

Smile de ムマイルド  
はい！ポーズ



空間 涼雅ちゃん 錦松台4 (2歳2カ月)

すべり台やブランコ、電車のおもちゃが大好き。ダンスも歌いながら踊って、みんなに見せてあげるんだ。



平林 奈留ちゃん 丸山台1 (1歳11カ月)  
毎朝お父さんとお散歩するの。公園で赤い木の実を見つけたら、拾ってお母さんにも見せてあげるのよ。

12月子育てカレンダー

項目	対象	日	受付時間	内容	
妊婦健康診査費助成事業	川西市に住み票がある妊婦	月～金曜日	9:00～12:00 12:45～17:30	妊婦健康診査にかかる項目14回(合計8万円)を限度に助成	
妊婦歯科検診		上記助成申請時に検診票配布		妊娠中1回歯科医院で受診	
すくすく乳幼児相談	乳児(1歳くらいまで)とその保護者	22日(木)	9:30～10:30	身体計測、育児や栄養の相談、読み聞かせ。バスタオル持参	
母親学級	妊娠5カ月以上の人(経産婦可)	1月6・13・20日(金)の全3回	12:45～	赤ちゃんのお風呂の入れ方、妊婦体操、妊産婦の栄養と歯の話。予約制(託児なし)	
乳幼児健診	4カ月児	生後4カ月	8・22日(木)	13:00～14:00	問診、身体計測、診察、育児・栄養相談など(1歳6カ月児は歯科診察、3歳児は歯科診察、尿検査も)
	10カ月児	28年1月生まれ	7・21日(水)		
	1歳6カ月児	27年6月生まれ	12・19日(月)		
	3歳児	25年11月生まれ	13・27日(火)		

項目	対象	日	受付時間	内容
もぐもぐ離乳食教室	5～8カ月児(第1子優先)	16日(金)	9:30～10:00	離乳食指導と試食、歯の話。要予約
2歳児のびのび教室	26年12月生まれ	14・28日(水)	9:30～10:00	むし歯チェック、育児と栄養の相談など。要予約
1歳児親子	27年12月生まれ	15日(木)	9:30～10:15	親子歯科健診、歯磨きと食事の話。直接センターへ
2歳6カ月児	26年6月生まれ	1日(木)	13:15～14:15	歯科健診など。歯ブラシ持参。直接センターへ
3歳6カ月児	25年6月生まれ			
4歳児	24年12月生まれ	22日(木)	13:45～14:45	歯科健診など。直接センターへ
5歳児	23年12月生まれ			

施設名	診療科目など	受付時間
阪神北広域こども急病センター	小児科 ☎(770)9988	平日…19:30～翌朝6:30 ▷日・祝日・年末年始(12/29～1/3)…8:30～翌朝6:30
伊丹市昆陽池2丁目10	電話相談 ☎(770)9981	平日…20:00～翌朝6:30 ▷日・祝日・年末年始(12/29～1/3)…9:00～翌朝6:30

子育て相談窓口	子育て・家庭支援課	県川西こども家庭センター	児童虐待防止24時間ホットライン
	☎(740)1179	☎(756)6633	☎(759)7799

**子育て**  
幼稚園入園の2次募集  
29年度に市立幼稚園へ入園する3～5歳児(3歳児は加茂幼稚園のみ)を2次募集します。  
願書の配布と受け付け、面談は、各園(左表)で12月2日(金)午後2時から4時まで。子ども同伴で印鑑持参。入園の内定は12月7日(水)午後2時からです。応募は1園のみ。定員超過の場合は抽選。  
特別な支援を必要とする子どもの就園は、事前に教育相談センター☎(758)8680に相談してください。  
各園かこども育成課☎(740)1175

幼稚園名	電話番号
久代	(759)7698
加茂	(759)7205
川西	(759)1002
川西北	(759)8342
多田	(793)2030
松風	(793)4413
清和台	(799)0520
東谷	(794)1006
牧の台	(794)3496

8586へ  
【おとっさんのための子育て教室】  
12月18日(日)午前10時～11時半  
▽場市民温水プール▽対妊婦中または1歳未満の子どもの育てているカップル▽赤ちゃんの発育やお母さんの体の変化、乳幼児突然死症候群などについての学習と、親子の遊び方やベビーマッサージ体験▽費1000円▽定10組  
▽当日まで  
【助産師といっしょにベビーマッサージ】  
12月22日(木)午前10時半～11時半  
▽場総合センター▽対1歳未満の子どもの保護者▽関係の会▽費1000円▽定15組  
▽12月15日(木)まで  
【ベビーソークラフ】  
パステル保育園▽時29年1月5日(木)・11日(水)・18日(水)・25日(水)午前10時～11時半。全4回▽対1・2歳の子どもの保護者▽定10組▽申☎☎ハガキに住所、親子の氏名(ふりがな)、子どもの生年月日、電話番号、交通手段を書き、12月15日(木)(必着)までに〒666-0002・滝山町

