

6月の健康カレンダー

子育て

おたずね / 本庁健康増進課、各支所健康担当課
「心理相談」「おっぱい相談」「ベビーマッサージ」は少子対策課

	と き	と ころ	内 容 など	
健康相談	6月 7日(水)	いずも子育て支援センター	対象 / 妊婦・就学前の乳幼児および保護者 内容 / 健康、栄養、妊婦・おっぱい、歯の相談 持ってくるもの / 母子健康手帳 【スタッフ】 第1・3週：保健師・栄養士・助産師 第2・4週：保健師・栄養士・歯科衛生士	
	6月14日(水)			
	6月21日(水)			
	6月28日(水)			
	6月14日(水)			
ママパパ教室	6月 3日(土)	多伎地域福祉センター(うなばら会館)	「おやこってすてきな関係」助産師さんのお話 将来のお父さん・お母さんの交流など 持ってくるもの / 母子健康手帳 参加費 なし 要予約 (TEL 86 - 3113)	
	6月26日(月)	川跡コミュニティセンター	持ってくるもの / 母子健康手帳 【スタッフ】保健師・栄養士・助産師	
両親学級	6月17日(土)	サポートピア出雲	運動のできる服装で 参加費 / 500円	
離乳食教室	6月20日(火)	いずも子育て支援センター	対象 / 離乳食中期(7か月頃-)の赤ちゃんとその家族 持ってくるもの / 母子健康手帳、テキスト「もぐもぐこっくん」(持っている方のみ)	
予防接種(集団)	6月13日(火)	出雲保健所	持ってくるもの / 予診票・母子健康手帳	
	6月28日(水)			
	6月22日(木)			
	6月16日(金)	ほらた子育て支援センター		
	6月 5日(月)	出雲保健所		
	6月 9日(金)			
	6月16日(金)			
	6月19日(月)			
	6月23日(金)			
	6月29日(木)	燦プラザたいしや		
6月 6日(火)				
6月 7日(水)	13:30~13:50			
心理相談	6月 2日(金)	いずも子育て支援センター	対象 / 母親ほか 内容 / 言葉の相談等 要予約 (TEL 21 - 5772)	
	6月16日(金)			
おっぱい相談	6月 8日(木)	新町あかちゃんルーム	対象 / 母親ほか 内容 / おっぱいの手入れや授乳等 要予約 (TEL 21 - 1496)	
ベビーマッサージ	6月15日(木)	新町あかちゃんルーム	対象 / 乳児と保護者 募集人員 / 8組(抽選) 申込期限 / 6月8日(木) 要予約 (TEL 21 - 1496)	
ひらた子育て支援センター	おもちゃの病院	6月 3日(土)	10:00~11:00	壊れたおもちゃを直します
	わいわいキッズ	6月12日(月)	11:00~	親子体操
	お医者さんと話そう	6月15日(木)	14:00~14:30	テーマ / 夏かせ
	リズムであそぼう!	6月19日(月)	11:00~	音楽にあわせて体を動かします
	エンカウンターグループ	6月 6日(火)	10:00~11:30	リフレッシュ講座です。 託児は要予約 (TEL 63 - 3129)
	乳児相談	6月28日(水)	9:30~11:30	対象 / 就学前の乳幼児および保護者 内容 / 計測、育児、離乳食の相談
育児相談	6月13日(火)	13:30~16:00	臨床心理士が対応します 要予約 (TEL 63 - 3129)	
	6月27日(火)			9:30~12:00
たいしや子育て支援センター(0歳児サークル)	まるまる	6月10日(土)	10:00~11:30	保育所の0歳児クラスと一緒に遊びます。
	くらぶ	6月20日(火)		たいしや子育て支援センター
	サークル	6月30日(金)		ベビーマッサージ 離乳食講座(中期以降)

