

会員数は2,299人（1/17現在）

すこやか サークル新聞

2019年2月号



赤ちゃん体操&ミニ学習会&育児相談会 (赤ちゃんのお口のケア)

2月19日(火) 10:00から11:30くらいまで

対象: 5ヶ月から1才未満

会場: フィットネスセンター

まだお申込みいただけます 042-525-6555

(平日10:00~16:00にお電話ください)

赤ちゃんのお口のケアについて、

歯科衛生士がお話します。

歯がまだ生えてこない…

指しゃぶりしているけれど、歯並びは大丈夫？

歯ブラシはいつから？

などなど、心配のつきない赤ちゃんの歯

人気企画です！

育児相談では、「こんなこと聞いてもいいのかな～」なんて心配はご無用！

皆さん結構同じことで悩んでいますよ。「こうするといいですよ」など、

情報交換場にもなっています。ご参加お待ちしております。！



年度末です！！

今年の4月に小学1年生になるお子さん

MRワクチンⅡ期接種は、

お済みですか！？

公費（無料）ワクチンは、月齢・年齢によって接種期間が決まっています。

学年（その年度のみ）で接種可能な、麻疹風疹（MR）ワクチンⅡ期があります。

年度内に接種必要なワクチン（立川市の場合）は4月以降は、実費が必要になります。

子ども診療所で接種できるのは、お住まいが立川市周辺の11市

（立川・国立・昭島・国分寺・東村山・小金井・小平・東大和・清瀬・武蔵村山・狛江）

在住の方に限られています。問診票・母子手帳をご持参ください。

その他の自治体に在住の方は、事前に相談してください。

予防接種は予約制です。

インターネットや予約専用電話で予約してください

<http://www.t-kenseikai.jp/kodomo-cl/>
042-548-7767

三多摩健康友の会・すこやかサークルキャンペーン 大腸ガン検診をうけましょう

○期間: 1月～3月末

○費用: 一人1760円が、**会員は無料です！**

○方法: 専用容器で便をとって調べます。

○申し込み: 子ども診療所やふれあいクリニック、お近くの健生会の診療所で受け付けています。

お気軽に声をかけてください。専用容器をお渡しします。

三多摩健康友の会では立川相互病院など健生会の病院・診療所と協力して大腸ガン検診を実施してます。日本では大腸ガンにかかる人が増えています。早期発見・早期治療のためにおすすめしています。会社の検診や市民検診などを受ける機会がない人は、どうぞご利用ください。

隔月で開催しているおくすりとリハビリ講座！から、
おくすり講座の各月の内容をご紹介します。

5月：『日焼けと虫刺され』

7月：『しっしんとあせも』

9月：『防災と薬』

11月：『スキンケア』

1月：『胃腸炎・嘔吐・下痢』

3月は『ママの健康チェック』です！

★ 子育てしていると、なかなか自分自身のケアまで手が回らないですね。
是非、自分の健康について考えてみましょう！

次回のおくすりとリハビリ講座は
3月19日（火） 10:00～11:30
フィットネスセンターにて

産後リハビリ講座は、リピーターさんもいらしてます。
腰痛・肩こり・膝の痛み、抱っこ紐調整、
なんでもご相談ください。

お申込みは2/15・10:00から受け付けます。
子ども診療所 042-525-6555（平日10:00～16:00）まで。

乳がん自己検診学習会を、1月19日に開催しました。20代から40代の5名の方が
参加されました。
皆さんに感想をお聞きしたところ、「独身の頃は、自分には関係ないかなと思っていた
が、子どもを産んで、この子の為にも自分が健康でいなければと思い参加、おうち
でチェックする方法を学べて良かった」「気にはなっていて、チェック方法をネットで
調べたりしたが、どうしても触った感覚がわからなかった、参加して実際の感触が理
解できた」などなど…今回参加できなかった方、これからも開催しますので、ぜひご
参加くださいね。

○新年度に、園や学校に提出する書類について

給食やお薬に関する生活指導票などを、
園や学校に提出予定がある方は、お早めに担当医の専門外来を
予約してください。

新学期が始まってからご相談いただいた場合に、
「予約がいっぱいで、提出が間に合うか心配！」

などということのないように、

お早めにお電話で予約をお取りください。

042-525-6555まで。

専門外来は、予約専用電話やインターネットからは予約できません。

上記番号の窓口電話へおかけください。

○アレルギー専門外来は3月末日で終了になります。

現在、新規での予約は受け付けておりませんので、ご了承のほどお願いいたします。

子ども診療所から
お知らせ

「病児保育室ぱおぱお」をぜひご利用ください！

病気やケガのお子さんをお預かりします。

ご利用には事前登録が必要です。

立川市在住の方は事前登録料が無料です。

事前登録をお待ちしております！

詳しくはパソコンや子ども診療所ホームページをご覧ください。

直接ぱおぱおにお電話でお問合せください。

042-521-2777

3月は混み合いますので、なるべくお早めどうぞ

…絵本の紹介…「からすのパンやさん」

出版社：偕成社 作・絵：かこ さとし

いずみがもりのおおきな木にからすたちの家がありました。

からすのパン屋さんに4人の赤ちゃんが生まれました。

朝早くからパンを作り掃除をして子育てもおおいそがし、やがて
お店は散らかってお客さんが減ってしまいます。なんとも身につ
まされるお話ですが最後はハッピーエンド。挿絵も見開きいっ
ぱいにボリュームがあって楽しい絵本です。