3～11の同園へ▽☎(757)2440・☎(755)6328  
川西児童館  
☎(758)8398  
【親子で遊ぼうDAY】  
12月10日(土)・22日(木)午前10時～11時半▽対1～3歳の子どもの保護者▽内体を動かす自由遊び▽定各35組▽他親子ともに上履き持参▽申☎当日会場へ  
【1歳のころはONEだいらんご】  
12月15日(木)午前10時～11時  
▽対1歳の子どもの保護者▽内自由に遊びながら親子で交流▽他親子ともに上履き持参  
久代児童センター  
☎(756)1321  
【各園各申込日の午前9時半から】  
【マタニティ&産後ママ交流会】  
29年1月11日(水)午後1時半～2時半▽対妊娠中の人と産後6カ月ごろまでの母親(子ども同伴可)▽内エコー写真や思い出の写真的スクラップ、友達作り▽定10人▽申12月13日(火)  
【工作教室「くるくるごま」】  
29年1月5日(木)午後3時半

4時半▽対4歳～小学生(未就学児は保護者同伴)▽定20人▽申12月12日(月)  
保健センター  
☎(758)4721  
【子どもの定期予防接種】  
入院中などやむを得ない理由により市外(猪名川町を除く)で接種する場合は、「予防接種実施依頼書」が必要で  
依頼書は保健センターで発行しますので、接種前に手続きをしてください。

【親子料理教室】  
12月21日(水)午後2時15分～4時  
▽場清和台公民館▽対3～5歳児と保護者▽内「朝ごはんを食べよう」などの話と調理実習▽費1人100円▽定10組▽申☎☎12月2日(金)から

なお、予防接種実施依頼書により接種した、28年4月1日以降の定期予防接種で、接種費用を負担した場合は、忘れずに還付申請をしてください。

**年末年始 小児救急医療 電話相談**

病気や急な発熱などの症状、夜間や休日にも相談を受け付けます

問合せ 県小児救急医療電話相談 ☎078(304)8899  
阪神北広域こども急病センター ☎(770)9981

**県小児救急医療電話相談**

夜間や休日の子どもの急な病気やけがに関する悩み相談を、看護師などが電話で受け付けます。  
☎12月29日(木)～29年1月3日(火) 午前9時～翌午前0時

**阪神北広域こども急病センター**

発熱や誤飲などの電話相談を、担当看護師が受け付けます。  
☎12月29日(木)～29年1月3日(火) 午前9時～翌午前6時半

乳がんは子育て中のお母さんなど若い人でも他人事ではない病気

女性の12人に1人が発症する乳がん、早期発見で完治子どもや家族のためにも自分の健康を大事に考えて

育児に奮闘中のお母さん、自分の健康に目を向けることはありますか。子どもが「熱を出した」「嘔吐した」ときは、すぐに病院を受診しても、自分のことは「忙しいから」「大丈夫だろう」となかなか受診できないですよね。

しかし乳がんは、最近子育て中の若い世代の有名人が発症を公表するなど、若い人でも他人事ではない病気です。妊娠中や授乳中の人でも、まれに乳がんになることがあり、女性の12人に1人が患うほど身近な病ですが、早期に発見すれば治すことができます。授乳している時は、しこりや痛みに対して目が向きやすいと思います。しこりが大きくなったなど、いつもと違うと思ったら乳腺外来のある医療機関で診てもらいましょう。また、授乳を卒業してからは乳房がやわらかくなるため、異常に気づき易くなるので自己検診を取り入れてみてください。自己検診は、月1回、生理が終わったあと4・5日の時期が最適です。



①鏡に向かって、両腕を下げた自然な状態で左右の乳房に違和感がないか(大きさ・形、くぼみやひきつれ、かさぶた、ただれ、乳頭からの異常分泌) ②両腕を上下し、正面・側面・斜めなどからも乳房をよく観察③指をそろえて指の腹で軽く押さえながら、丁寧に渦巻状に何回も乳房にしこりがないか調べる④仰向けに寝て腕を上げて、乳房の内側半分を指の腹で丁寧に調べる⑤腕を自然な位置に下げ、乳房の外側半分を指の腹でまんべんなく調べる

自己検診で気になることがあった場合は、乳腺外来のある医療機関を受診しましょう。子育てする上で自分の健康は大切です。子どもや家族のためにも自分のことを大事に考えてください。