

健康便り

令和5年10月
No564

- ・赤ちゃんを母乳で育て、子育て支援をしましょう。
- ・生活習慣病の予防に努め、健康寿命をのばしましょう。
- ・全ての健康診査（検診）を受けるようにすすめましょう。
- ・ふれあい活動をしましょう。

御野学区愛育委員会

会長 水口 美智子

目配り、気配り、声かけて

水口美智子

街路樹が立ち枯れるほどの厳しい夏も終わり、ほっと一息つきました。愛育委員会もコロナの影響で、毎月開くことができずでした。少しばかり落ち着きを感じるこの頃でございます。

昭和三十五年高島学区に続き二番目に、御野学区愛育委員会が発足。初代会長吉田八重子さんの『素晴らしいものは健康』すてきな言葉です。先日、岡北保育園の運動会に招かれ、可愛い園児の走る姿に、家族の方々と一緒に「がんばれがんばれ」と大きな声で応援しました。

「今は今しかない、今は帰ってこない」一瞬一瞬を大切に。

定例会について

事業計画表に沿って行います。保健師のお話もあります。出席の委員さんとともに勉強し、ゆとりの時間を提供しています。

それもこれも日頃の委員さんの活動によって成り立っています。

「子育てサロンあつたか広場」

愛育委員

第一月曜日の十時～十二時、北公民館一階福祉室にて、就園就学前のお子さんと保護者の方を対象に、リトミックや工作などをしながら、子育て中の皆さんが気軽に集える場のひとつとして行われています。愛育委員からも数名が、お手伝いをさせて頂いております。

新型コロナウイルス感染症の影響が少しずつ弱くなり、以前は見守るぐらいでいましたが、この頃は、赤ちゃんを抱っこさせて頂く機会もあり、参加させて頂く事に喜びや幸せを感じています。

子育てには、いろんな方の支援が必要となります。

親御さん、お子さん、私たちも一緒にひと時、これからも楽しい時間が過ごせれば・・・と思っています。

和顔愛語

第三ブロック愛育委員

愛育委員の仕事？ 小さい子供達の顔に接しているとどんわりした優しい気持ちになり、また、お父さんお母さんに頼りにされてるかなと思ひ、気分がよくなります。

心構えひとつでこれからの人生の顔が変わります。ニコニコ顔で挨拶されるととてもうれしくなります。私のホットなニュース（お節介かなと思つたが）家の前の路地にレザラの黒い袋が落ちてたので、フェンスに洗濯バサミでぶら下げていたら、後日、そこにお礼の手紙があるではないか！！

とても嬉しくなりました。

子供達の悲しい事件がなくなるよう、気配り、声かけ、マスクのない天真爛漫な子供の無邪気な顔をみよう。

自身の健康と元気を折つて。

「保健師より一言」

『さんさん育児相談』

西谷 真優

一歳未満の乳児と保護者を対象にさんさん育児相談を実施しています。身長・体重などの計測や、保健師・助産師による個別相談を行っています。

事前に申し込みをされた方が優先で、開催日の約一か月前から予約が開始されます。当日は御野学区愛育委員会さんに、受付や計測のご協力をいただいています。

北公民館では

令和五年十一月二十日（月曜日）

十三時三〇分から実施予定です。

予約優先ですが、予約なしでも受け付けています。親子手帳を持参のうえ、お気軽にお立ち寄りください。

その他の会場でも別日程にて実施していますので、詳しくは岡山市ホームページをご覧ください。

問い合わせ先

岡山市保健所健康づくり課

北区中央保健センター

電話086(803)1265