

子育て

多胎児交流会

7月10日(水)午前10時～11時半
▽場キセラ川西プラザ3階
子ども・若者ステーション
就学前の多胎児と保護者、多胎児を妊娠中の人と家族、悩みや喜びなどを共有
▽アステ子育て支援ルーム
(740) 1125
公園で遊ぼう

主場パステル保育園▽7月4日(木)午前10時半～11時半(雨天中止)▽対未就学児と保護者▽**問**(757) 2440
キオラ親子
主場向陽台あすのこども園▽7月16日(火)午前10時～11時▽対未就学児と保護者▽**内**7月生まれの子どもの誕生日会と水遊び▽**定**10組▽**申**7月12日(金)までに同園へ▽**問**(744) 0425

助産師といっしょにベビーマッサージ

市助産師会▽7月25日(木)午前10時半～11時半▽**場**総合センター▽**対**1歳以下の子どもと保護者▽**内**ベビーマッサージと交流・相談会▽**費**1000円▽**定**15組▽**申**7月10日(水)までに市助産師会へ▽**問**(9257) 8586

7月24日(水)までに市助産師会へ▽**問**(9257) 8586

指定難病・小児慢性特定疾病医療費受給者証の更新
対象者に、申請書類を郵送して提出してください(平日のみ)。届いていない人は伊丹健康福祉事務所へ。
問(785) 7462

【指定難病】

提出は8月16日(金)まで。
対受給者証の有効期限が10月31日(木)までの人
【小児慢性特定疾病】
提出は8月30日(金)まで。
対受給者証の有効期限が10月31日(木)まで、平成11年11月2日以降に生まれた人

保健センター
(758) 4721

【水痘予防接種】
水痘予防接種を各病・医院で受け付けます(要予約。母子手帳持参)。生後12カ月から接種可。体調の良い時に早めに予防接種してください。
接種回数は初回を接種する月齢年齢により異なります。市ホームページや冊子「健康づくり事業のご案内」を確認してください。

くり事業のご案内」を確認してください。

市外(猪名川町を除く)で接種する場合、事前に保健センターで手続きが必要です。
【プレママ&プレパパ離乳食教室】

7月25日(木)午前9時45分～午後0時半▽**対**妊娠16週以上の妊婦や夫▽**内**離乳食の基本の話と調理実習(一品)▽**定**16人▽**申**7月1日(月)から

【親子料理教室】

7月24日(水)午前10時半～午後0時45分▽**対**3～5歳児と保護者▽**内**「共食」の話と調理実習▽**費**1人1000円▽**定**10組▽**申**7月2日(火)から

川西児童館
(758) 8398

【一歳のひろばONEだいらんど】

7月4日(木)・18日(木)。いずれも午前10時～11時▽**対**1歳の子どもと保護者▽**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

【親子で遊ぼうDAY】

7月6日(土)・25日(木)。いずれも午前10時～11時半▽**対**1～3歳の子どもと保護者▽**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

今すぐダウンロード

あなたのスマホに
「かわにし」の子育て情報が届く



子育て支援アプリかわにし版

子どもの生年月日を登録すると**健診**や**予防接種**、**イベント**などの必要な情報を取得できます
問い合わせ 子ども支援課(740)1246

下記2次元コードからアプリをダウンロード



Smile de ヌマイルド
はい！ポーズ



永田 楓馬ちゃん 萩原台西3(1歳9カ月)

パパと一緒に外でシャボン玉で遊ぶのが大好きだよ。飛行機やバスに乗るのも好きなんだ。



川原崎 由芽ちゃん 水明台2(2歳1カ月)

お外で遊ぶのは楽しいな。お兄ちゃんやお姉ちゃんと一緒に遊ぶのが好き。歌を歌うのが得意だよ。

7月子育てカレンダー

保健センター(758)4721 ※母子手帳持参

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(計10万円)を限度に助成
妊婦歯科健診			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	幼児(1歳～就学前)と保護者	26日(金)	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)	8月2・16日、9月6日(金)	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	11・25日(木)	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	平成30年8月生まれ	3・17日(水)	※対象児には事前に郵送で案内。届かない場合は問い合わせを
	1歳6カ月児	平成30年1月生まれ	8・22日(月)	
	3歳児	平成28年6月生まれ	9・23日(火)	

予防歯科センター(759)3171 ※母子手帳持参

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)	19日(金)	9:30～10:00	離乳食指導と試食、歯の話。要予約
2歳児ののびのび教室	平成29年7月生まれ	10・24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	平成30年7月生まれ	18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	平成29年1月生まれ	4日(木)	13:15～14:15	歯科健診など。直接センターへ
3歳6カ月児	平成28年1月生まれ	11日(木)	13:45～14:45	歯科健診など。直接センターへ
4歳児	平成27年7月生まれ			
5歳児	平成26年7月生まれ			

小児救急診療(15歳以下、中学生まで)

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▷土曜日…14:30～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2-10	電話相談 ☎(770) 9981	平日…20:00～翌朝6:30▷土曜日…15:00～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

こども・若者ステーション	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) 1152	☎(756) 6633	☎(759) 7799

**タンパク質は5～6カ月から大丈夫
離乳食の基準が変わりました**

厚生労働省が「離乳・授乳支援ガイド」を改訂
それぞれの子どものペースで進めることはいつの時代も同じ

今春、厚生労働省が「離乳・授乳支援ガイド(2019年版)」を発表。同ガイドは母子手帳にも掲載されていて、授乳・離乳や育児を取り巻く環境の変化などが再検証、改訂されました。変更点は、大きく二つあります。

一つ目が、赤ちゃんが初めて食べる食材は、「赤ちゃん用スプーン1さじから」という基準が定まったこと。以前は小さじ1程度とされていましたが、今回の変更で明確化されました。また、初めての食材は「1日1種類・体調がいい・よく加熱する」ということにも配慮が必要です。

二つ目が、タンパク質食材の開始時期が、貧血予防や健全な発育支援などの視点から、一部前倒しになったこと。以前は7～8カ月ごろからとされていましたが、つぶした穀類や野菜の次に、脂肪が少ない豆腐や白身魚は5～6カ月ごろから使い始められ、これに次いで固ゆで卵の卵黄(卵白は不可)も使用できるようになりました。



子育てSTYLE One Point
今月の担当は...
保健センター管理栄養士
問い合わせ ☎(758) 4721

また、アレルギーなどの症状を疑う場合は、インターネットや私見で判断せず、かかりつけ医と相談しながら対応しましょう。卵かけごはんやカルボナーラ、オムレツは半熟のため、「よく加熱された料理」には分類されません。少なくとも1歳までは食べさせないでください。

生活リズムをつけながら、子どものペースで離乳食を進めることは今も昔も変わりません。食生活の基礎作りには大切なことです。保健センターでは、乳児健診や講座で、離乳食の説明をしています。困ったことがあれば、いつでも相談してください。

- 市政情報
- 求人・募集
- 公民館
- 中央図書館
- ごみカレンダー
- セミナー
- 健康
- スポーツ
- 相談の案内
- 高齡者
- 子育て
- コラム
- ニュース