

放課後児童健全育成施設

入所児童受け付けは 1月15日(水)から3月7日(金)まで

市は、平成26年4月から放課後児童健全育成施設(表)への入所希望を1月15日(水)から受け付けます。対象児童 市内の小学校に通う1~4年生で、1カ月に15日以上、施設での保護育成が必要で保護者が次のいずれかに該当する児童 ①就労で昼間の家庭保護ができない ②疾病・出産等で保護できない ③天災等で被災し、復旧作業のため保護できない 開設日時 月曜日~金曜日の下校時~午後6時30分※土曜日(午前8時30分~午後6時)については事前申請が必要です。費用 使用料月額8,500円(所得に応じて変更あり)、傷害保険料年額600円、その他に、おやつ代などの負担があります。

申込み 申請用紙を1月15日(水)から各施設、子育て支援課で配布します。必要事項を記入し1月15日(水)~31日(金)に各施設(受付時間は午後1時~6時30分)で手続きしてください。※2月3日(月)以降は子育て支援課で3月7日(金)まで受け付けます(平日の午前8時30分~正午、午後1時~5時15分)。◆入所できる施設は、児童が在籍する小学校区内にある施設です

Table with 2 columns: 小学校区, 所在地. Rows include 八幡小, くすのき小, さくら小, 橋本小, 中央小, 有都小, 南山小, 美濃山小.

問合せ 子育て支援課



●子育て支援センター「あいあいポケット」(男山指月3-11 指月児童センター内/☎983-8747)

●第二子育て支援センター「そよかぜ」(八幡三反長10 南ヶ丘第二保育園内/☎981-5009)

【子育て相談】 子育てについての悩みや困ったことなど、気軽にご相談ください。月曜~金曜日(祝日除く)午前9時~正午、午後1時~4時

【常時開設】 市内在住の妊婦さん、および就学前のお子さんとその家庭を対象に、親子で遊ぶ場、子育て相談、育児の情報交換の場を無料で提供しています。▶開設日=月曜日~金曜日(両支援センター)および第2土曜日(子育て支援センター「あいあいポケット」のみ) ▶利用時間=午前9時~正午、午後1時~4時 ▶休館日=祝日および年末年始(12月29日~1月3日) ※山城中部に特別警報、暴風警報が発令されている場合は休館となります。

【サロン】 子育てについて、お母さん同士で気軽におしゃべりしましょう。時間は、午前10時~11時15分、☆は午後2時~3時15分。

<ひよこサロン> ▶8日(水)子育て支援センター 対象 妊婦さんとおおむね生後2カ月から6カ月の親子

<あいあいサロン> ▶☆15日(水)子育て支援センター 対象 妊婦さんとおおむね生後2カ月から1歳半の親子

<そよかぜサロン> ▶21日(火)第二子育て支援センター 対象 妊婦さんとおおむね生後2カ月から1歳半の親子 ※重複参加可能です。

【あそびの広場】 妊婦さんと1歳半から就学前までの親子が対象。時間は午前10時~11時30分。下記から1カ所を選び、お越しください。

▶17日(金)、27日(月)美濃山コミュニティセンター▶22日(水)橋本児童センター

【赤ちゃんの広場】 妊婦さんとおおむね生後2カ月から1歳半くら

● 保育園の開放日

- ※育児相談もしています。南ヶ丘保育園(☎981-3125) ... ▶21日(火)園庭開放 南ヶ丘第二保育園(☎982-3330) ... ▶14日(火)園庭開放▶22日(水)粘土遊びをしよう みその保育園(☎981-8101) ... ▶23日(木)作って遊ぼう▶28日(火)園庭開放 みやこ保育園(☎981-2511) ... ▶14日(火)園庭開放▶27日(月)ホールで遊ぼう わかたけ保育園(☎983-1313) ... ▶10日(金)作って遊ぼう▶15日(水)園庭開放 山鳩保育園(☎981-0982) ... ▶15日(水)おももちつき大会、お楽しみタイム 男山保育園(☎982-0701) ... ▶11日(土)お正月遊び ぶどうの木保育園(☎982-9013) ... ▶9日(木)おももちつき▶毎週木曜日園庭開放(雨天中止) くすのき保育園(☎983-1200) ... ▶

いの親子が対象。赤ちゃんと一緒に手遊びやふれあい遊びをしましょう。時間は午前10時~11時15分。保育園で行う赤ちゃんの広場は各保育園へ事前に申し込みを、それ以外の場所は直接会場までお越しください。(保育園から1カ所、公民館・コミセンから1カ所選んで参加してください。★は離乳食展示あり)

