

**集まれ！ 6月生まれキッズ**

お誕生日を迎える町内在住で就学前のお子さんの写真を募集しています。  
 下記のあて先へメールまたは郵送してください。  
 ○お子さんの写真(なるべくデータで) スマホで簡単送信♪  
 ○お子さんの氏名・ふりがな・住所・生年月日・年齢 ○保護者の氏名・連絡先(電話番号)  
 photo@town.kamikawa.saitama.jp または〒367-0292 植竹909 役場総合政策課  
 締切 5月12日(金)[必着] ※応募多数の場合抽選、写真は返却不可



いとう りくと  
**伊藤 陸翔 ちゃん**  
 1歳 (植竹)



よだ あつき  
**依田 篤樹 ちゃん**  
 6歳 (二ノ宮)



いざわ みなみ  
**井沢 滯波 ちゃん**  
 2歳 (元阿保)



いわさき あんな  
**岩崎 杏奈 ちゃん**  
 6歳 (下久原)



よしだ しょうた  
**吉田 翔汰 ちゃん**  
 6歳 (熊野堂)



かねむら はるき  
**金村 春希 ちゃん**  
 6歳 (八日市)



ふくしま たかと  
**福島 阜斗 ちゃん**  
 6歳 (植竹)

**子育て相談窓口だより**

問合せ 子育て相談窓口  
 ☎ 0495-74-0205  
 FAX 0495-77-2117

**産後うつってなあに？**

産後2～3日を経過すると、ホルモンバランスの急激な変化により「マタニティブルー」の症状が起こります。「マタニティブルー」は産後のママに起こる症状の一つで、漠然と不安になったり、悲しくないのに涙が出たりする、誰にでも起こる一過性の症状です。ほとんどの人は、2週間ほどで治まります。一方産後1ヵ月以降にあらわれる「産後うつ」は2週間以上経過しても心の不調が回復せず、ネガティブな気持ちが続きたり、睡眠や食事といった日常生活をおくることも辛くなってしまうような状態です。

**どんな人がなりやすい？**

<うつ病になったことがある>



妊婦健診等で、あらかじめ医師や助産師に相談しておきましょう。

<真面目で完璧主義>



真面目で完璧主義な人は、産後周りを頼れず、一人で抱え込み、頑張り過ぎてしまう傾向にあります。周りに頼り、育児と家事の手を抜くコツを見つけましょう。

<育児サポートがない>



家族の協力がいない人は、心身の負担が大きくなりがちです。特に寝不足は産後うつのリスクを高めます。産後うつの予防には周囲の理解が不可欠です。他の人を頼りながら育児をすることが必要です。

**子育て**

問合せ：子育て相談窓口 ☎ 0495-74-0205 FAX 0495-77-2117

項目	日時	場所	内容・その他
にこにこ相談日 ～妊婦さんから 子育て相談～	水曜日に実施 (詳細は裏表紙「くらしのカレンダー」をご覧ください) 午前9時30分～11時30分	保健センター (5/17は子育て支援センター)	妊娠中のことや、お子さんに関することをご相談ください。お子さんの身長・体重の計測も行っています。※電話等でお申込みください。
なっちゃん広場	5月29日(月) 6月2日(金) 午前10時～11時	5/29:保健センター 6/2:役場3階会議室	フィットネス、赤ちゃんの喜ぶ声かけ、抱っこ等、幸せ膨らむコミュニケーションプログラムです。(対象:1歳までの親子)
ままぼっこ	5月31日(水) 午前10時～11時30分	保健センター	生後2～5か月の赤ちゃんのこころとからだのヒミツを知り、育児を楽しくする教室です。(対象:令和4年12月～令和5年3月生まれ)
ママパパ学級	6月7日(水) 午後1時30分～3時	保健センター	歯科医師や助産師から妊娠中の歯の健康や出産・子育ての話。赤ちゃんのお風呂の入れ方も練習します。
療育相談	お子さんの健やかな成長を応援するため理学療法士・作業療法士・言語聴覚士による相談を行っています。「言葉が遅い」「発音が不明瞭」「なかなか歩かない」など発育・発達面の心配ごとがある方は、子育て相談窓口へご連絡ください。		

項目	対象	日時	内容・その他
3歳健康診査	令和元年12月～ 令和2年3月生まれ	5月22日(月) 受付時間:対象者に通知	身体測定、尿検査、内科診察、歯科診察、育児相談、歯みがき相談など
1歳6か月健康診査	令和3年11月～12月生まれ	6月5日(月) 受付時間:対象者に通知	身体測定、内科診察、歯科診察、育児相談、歯みがき相談など
2歳歯科検診	令和3年1月～2月生まれ		身体測定、歯科診察、育児相談、歯みがき相談など

※該当児には、案内通知を郵送します。通知が届かない場合は、上記子育て相談窓口までお問合せください。

◆**全国共通救急電話相談ダイヤル**(24時間365日対応)  
 急な病気やけがに関して、相談員(看護師)が医療機関を受診すべきかどうかなどをアドバイスします。相談者の年齢は問いません。  
 ☎#7119  
 ☎048-824-4199(IP電話などの場合)  
 ※☎#7000(大人の救急電話相談)と☎#8000(小児救急電話相談)も今までどおりご利用できます。

◆**救急車を呼ぶほどではないけれど**  
 救急車を呼ばなくても病院等へ行くことが出来る場合、そんな時の医療機関の情報をご案内します。  
 ☎0495-24-1119(24時間対応)  
 児玉都市広域消防本部

◆**休日急患診療所**(内科系疾患)[本庄市児玉郡医師会]  
 本庄市保健センター(本庄市民文化会館となり)内で、内科系で比較的軽微な症状が軽く、入院が必要ない方の診療を行います。

◆**新型コロナウイルス感染症県民サポートセンター**  
 ☎0570-783-770(土日祝日も含む24時間受付)  
 FAX048-830-4808(埼玉県保健医療政策課内)

◆**在宅当番医療機関(午前中のみ)**  
 ☎0495-23-3322  
 ※診療以外に関するお問合せ・電話相談はご遠慮ください。  
**診療日** 日曜日・休日・年末年始(12/30～1/3)  
**時間** 平日木曜日夜間  
 午前9時～正午、午後1時～4時、午後7時～10時  
 ※平日木曜日夜間は、午後8時～10時  
 ※健康保険証を持参してください。  
 ※夜間の診療は午後9時45分までに受付をしてください。

月日	医療機関名	☎0495
5月7日(日)	彩の丘クリニック	71-7166
5月14日(日)	あたご山クリニック	22-8733
5月21日(日)	あたご山クリニック	22-8733
5月28日(日)	恵南クリニック	24-0008
6月4日(日)	したら眼科クリニック	33-8333
6月11日(日)	本庄皮膚科医院	22-3233

※当番医は変更になる場合がありますので、確認してからおかけください。