まれ」 さんによるわらべう た遊びです。	建国記念の日 心肺蘇生やAEDの 使い方を救急救命士 から教わります。		ファミサポ学習会 10:00～11:00 はぐ♡くむセンター 救急法	子育て支援事業 10:00～11:30 会議室101・102 親子ふれあい遊び
15	16	17	18	19	20	21
	栄養相談 ⑩10:00～11:00 ⑪13:30～14:30 ⑫15:00～16:00 はぐ♡くむセンター (保健センター)	あそびの広場 10:30～11:00 はぐ♡くむセンター わらべうた	おでかけ広場 10:00～11:00 町立図書館 絵本読み聞かせ	子育て相談 9:30～11:30 はぐ♡くむセンター 相談	日常の困りごと など何でも相談 できます。	子育て支援事業 10:00～11:30 はぐ♡くむセンター 妊婦体験 沐浴教室
22	23	24	25	26	27	28
	天皇誕生日 スタッフの読み聞かせの ほか、オススメ絵本の紹 介もあります。図書カー ドも作れますよ。		授乳育児相談 9:30～11:30 はぐ♡くむセンター (保健センター)		可愛い赤ちゃんを 迎えるにあたり、 沐浴の仕方を練習 しませんか?	

Health center

健康のお便り

園子育て支援課 ☎88-6636

妊娠中、赤ちゃんのときのよくある疑問 ＜アレルギーQ&A＞

あなたはお子さんのアレルギー予防を正しく知っていますか？
間違った知識では逆効果に。正しく知って予防しましょう！



Q 卵など食物アレルギーになりやすいものは、妊娠中や授乳中は避けた方がいい？

A 以前は妊娠中や授乳中に母親が特定の食物の摂取を制限することで、子どものアレルギー疾患の発症を減らすことができたのではないかと考えられていました。しかし複数の研究結果から、子どものアレルギー疾患の発症予防効果はないことが示され、さらに過度な食事制限は胎児や乳児の発育に悪影響を及ぼす可能性があることも指摘されています。

現時点では、妊娠中や授乳中に特定の食物の過度な摂取や制限はせずに、バランスのよい食事をとることが大切です。

Q 妊娠中の喫煙はアレルギーに関係ありますか？

A 妊娠中の喫煙(受動喫煙を含む)は、たとえ妊娠早期に禁煙したとしても、生まれた子どものぜん息の発症に関与する可能性が報告されています。またぜん息だけでなく、早産や胎児発育不全などの胎児の発育への悪影響や、常位胎盤早期剥離などの母体の合併症、さらに生まれた子どもの受動喫煙は、乳幼児突然死症候群などにも関与すると報告されています。また、ベランダや換気扇の下で喫煙しても受動喫煙の影響があることが知られており、妊娠を考えた段階から、お母さんだけでなくご家族全員の禁煙が必要です。

Q 赤ちゃんに湿疹がなったらスキンケアは特に必要ないですか？

A 新生児期から全身に保湿剤を塗ることで、アトピー性皮膚炎の発症率を30～50%程度下げることが報告されています。皮膚を清潔に保ち、保湿剤を塗ってバリア機能を補正し、湿疹がない皮膚を目指しましょう。

湿疹やアトピー性皮膚炎がある子どもは、ない子どもに比べて食物アレルギーやぜん息、アレルギー性鼻炎といった他のアレルギー疾患を発症する確率が高いことが知られています。そのため、湿疹やアトピー性皮膚炎がある場合は、皮膚を清潔に保ち保湿ケアをして、早めに治療を行い症状をしっかりコントロールしましょう。

Q 食物アレルギーにならないために、離乳食を開始するのを遅らせる方がよいでしょうか？

A アレルギー予防のために離乳食の開始を遅らせることは全く効果がなく、また、卵や牛乳など食物アレルギーの発症頻度が高い食材でも、摂取の開始を遅らせることはアレルギー予防にはなりません。離乳食は生後5～6か月を目安に始めましょう。心配な方は、小児科医の指導を受けながら少しずつ食べ始めましょう。

今月の 保健・予防案内

- 栄養相談** ☎ [対象] 住民
6日(金)16日(月) ①午前10時～11時
②午後1時30分～2時30分
③午後3時～4時
- 予防接種 (BCG)** [対象] 5か月～1歳未満
20日(金) 午後1時10分～1時30分受付
- 幼児健康診査** [対象] 1歳6～9か月
13日(金) 午後0時50分～1時30分受付
- 乳児後期健康相談** [対象] 生後8～10か月
27日(金) 午前9時20分～9時50分受付
- 対象者には個別に通知いたします。

場所 =いづれも「はぐ♡くむセンター(保健センター)」
☎ =要予約

園・圃 子育て支援課 ☎88-6636

今月の 元気はつつ!若返り塾

場 所	日	時間
総合文化センター (おやじエクササイズ)	13日(金)・27日(金)	午前
高尾公民館	13日(金)	午後
郷之口会館	25日(水)	午後
銘城台自治会館	20日(金)	午前
荒木(やすらぎ荘)	6日(金)	午後
南区公民館	24日(水)	午後
岩山会館	4日(水)	午前
緑苑坂自治会館	6日(金)	午前
禅定寺会館	5日(水)	午後
立川公民館	27日(金)	午後
湯屋谷会館	18日(水)	午前
奥山田会館	20日(金)	午後

※午前＝午前10時～正午、午後＝午後2時～4時