- ▶7日(火)わかたけ保育園▶8日(水)くすのき保育園▶10日(金)★みその保育園、竹園児童センター▶15日(水)南ヶ丘保育園▶16日(木)美濃山グリーンタウン集会所▶17日(金)南ヶ丘第二保育園▶20日(月)みやこ保育園 【ままくらぶ】 親子で遊び、親同

- 15日(水)ぜんざいパーティー、正月遊び 山鳩第二保育園(☎981-0700) ... ▶10日(金)園庭開放▶15日(水)おももちつき大会 ※時間は午前10時~11時30分。 ※申込不要。直接、園にお越しください。できるだけ歩いてお越しください。

● 幼稚園の開放日

- 八幡幼稚園(☎981-0180) ... ▶15日(水)園庭開放▶24日(金)凧で遊ぼう 八幡第二幼稚園(☎981-6950) ... ▶20日(月)お正月遊びをしよう▶30日(木)園庭開放 八幡第三幼稚園(☎982-8566) ... ▶22日(水)作って遊ぼう▶29日(水)園庭開放 八幡第四幼稚園(☎982-2447) ... ▶15日(水)人形劇鑑賞▶31日(金)園庭開放 橋本幼稚園(☎982-0607) ... ▶15日(水)お正月遊びをしよう▶30日(木)園庭開放

士で交流しましょう。子育て相談もできます。

開設日時 毎週月曜日~金曜日の午前9時30分~11時30分(祝日を除く)、美濃山小学校内放課後児童健全育成施設 ※小学校の長期休校や短縮授業など、施設運営中は閉鎖しています。開設日は第二子育て支援センターまで問い合わせてください。

【子育て講座】 「すくすく離乳食」 ▶24日(金)午前10時~11時30分、指月児童センター

講師 奥村 千栄子さん(栄養士) 対象 おおむね生後2カ月から就学前の親子20組 申込み・問合せ 子育て支援センター(☎983-8747)

- 早苗幼稚園(☎981-2268) ... ▶★15日(水)「いっしょにあそぼう GO!GO!キッズ!」 なるみ幼稚園(☎982-3368) ... ▶★22日(水)「なるみにおいでよ!ともだちつろう!」 ※時間は午前10時~11時30分(★は午前10時30分~正午)。 ※申込不要。直接、園にお越しください。

● こども園の開放日

- 有都こども園(☎981-0873) ... ▶21日(火)園開放(作って遊ぼう) ※時間は午前10時~11時30分※申込不要。直接、園にお越しください。 ▶7日(火)、14日(火)、28日(火)午前・午後に園庭開放(各5組予約制) ▶毎週月曜日の午前・午後に育児相談(各1組予約制) 【赤ちゃんの広場】 ▶17日(金)ホールで遊びます。離乳食展示あり※時間は午前10時~11時15分▶10日(金)、24日(金)、31日(金)午前・午後各5組予約制 ※時間はいずれも午前は、10時~正午、午後は、1時~4時。

今日からはじめる 健康づくり 34

【入浴中の事故を防ごう!】

寒くなり、温泉やお風呂で温まりたい季節ですね。しかし、誤った入り方をすると、体調不良を引き起こし、事故を招くことがあります。主なものは、転倒、溺水、意識障害、血圧の急上昇・急低下です。これらのような事故や体調不良を防止するために、以下の場合に気をつけましょう。

★運動や食事の直後

運動や食事の直後は、疲労回復や消化のために、血液が筋肉や消化器に集中します。このときに入浴すると、血液が体全体に分散し、疲労回復が妨げられたり、消化不良を引き起こします。運動や食事の直後は入浴を控えましょう。

★飲酒後

飲酒後は、アルコールによる血管拡張や利尿作用で、血圧の大幅な低下や脱水症状が起こりやすくなっています。適度に酔いがさめてから入浴するようにしましょう。

★早朝、深夜の高齢者一人での入浴

早朝、深夜は血液が濃縮しています。この時間帯に入浴すると、発汗によってさらに血液が濃縮し、固まりやすくなります。高齢

者は脳梗塞や心筋梗塞などが起こりやすくなりますので、入浴は控えましょう。

★血圧が高いとき

お風呂に入る前後で、血圧は大きく変動します。特に、寒い時期の脱衣場やお湯の温度が42度を超えていると血圧が急に上がり、脳梗塞や脳出血の原因となります。血圧が高いときは、38度程度のぬるめのお湯にしましょう。

★風邪のとき

風邪のときは、熱がなく、症状が軽ければ、入浴しても大丈夫です。

★打ち身や捻挫をしたとき

打ち身や捻挫をしたときは、患部が熱を持っており、腫れて炎症を起こしています。このときに入浴して患部を温めると、炎症がひどくなるので、入浴は控え、しっかり冷やすようにしましょう。

問合せ 健康推進課