

7月の おしらせ



- ・ お子さんの乳幼児健診
 - ・ お子さんの予防接種
 - ・ 暮らしの情報 など
- ぜひ登録してほしいぴょん♪



7月 乳幼児健診	【会場】 真岡市総合福祉保健センター
	【受付時間】 午後1時00分～1時30分 ※3歳児健診のみ1時40分まで
	実施日 対象者
4か月児健診	24(木) R7.2.1～ R7.2.28 生れ
9か月児健診	3(木) R6.9.1～ R6.9.30 生れ
1歳6か月児健診	4(金) R5.12.6～ R5.12.31 生れ
2歳児歯科検診	28(月) R5.6.1～ R5.6.30 生れ
3歳児健診	8(火) R4.6.2～ R4.7.5 生れ

ご家族の健診
ワクチン
健康に関する情報等
はこちらから↓

◆健康増進課 Instagram

◆真岡市公式 LINE

- ◆対象の方には、健診月の前月にお知らせを発送しています。
- ◆当日の持ち物や注意事項が記載されていますので、ご確認ください。
- ◆対象の日を受診できない場合は、かならずこども家庭課にご連絡ください。
- ◆お子さんの健やかな発達のため、かならず健診を受診しましょう。
- ◆未受診の場合、家庭訪問をさせていただきます場合があります。

毎月開催！子育てに関する事業

(教室や相談の利用の際は、事前の申し込みが必要です/カレンダーは次のページへ！)

★すくすく相談★

内容：助産師との授乳や発育等に関する相談
対象：生後4か月までの親子

★赤ちゃん教室★

内容：ベビーマッサージ、産後のママの体のケアについて講和
対象：生後2か月から4か月の親子

★離乳食教室★

内容：離乳食の進め方等
対象：生後6か月から7か月の親子

★心理発達相談★

内容：お子さんとの関わりや対応、発達について相談されたい方
対象：就学前のお子様

★子育て相談★

内容：○身長・体重測定(予約不要)
○育児相談・栄養相談
♡子育てに関するミニ講和！
対象：就学前のお子様

教室内容等の詳細はこちら→→



- ・ ホームページ
 - ・ ウィークリーニュースもおか
 - ・ 子育てモバイルナビ
- より詳細ご確認できます。

7月の母子事業一覧カレンダー



3日(木) 4か月児健診



4日(金) 1歳6か月児健診



8日(火) 3歳児健診



9日(水) 午前：子育て相談会
&すくすく相談
午後：マタニティ相談



10日(木) 午前：赤ちゃん教室



17日(木) 午前：離乳食教室



24日(木) 心理発達相談

午後：4か月児健診



28日(月) 2歳児検診



7月は親子で考えよう



防災について！



台風、大雨等の自然災害が多くなる季節。自身の身や家族みんなの命を守るために、親子で防災を学ぶことはとても大切です。

以下のような視点で取り組むと、お子さんにもわかりやすく、楽しく学んでいただけるでしょう。

1. お子さんと一緒に防災グッズを準備！

- ①子ども自身が使うものを一緒に選ぶ
- ②子ども用の非常用リュックを作る。⇒お菓子、絆創膏、ライト、ぬいぐるみ



2. ゲーム感覚での避難訓練！

- ①机の下に隠れる練習や“かくれんぼ形式避難”
- ②部屋を暗くした遊びで暗闇に慣れる経験

3. 防災絵本・動画を活用！

- ①「なぜ備えるのか」を学ぶ。
- ②教材を通して家族で一緒に話し合うきっかけ作り



参考サイト⇒



参照日:令和7年6月25日/東京消防庁/おうちで防災を学ぼう！リモート防災学習/
https://www.tfd.metro.tokyo.lg.jp/learning/remote_bousai/

4. 災害時の「やくそく」を決めておく！

- ・「いざというとき、どうするか」を家族で共有
- 被災した時の集合場所は？ → 連絡手段は？ → 一人のとき



5. 食べて備える！

- ・おやつ感覚で食べられる非常食を試してみましょう。
- 初めての食材でちょっと嫌かもとならないように、外などいつもと違った場所等で挑戦すると良いかもしれません。



ご相談ください！子育てに関すること、お母さんやお父さん自身のこと…

真岡市役所1階 こども家庭課(電話:0285-83-8121)

- ・平日、午前9時～午後5時(土日、祝日、年末年始はお休みです)
- ・健診、訪問等で保健師や助産師が不在場合があります。
- ▶電話相談の場合は、折り返しご連絡いたします。
- ▶来所での相談を希望される場合は、事前連絡のうえお越しください。

