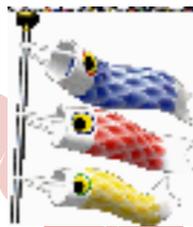


会員数は2,261人 (4/19現在)

すこやか サークル新聞

2018年5月号



☆☆すこやかサークル企画☆☆

赤ちゃん体操と育児相談とミニ学習会
は偶数月の第3火曜日

くすりと産後リハビリ講座
は奇数月の第3火曜日

夏休み病院探検 8月

すこやかコンサート 秋 予定

乳がん自己検診学習会 冬 予定



くすりとリハビリ講座

定例となりましたおくすりと産後ママのリハビリ講座
奇数月第3火曜日開催

5月のおくすり講座のテーマは
「日焼けと虫刺されのくすり」です。
7月「未定」9月「防災」11月「スキンケア」
1月「胃腸炎と下痢」3月「ママの健康チェック」と
毎回ためになるテーマで学習します。



産後ママのリハビリ講座は
毎回「楽になった！」の声が聞かれ、
リピーターもOKです。
腰や膝の痛みなどでお悩みのママ
ぜひ一度参加してみてください。

5月15日(火) 10:00~11:30

フィットネスセンター

お申込みは、子ども診療所

042-525-6555まで

*** 予告編 ***

4才~小学校1年生と保護者向け「誕生のひみつ」
誕生のしくみとからだを知り、命を大切にできるようになるための性教育

7月開催予定。詳細は6月号でお知らせします。

赤ちゃん体操・ミニ学習会・育児相談

4月は、3組とややさみしい人数でしたがゆったり楽しく過ごせました。
恒例のわが子自慢（わが子がどれほど可愛いかをみんなの前で話してもらいます）
と一緒に、将来どんな子になってほしいかも聞かせてもらいました。
「優しい子、健康で強い子」みんな同じ思いでした。

今回のミニ学習会の担当は薬剤師
パワーポイントを使用して、わかりやすく母乳と薬の関係や赤ちゃんの薬の飲ませ
方などを学びました
頭痛持ち・・・授乳しているから薬を飲めないと思っていたけど
→安全性の高い薬を知ることができた
粉薬の上手な飲ませ方 目薬のさし方 などなど・・・



気軽に質問をしていただき、日頃のモヤモヤも解消できた様子でした
質問例) 指しゃぶりはしていてもいい?
離乳食を噛まずに飲み込んでしまうのだけど・・・
母乳はいつまで?

どんな些細な相談もOK! 他のお母さんの相談を一緒に聞いていると
とても参考になるし「私だけじゃない、みんな同じようなことで悩んだり迷ったり
しているなあ〜」と実感できますよ。そして、それが明日からの育児への大きな励
みにもなったりします。

6月の参加お待ちしております。

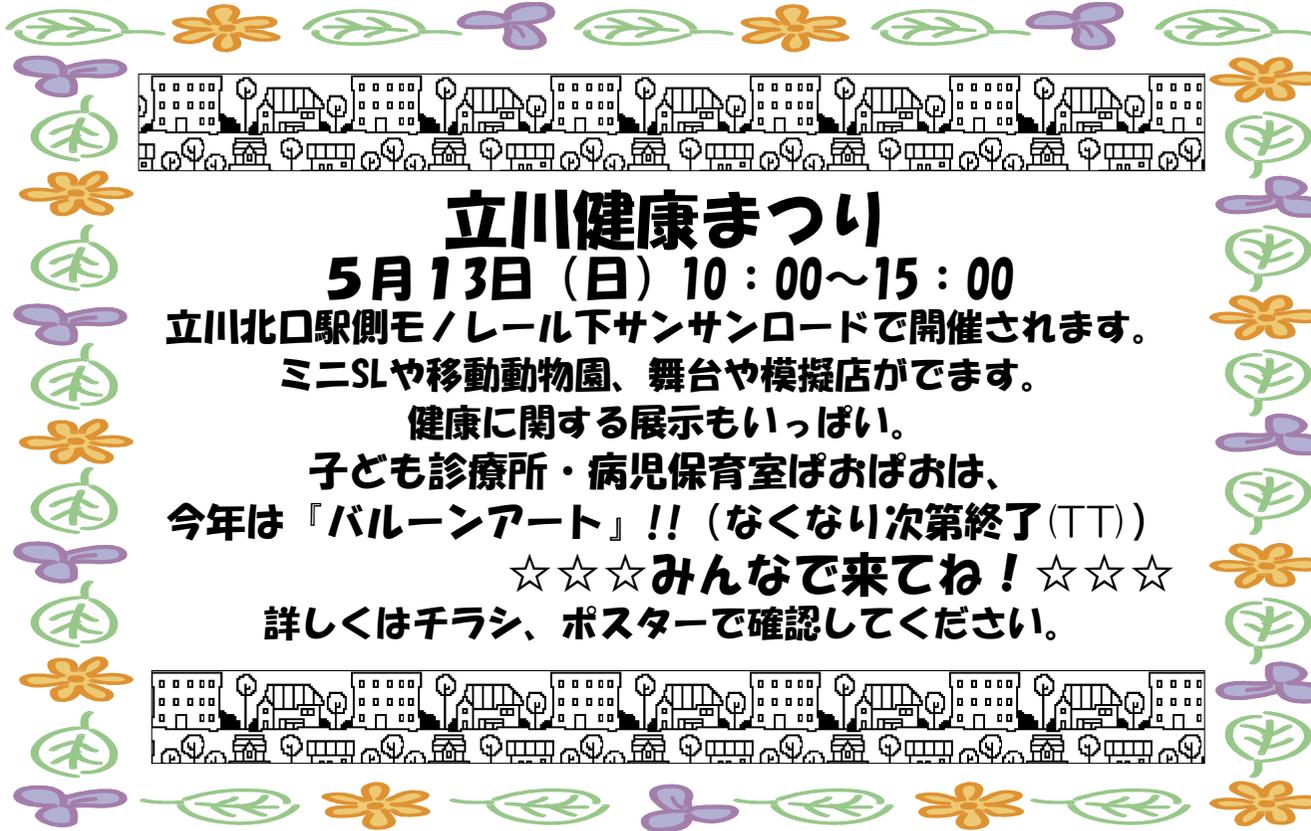


6/19(火) 10:00~11:30頃

定員: 10組程度(予約制)
対象: 5ヶ月から1歳未満の赤ちゃんと、保護者
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!」
お申し込みは、5月15日 10:00から受付開始します
子ども診療所042-525-6555まで

○専門外来は直接窓口へ電話で
ご相談・予約してください。

相談外来・アレルギー・低身長など
インターネットや予約専門電話からはご予約できま
せん。042-525-6555までお電話ください。学校健
診で「心臓」や「尿」の再検査の場合も同様です。



立川健康まつり

5月13日(日) 10:00~15:00

立川北口駅側モノレール下サンサンロードで開催されます。

ミニSLや移動動物園、舞台や模擬店がでます。

健康に関する展示もいっぱい。

子ども診療所・病児保育室ぱおぱおは、

今年は「バルーンアート」!! (なくなり次第終了(TT))

☆☆☆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。



絵本の紹介

「きもち」 作: 谷川俊太郎 絵: 長新太 福音館書店

自分のきもちと他のひととの違い
生まれては消えていくきもち
おかあさんにあったときのきもち
注射をされるときのきもち
どんなきもちかな?

