

5月の子育て支援コーナー

子育て支援センターってどんなところ？

- ◎親子(祖父母と孫)で一緒に遊んだり、いろいろなお友だち(ママ友)と楽しく子育て情報交換ができます。
- ◎子育てのヒントが得られます。

◎電話相談、来所相談ができます。～ひとりで、悩まないで～

各支援センター	電話番号	FAX
なかよし保育園子育て支援センター	96-4551	22-9881
市子育て支援センター(石巻地区保育所内(中央児童館))	94-2366	
河北子育て支援センター(飯野川保育所内)	61-1601	
河南子育て支援センター(パプラ)	72-4670	
桃生子育て支援センター(キッズホーム)	76-4521	

市子育て支援センター(石巻地区保育所内(中央児童館))

申問 ☎FAX94-2366

- ★かもめ学園
 - ・いちご(0歳～2歳未満)31日(木)・めろん(2歳以上)17日(木)
 - ・フリー(0歳～未就学児)10日(木)
 - ★稲井公民館(2階和室)
 - ・いちご(0歳～2歳未満)15日(火)・めろん(2歳以上)22日(火)
 - ・フリー(0歳～未就学児)29日(火)
 - ★うしお荘(1階和室)
 - ・いちご(0歳～2歳未満)11日(金)・めろん(2歳以上)25日(金)
 - ・フリー(0歳～未就学児)18日(金)
- ※活動時間 午前10時～11時(受付 午前9時30分～9時50分)
10時から活動が始まりますので、受付時間内にお越しください。
※費用無料・申し込み不要
※持ち物:水分補給用の飲み物
※路上駐車や指定の場所以外への駐車はご遠慮ください。
※ご不明な点はお問い合わせください。

河北子育て支援センター

申問 飯野川保育所内 ☎61-1601

- ★あそびのひろば
 - ～親子で保育所の子どもたちと楽しく遊んだり、お母さん同士で子育てについて話し合ったりしてみませんか?～
 - 開放日 毎週月・水・木曜日 午前10時～11時30分
 - 持ち物 水筒(お茶または水)、着替え
- (主な行事)
※都合により変更になることがあります!詳細についてはお問い合わせください!
9日(水)保健師来所日～身体測定などをします～
17日(木)栄養指導～すこやか親子教室～ 人数 15人(先着)
24日(木)遠足 午前10時～11時30分 人数 15人(先着)
ところ 追波川河川運動公園
申込期間 ～18日(金)
持ち物 水筒(お茶または水)、着替え、おやつ、レジャーシートなど
31日(木)ボランティアさんによる絵本の読み聞かせ

なかよし保育園子育て支援センター

申問 ☎FAX22-9881

- ★親子教室
 - ・1歳6カ月～2歳6カ月グループ 1日(火)、8日(火)
 - ・2歳6カ月以上グループ 15日(火)、22日(火)
- ★すくすく赤ちゃん
 - ・ネンネ・寝返りグループ 10日(木)、17日(木)
 - ・ヨチヨチ・ハイハイグループ 24日(木)、31日(木)
- ★ツイズ・デーと孫育て広場 11日(金)、18日(金)
- ※活動時間 午前10時～11時30分 ※費用無料・申し込み不要
- ★育児講座 と き 14日(月) 午前10時～
- 内 容 みんなで楽しくリズム遊び ※費用無料 要予約
- ★料理教室 と き 25日(金) 午前10時～ 内 容 離乳食中期～後期
- 定 員 8組程度 持ち物 エプロン・三角巾 ※費用無料 要予約

桃生子育て支援センター キッズホーム

申問 ☎FAX76-4521

- ★遊びの広場 午前9時30分～11時30分
 - ・0～1歳親子 10日(木)、17日(木)、24日(木)、31日(木)
 - ・2歳以上親子 9日(水)、16日(水)、23日(水)、30日(水)
- ・広場開放日 1日(火)、2日(水)、8日(火)、15日(火)、29日(火)
- ★どんぐり子育て広場「はじまりの会」
- と き 22日(火)午前10時～11時30分 ところ キッズホーム
- 内 容 東松島市ボランティア「サンサンサン」による人形劇他
- 参加費 1家族100円
- 申込方法 申込用紙に記入の上、お申し込みください。

