

会員数は2,011人 (4/17現在)

すこやか サークル新聞

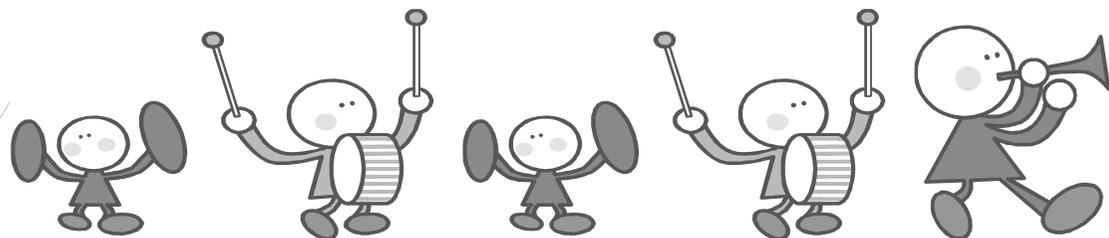
2013年5月号

すこやかサークルでは、今年度もすこやかカフェや健康講座など、ご要望にそった企画

病児保育室はおばお がオープンしました。

- ☆みなさん、ぜひご利用ください。
- ☆事前登録をお待ちしています。
- ☆パンフレットは診療所窓口や、市内保育園に置いてあります。
- ☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆

お問い合わせは 平日13:00~15:00 042-521-2777へお電話ください



離乳食体験

日時：5月21日（水）10:30~11:30inすこやか保育園、
 対象：参加費：100円、★先着5組！（予約制）
 申込：すこやか保育園Tel042-527-0430まで



第24回3月19日に4組の母子が参加してくださいました。その中1組はお父さんも参加。お子さんたちは慣れない場所にもかかわらず機嫌よく過ごし、食事もパクパクよく食べてくれました。

今までのQ&Aコーナー

A：たんぱく源、魚の場合は何からあげたらよいですか

Q：たらやたいの白身の魚から

A：離乳食をはじめてから便の状態が変わったけど（下痢・便秘）続けても大丈夫？



Q：今まで水分のみで過ごしていたので、固形物が入り便の状態が変わる事もあります。機嫌良く過ごし食べることを嫌がらなければ、様子をみながら続けて大丈夫です。



赤ちゃん体操



この会は、主に3つの企画（体操・学習・相談会）で構成されています。参加費は無料ですので、気軽にご参加下さい。

- ①赤ちゃん体操…赤ちゃんのペースで、親子一緒に楽しみましょう
- ②ミニ学習会…毎回テーマを決めて、専門家に話を聞きます。
- ③育児相談…日頃の悩みを皆で相談しましょう。

次回は、6/17（火）10:00~11:30です。
 定員は10組程度（予約制）です。対象は、5・6ヶ月から1歳未満（あんよの前）の赤ちゃん、と、保護者です。
 ＊ミニ学習会は、看護師の「赤ちゃんの夏の過ごし方・夏がくる前に！」です。
 お申し込みは、5月15日から受付開始します。
 子ども診療所042-525-6555まで



授乳と薬のパフレットは以下のものを作成してあります
錦町薬局の授乳室においてありますのでお気軽にご来局下さい

- ～解熱鎮痛薬・偏頭痛編～
- ～抗生物質編～
- ～花粉症編～
- ～胃薬編～
- ～便秘薬・整腸剤・下痢止め編～
- ～歯科編～
- ～Q&A編～
- ～市販の解熱鎮痛薬編～
- ～市販の風邪薬編～



子ども診療所から お知らせ

○受付予約機が変わりました。
 診察券読取機も、吸い込み式からスライド式になりました。
 今までは、予防接種や乳児健診のときは、診察券を通しませんでした。今回からは来院の際、診察券を機械に通してください。
 専門外来予約のときは予約票のみ出してください。診察券は通さなくて大丈夫です。
 ○保険証・医療証は月替わりの受診のときは必ずお持ちください。
 ○公費医療証の期限にご注意ください。終了日が近づいていないか、ご確認ください。

誕生のひみつ 学習会予告編

7/5 (土) 14:00~15:30

【対象】4才~小学1年生とその保護者(10組)
 【申し込み先】立川相互病院附属子ども診療所
 042-525-6555

立川相互病院の産婦人科医師・助産師による

～誕生のしくみとからだを知り、命を大事にできるようになるための性教育～

誕生の話・からだの話・きずなの話



立川健康まつり5月11日(日)

10:45~14:30

女性総合センター・AIMと、モノレール下サンサンロードで開催されます。
 ミニSLや舞台や模擬店がでます。健康に関する展示もいっぱい。

☆☆☆みんなで来てね!☆☆☆

詳しくはチラシ、ポスターで確認してください。



☆☆☆資金募集にご協力ください☆☆☆

皆さまからの資金のご協力をお待ちしております。お申し込みは窓口まで。

協同基金 5年以上 無利息 1口5,000円

協力借入金 2年定期 年利0.4%

5年定期 年利1.0%

健全会借入金は三多摩健康友の会・すこやかサークル会員に限り上限お一人250万円、1世帯500万円となっています。

すこやかサークル企画予定

離乳食体験5/21・7/16・9/17・11/19・1/14

赤ちゃん体操と育児相談とミニ学習会

6/17「夏の過ごし方」

8/19「はじめての歯みがき」

10/14「皮膚のケア」

12/16「赤ちゃんの事故」

2/17「はじめての歯みがき」

夏祭り 7月・夏休み病院探検 8月・すこやかカフェ10月

クリスマス会 12月・もちつき会 1月

…絵本の紹介…

「どうぞのいす」 香山美子 作・柿本幸造 絵

うさぎさんが小さないすをつくり、下に置きました。はじめにやってきたのはろばさん。持ってきたどんぐりをいすに置いてひとやすみ。気持ちよくて眠ってしまいます。次々に動物たちがやってきて、いすの上のどんぐりを「どうぞならば…」と食べてしまい、代わりにもってきたはちみつを…ろばさんが目を覚ました時いすの上にあったのは…すこやか保育園



を検討中です。