

保健センターだより

問い合わせ先 保健福祉課健康推進係 (32)2554

お口の健診、受けていますか? ～成人・妊婦歯科健診を 実施しています～

町では、歯とお口の健康づくりを推進するため、町内の歯科医療機関で受けられる歯科健診を実施しています。この機会に歯科健診を受診するようお願いいたします。

対象者	成人歯科健診	妊婦歯科健診
	3月末までに20・30・40・50・60・70歳になる住民	町に住所を有する妊娠中の方
受診券	4月に対象者全員に郵送しました	妊娠届出時に発行します
受診期間	令和9年3月末まで	受診券交付日から出産前日まで * 安定期の受診をお勧めします
内容	問診、歯肉、歯の検査、ブラッシングを含む歯科指導など	
健診回数	1回	
持ち物	受診券 保険証等	受診券、 保険証等母子健康手帳
医療機関 (50音順)	* 事前に予約してください ○コスモス歯科 (31)2284 御代田2633-7 ○中山歯科クリニック (32)2000 馬瀬口1625-132 ○林歯科診療所 (32)3613 御代田2422-79 ○よこみぞ歯科クリニック (32)3938 御代田3911-7	

《注意事項》

個人の状態により、歯間ブラシなどの補助清掃用具が必要になった場合の費用は、自己負担になります。また、歯科健診後の精密検査や治療は、医療保険の対象となり、自己負担が発生します。



Kids generation

おいでよ児童館へ!

子育て中のお母さん、お父さんへ

どちらの児童館も
楽しいイベントがいっぱい!
ぜひ遊びに来てくださいね♪

ひだまりっこ5月の予定 ひだまりっかがないときも自由にお越しください!
※「ひだまりっこ」は、町内にお住まいの0歳児から就園前までのお子さまと保護者の方を対象に実施しています。お気軽にご参加ください。

月(大林児童館)	火(東原児童館)	水(東原児童館)	木(大林児童館)	金(東原児童館)
				1日
4日 休館	5日 休館	6日 休館	7日 はじめまして・5月のカレンダーを作ろう	8日
11日 ボール遊び	12日 はじめまして	13日	14日 リズム遊び	15日 幼児体操
18日	19日 紙芝居をみよう	20日	21日 おやつを作ろう(参加費:1家庭100円)	22日
25日 6月のカレンダーを作ろう	26日 4・5月の誕生会・おもちゃを作ろう	27日	28日 図書館の方による絵本の読み聞かせ	29日

一般来館 町内に住む乳幼児から18歳未満の児童(就学前のお子さんは保護者の付き添いが必要です)がいつでも利用できるよう開放していますので、お気軽にご利用ください。
開館日 ●月曜日～金曜日(どちらの児童館もご利用いただけます)
 ●土曜日…4月～9月は大林児童館、10月～3月は東原児童館をご利用いただけます
開館時間 午前10時～正午、午後1時～6時
 ※水分補給以外の飲食はご遠慮ください。児童クラブのイベントには参加できません。

児童クラブの様子

アイロンビーズ製作

ひだまりっこの様子

英語で遊ぼう

【各児童館にて】
 ★受付 午前10時～
 ★活動開始 午前10時30分～
 (詳細はお問い合わせください。)

問い合わせ先 東原児童館(32)5769
 大林児童館(32)0154

中止の場合は「みよたメール配信サービス」でお知らせします。配信情報のうち「くらし情報」をご登録ください。

気泡緩衝材(ぶちぶち)

誤 可燃ごみ

正 容器包装プラスチック

同じく緩衝材として使われる発泡スチロールも容器包装プラスチックです。指定袋に入るよう細かくして出してください。

● 気泡緩衝材(ぶちぶち)

誤 可燃ごみ

● RO(ポリプロピレン)バンド

誤 容器包装プラスチック

正 可燃ごみ

黄色や白色の硬いビニールのようなバンドで、段ボールなどの梱包などに使われています。プラスチック製ですが、が付いていないため、可燃ごみとして捨ててください。

問い合わせ先
 町民課環境衛生係
 (32)3114

こぞだて日和

春の温かな日差しとともに、新年度がスタートしました。入園や入学、進級など、こどもたちにとって新しい環境が始まるこの時期は、期待に胸を膨らませる一方で、親子ともに心身の疲れが出やすい季節でもあります。

朝の慌ただしい時間に準備が進まなかったり、帰宅後にこどもがぐずってしまったりすると、つい強い口調で叱ってしまい、後から「また怒ってしまった」と自己嫌悪に陥ることはありませんか。

新しい生活リズムに慣れるまでは、大人もこどもも余裕がなくなってしまうものです。イライラしてしまふのは、皆さんが日々一生懸命に子育てや生活に向き合っている証拠でもあります。

子育てにおいて「完璧な親を目指す必要はありません。SNSや周りの情報を見て、「もっとしっかりとしなきゃ」「優しく接しなきゃ」と自身を責めすぎないでください。思い通りにいかず感情的になりそうときは、まずは「ふうっ」と一呼吸をとり、少しだけこどもと物理的な距離を取ることも、心を落ち着かせるための有効な方法です。

町では、すべての妊産婦さんや子育て家庭の皆さまを切れ目なくサポートするため、令和7年4月に「こども家庭センター」を開設しました。保健師や社会福祉士などの専門職が配置されており、妊娠・出産から子育てに関するあらゆるご相談をお受けしています。

「こんな些細なことで相談していいのかな」「うまく言葉にできないけれど、なんだか子育てがつかない」といった、漠然とした不安や悩みでも全く構いません。

子育ては、決してお家だけで抱え込むものではありません。少しでも「しんどいな」と感じたときは、どうか遠慮せずに私たちを頼ってください。

こども家庭センターは、これからも皆さまの子育てに寄り添い、一緒に歩んでまいります。一人で悩まず、いつでもお気軽にお声がけください。

保健福祉課 こども家庭相談係
 0267(31)0747