北上子育て支援センター

申問 相川保育所内 ☎66-2177

- ★あそびのひろば(ところ 相川保育所内)
- 毎週月曜日 午前9時30分～11時30分 7日(月)、14日(月)、21日(月)、28日(月)
- 持ち物 親子の上靴、飲み物、着替え(おむつ等)
- ★ひまわりキッズ 毎週水曜日 午前10時～11時30分
- 北上保健センター 9日(水)、16日(水)、23日(水)、30日(水)
- 持ち物 親子の上靴、飲み物、着替え(おむつ等)

河南子育て支援センター(パプラ)

申問 ☎FAX72-4670

- ★わいわいサロン 河南農村環境改善センター(パプラ)2階
午前9時30分～11時30分
持ち物 親子の飲み物、上靴、外靴入れ、着替えなど
- ・0～1歳親子 1日(火)、8日(火)、15日(火)、22日(火)、29日(火)
- ・2歳以上親子 10日(木)、17日(木)、24日(木)、31日(木)
- ★自由開放 河南農村環境改善センター(パプラ)2階
午前9時～11時30分 ※昼食を食べる方は午後1時まで
- 持ち物 親子の飲み物、上靴、外靴入れ、着替え
- ※昼食をとる方はお弁当等 21日(月)、28日(月)
- ★スクエア子育てひろば「いもうえ会」
- と き 20日(日)午前10時45分までお集まりください
- ところ 旭山農業体験実習館(敷地内農園)
- 内 容 さつまいもの苗を植える(70畝限定)
- 持ち物 親子の飲み物、おしぼり、帽子、移植ベラ、ジョウロ、軍手、長靴、お弁当(自由)シート 参加費 1畝800円(いもほり会分も含む苗代、写真代・いも汁材料代)
- 申込方法 パプラに会費を添えて11日(金)まで申し込みください。

牡鹿地区子育て支援

申問 牡鹿総合支所保健福祉課 ☎FAX45-2113

- ★子育て支援事業「ぐんぐんすくすく」
- 親子で楽しく遊びましょう。お気軽にご参加ください。
- と き ①10日(木) ②24日(木)午前10時～11時30分
- ところ 牡鹿保健福祉センター「清優館」
- 持ち物 飲み物(お茶か水など)、おしぼり(お手拭用)

雄勝子育て支援事業 キッズ広場

申問 雄勝総合支所保健福祉課 ☎57-3611

- と き 毎週月曜日 午前9時30分～11時
- 7日(月)、14日(月)、21日(月)、28日(月)
- ところ 支えあいセンター(雄勝診療所隣)
- 持ち物 親子の飲み物(お茶や水)、着替え(おむつ等)

5月の健康コーナー

◇からころ相談ダイヤル:心の無料電話相談

☎0120-322-016(午前10時～午後4時)
担 当 震災こころのケア・ネットワークみやぎ
(留守番電話対応になる場合もあります)

◇仙台いのちの電話 ☎022-718-4343(24時間年中無休)

毎月10日「自殺予防いのちの電話」☎0120-738-556(午前8時～翌朝10時)

10日以外毎日 ☎0120-556-189(午後1時～8時)

◇傾聴ボランティアによる仮設カフェ「サロン♡さくら」

と き 18日(金) 午前10時～正午
ところ 南境第7団地北集会所・大橋団地集会所(2か所同時開催)

※悪天候などの事情により中止する場合があります。

問 健康推進課 ☎94-9132

◇つむぎの会 さまざまな形で子供を亡くした親の集いです。

と き 27日(日)午後1時～
ところ 市保健相談センター

問 「つむぎの会」代表 田中幸子 ☎FAX 022-717-5066

◇わかちあいの会 大切な人を亡くした方の集いです。

と き 27日(日)午後1時30分～ ところ 蛇田公民館

問 仙台グリーンケア研究会 ☎070-5548-2186

問 【健康推進課】☎95-1111 【各総合支所保健福祉課】河北☎62-2117、雄勝☎57-3611、河南☎72-2094、桃生☎76-2111、北上☎67-2301(北上保健センター内)、牡鹿☎45-2113

