



地域の「保健センター」は、 子育て支援の頼もしい味方です

地域の保健センターに行きましょう！「保健センター」お聞きになったことがありますか。各地域には少し名まえが違うこともありますが、子育てに欠かせない「保健センター」があります。保健センター(地域健康支援係)では、妊娠、出産、育児に関するさまざまな支援を行っています。今回はふじみ野市の情報を中心に掲載します。詳しくはあなたのお住まいの役所でお尋ねください。

1 妊娠や出産に関すること

(1) 母子健康手帳と助成券

医療機関で胎児心拍を確認し妊娠の診断を受けた方は、保健センターで妊娠届出を行って母子健康手帳及び妊婦健康診査助成券の交付を受けてください。妊娠週数や病院名などの記入がありますので、確認しておいてください。

届出できる人：ふじみ野市に住民登録がある妊婦

持ち物：自分の身分を証明できるもの(在留カード、パスポート、運転免許証、保険証等)

申請窓口：保健センター(フクトピア1階)

(2) パパママセミナー(予約制)

安心して赤ちゃんを迎えられるように、妊娠中の過ごし方や赤ちゃんのお世話の仕方等を楽しく学ぶセミナーです。(ご夫婦で参加できます)参加者同士の情報交換の場にもなっていますので、ぜひご参加ください。日程はホームページまたは市報をご覧ください。

(3) 成人健康相談(妊婦も含む)(予約制)

妊娠期の過ごし方のアドバイスなどを行っています。日程は健康カレンダーまたは市報の裏表紙をご覧ください。



2 赤ちゃんが生まれたら

(1) 新生児訪問

赤ちゃんが生まれたすべての家庭を、生後4ヶ月までの間に訪問し、育児情報の提供や育児相談を行います。

(2) 乳幼児健診等

4ヶ月児健診、1歳6ヶ月児健診、10ヶ月相談、3歳児健診を実施しています。身体計測、医師の診察(10ヶ月児相談は除く)、育児相談等を行います。開催日などは、対象者に個別に通知しています。毎年3月下旬に各家庭に配布する「健康カレンダー」にも掲載してあります。同カレンダーは、保健センター、市民課の窓口にも置いてあります。

(3) すくすく相談(予約制)

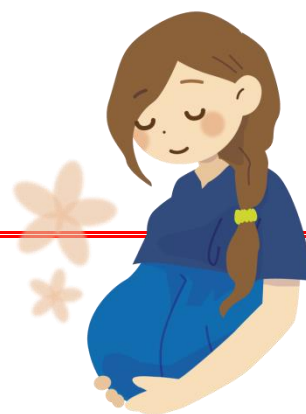
乳幼児の発育・発達、育児や食事、歯みがきに関する相談を行っています。

(4) 母乳相談(予約制)

妊娠中・授乳中の人のおっぱいや母乳などの相談を行っています。

(5) 健診フォロー相談(予約制)

子どもの発育発達について、小児科医、理学療法士、保健師が専門的な相談に応じています。



(6) 育児専門相談（予約制）臨床心理士による育児の専門相談です。

【問合せ先】

ふじみ野市保健センター（地域健康支援係）

〒356-0011 ふじみ野市福岡 1-2-5（フクトピア 1階）

TEL./049-293-9045

Mail./kenkoushien@city.fujimino.sai



「FICEC 年末バザー」開催

半年に1度、FICECのバザーを開催します。出品は日用雑貨、食器、衣類、文房具から、思わぬ掘り出し物まで。品物であふれた会場で“宝探し”をしませんか。

開催日：12/6（水）～12/10（日）

時間：10:00～16:00

場所：FICEC 2階 特設会場

問合せ：TEL. 049-256-4290



日本初のミニ鉄道に乗ってみませんか

富士見市鶴瀬駅すぐそばの「富士見市むさし緑地公園ミニ鉄道」は、日本初のミニ鉄道公園です。30年前に出発したこの鉄道は4月から12月にかけて、毎月第2、第4日曜の10時～12時と13時～14時に、1周120メートルを煙を吐いて走っています。

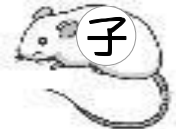
入場は無料。12月は、第2週の日曜だけの運行となっているのでご注意ください。

FICEC 日本語教室

★ワンポイント ミニ知識★

干支（えと）

ね [ねずみ]



うし [牛]



とら [とら]



う [うさぎ]



たつ [龍]



み [蛇]



うま [馬]



ひつじ [羊]



さる [猿]



とり [鶏]



いぬ [犬]



い [いのしし]



表紙の絵を見てください。来年(2018年)の干支は戌(いぬ)です。干支とは、古代中国から伝えられた暦法です。それぞれの年に、12種類の動物の名が順番についており、「インフォメーションふじみの」の表紙にもたびたび取り上げられています。

これらの動物たちは、「十二支」と呼ばれ、12年でひと回りします。今年(2017年)は酉年ですから、翌年は戌年になります。干支は、お正月の飾り物や、年賀状のイラストによく使われます。