次の乳幼児健診は郵送でご案内します 4か月児健診【H18年1月生まれ】1歳6か月児健診【H16年11月生まれ】3歳児健診【H15年5月生まれ】

相談

	と き	と ころ	内 容 など
ゆうプラザ運動・栄養相談	6月14日(水)	出雲ゆうプラザ	健康運動指導士による運動相談、個別プログラムの作成、栄養士による栄養相談など 要予約 (TEL 21 - 2211 内線4234)
	6月28日(水)		
すこやかライフ健康相談	6月27日(火)	保健センター	保健師・栄養士・健康運動指導士・歯科衛生士による、食生活や運動、歯科相談 要予約 (TEL 21 - 2211 内線4234)
心の健康相談(出雲保健所)	6月 7日(水)	出雲保健所	気分が落ち込む、眠れない、意欲、気力がわかない 人に会うのがおっくう 物忘れがひどくなった...など気がかりな方は、気軽にご相談ください 要予約 (TEL 21 - 1653)
	6月21日(水)		

学習

	と き	と ころ	内 容 など
健康運動教室	7月~11月(月1回)	燦プラザたいしや	健康運動指導士による講義と実技 定員 / 30名 申し込み6月2日(金)までに大社支所健康福祉課へ(TEL 53 - 3116)
健康食教室	7月~11月(月1回金曜日)		栄養士による講義ならびに調理実習、試食 定員 / 30名 参加料 / 1回200円 申し込み6月2日(金)までに大社支所健康福祉課へ(TEL 53 - 3116)

ここに思春期・青年期の居場所があります

「ぷらりねっと」



学校や社会になんとなく馴染めず、自分の居場所がないと感じている若者は少なくないようです。

市では、このような若者のために「すこやか親子・いずもプラン21」の計画に沿って、平成16年5月に思春期・青年期の居場所「ぷらりねっと」を開設しました。

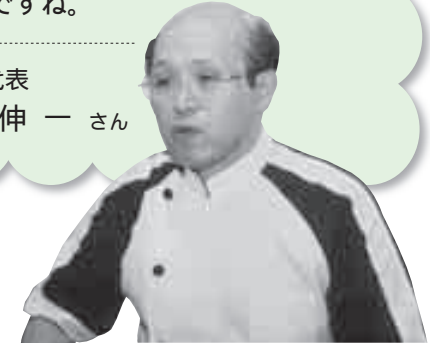
「ぷらりねっと」という名前には、「ぷらり」と気軽に立ち寄れる場所のほかに、「ぶ」=プログラムなし、「ら」=ライバルなし、「り」=利害なしという意味があります。自分の都合のよい時に訪れて、スタッフや利用者との交流を深めたり、周りの関係機関とのネットワークを利用したりすることで、元気や自信を持ち社会に羽ばたいていける場所というスタッフの願いが込められています。

開設当初は、利用者もわずかでしたが、今では1日平均6人が利用しています。話をしたり、スポーツをしたり、自分のしたいことを楽しむことができます。常時2人のスタッフが、あなたを待っています。ぷらりと寄ってみませんか。

利用者の中には、中学校に行けなくなり、半年近くぷらりねっとに通った後に、高校に進学した青年がいます。また、高校を途中で辞めたけれど、通信教育を受けている他の利用者に刺激されて、自分も通信教育を始める決心をした青年もいました。

ぷらりねっとを、自分たちの夢に向かって動き出すきっかけにしてもらえたらうれしいですね。

スタッフ代表
布野伸一さん



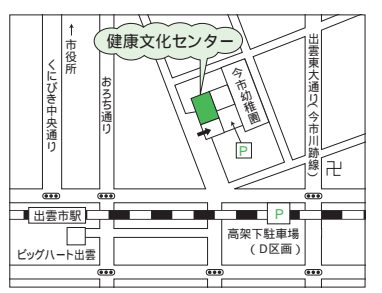
勉強会では、通信教育のレポートをしたり、自由に学習したりします



アニマルヒーリングでは犬と触れ合います。動物には、一緒にいるだけで、心を和ませ癒す効果があると言われています

ぷらりねっとに来てみませんか

ところ
出雲市健康文化センター 1階 (今市町)
利用時間
9時15分~16時45分
利用料
無料(内容によっては自己負担あり)
内 容



自分のやりたいことをします。
次のようなこともしています。(自由参加)
火曜日午前 習字
水曜日午後 勉強会
木曜日午後 スポーツ(ソフトテニスなど)
金曜日午後 相談
第2月曜日午後 アニマルヒーリング
不定期 調理実習、山歩き、レクリエーションなど
おたずね ぷらりねっと TEL 25 - 2189
Eメール kenkou@local.city.izumo.shimane.jp
健康増進課母子保健係 TEL 21 - 2211 内線4224