◇乳幼児の健診・相談

対象地区	健診・教室名	対 象	と き	受付時間	と ころ
石巻	3～4か月児健診	H24年1月生まれ	10日(木)・22日(火)・30日(水)	12:45～13:00	市保健相談センター
	1歳児よちよち相談	H23年4月生まれ	7日(月)・14日(月)・21日(月)	9:30～9:45	
	1歳6か月児健診	H22年9月生まれ	8日(火)・16日(水)・25日(金)	12:30～12:45	
	2歳児歯科健診	H21年10月生まれ	9日(水)・15日(火)・24日(木)	12:30～12:45	
	3歳児健診	H20年11月生まれ	11日(金)・17日(木)・23日(水)	12:30～12:45	
	離乳食教室	5～8か月の保護者の方 定員 15組(要予約)	1日(火)13:30～(受付13:15～) 内容:離乳の進め方のお話 申・問 健康推進課(内線2428)		
河北 雄勝 北上	3歳児健診	H20年9月～10月生まれ	16日(水)	12:30～12:45	河北総合センター (ビッグバン)
	すくすく赤ちゃん相談	H23年9月～10月生まれ	23日(水)	9:30～9:45	
	1歳児よちよち相談	H23年3月～4月生まれ	23日(水)	12:30～12:45	
河南 桃生	3～4か月児健診	H24年1月生まれ	25日(金)	12:45～13:00	桃生保健センター
	7～8か月児すくすく相談	H23年9月生まれ	8日(火)	13:15～13:30	河南母子健康センター
	1歳児よちよち相談	H23年4月生まれ		9:30～9:45	桃生保健センター
	2歳児歯科健診	H21年9月1日～10月15日生まれ	9日(水)	12:45～13:00	桃生保健センター
	3歳児健診	H20年10月1日～11月15日生まれ	24日(木)	12:15～12:40	河南母子健康センター
牡鹿	3～4か月児健診	H23年12月～H24年1月生まれ		13:15～13:30	牡鹿保健福祉センター 「清優館」
	1歳児よちよち相談	H23年3月～4月生まれ	16日(水)	12:45～13:00	
	1歳6か月児健診	H22年8月～9月生まれ		12:45～13:00	
	2歳児歯科健診	H21年9月～10月生まれ		12:45～13:00	
	3歳児健診	H20年10月～11月生まれ		12:30～12:45	

<牡鹿会場で乳幼児健診を再開します> 震災後、牡鹿会場で乳幼児健診は休止しておりましたが、平成24年5月より再開します。

◇心理カウンセラー等によるこころの相談会【要予約】

と き	と ころ	担 当	申・問
11日(金)13:00～	河南母子健康センター	樋口 広思 先生	河南 保健福祉課 72-2094
11日(金)11:00～	河北総合支所	大江 加寿子 先生	河北 保健福祉課 62-2117
17(木)・31日(木)10:45～	市役所2階相談室	今野 廣子 先生	健康推進課 (内線2421) 94-9132

みんなの楽しくダンベルクラブ

1回15分程度のダンベル体操を続けることで体力づくりにとっても役立ちます。
と き 5月22日(火)午前9時30分～
ところ 遊楽館アリーナ
持ち物 上靴、タオル、飲み物、ダンベル(貸し出しあり)
問 河南総合支所保健福祉課 72-2094

(広告)

初めて野菜づくりをする方へ

家庭菜園の相談は当店のシードアドバイザーがやさしく指導いたします。

グリーンサムいちばでは新鮮な地元野菜・切花・米・加工品等を直売

(株)水沢種苗店
グリーンサム いちば
TEL.96-8722 TEL.96-8713

(広告)

蒲鋒本舗 高政

■女川本店「万石の里」
牡鹿郡女川町浦宿浜字浜田21番地
Tel.0225-53-5411
営業時間 8:30～18:00

■石巻駅前店
石巻市穀町14-1 石巻市役所1階
Tel.0225-23-2645
営業時間 9:00～18:30

www.takamasa.net

(広告)

メガネ・コンタクト・視機能・立体視

よりよい見え方を追求します!

大街道コンタクト・メガネ

※コンタクトレンズは眼科医の指導のもとにお使いください。
※各種カードも取り扱っております。

石巻市大街道西二丁目1-29 TEL.0225-23-4333

(広告)

石巻中央 内科クリニック

消化器科・呼吸器科・循環器科

●大腸カメラ ●胃カメラ ●人間ドック
●船員検診 ●各種予防接種 ●各種健康診断

受付時間	月	火	水	木	金	土
午前 8:45～12:30	○	○	○	○	○	○
午後 2:00～ 5:45	○	○	○	休	休	休

休診日→日曜日・祝日
石巻市中央1丁目15番1号 TEL.95-3123