

Smile de ヌマイルド
はい！ポーズ



佐竹 樹ちゃん 萩原1(2歳1カ月)

音に合わせて踊るのって楽しいよね。自然と体が動いちゃう。プランコや砂場遊びも好きだよ。



野田 実咲ちゃん 美山台2(1歳9カ月)

お兄ちゃんが大好き。一緒におままごとをしてくれるの。卓球も教えてくれるんだよ。

7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(計10万円)を限度に助成
妊婦歯科健診		上記助成申請時に健診票配布		妊娠中1回歯科医院で受診
すくすく乳幼児相談	乳幼児(未就学児)	31日(金)	9:15、9:45 10:15、10:45	計測、育児の相談。母子手帳、バスタオル持参。要予約
母親学級	妊娠16週以降の人	7月8日(木)13:30～、14:30～ 7月10日(金)13:30～、14:30～ 2日間、1コース4回セット		オンラインで妊娠中や産後に役立つ知識の講話や実技指導
乳幼児健診	4カ月児 10カ月児 1歳6カ月児 3歳児			新型コロナウイルス感染症対応のため、1回の受診人数の制限を行います。対象月齢などを考慮して、従来と異なる形で順次実施します。 ※対象時には事前に郵送で案内。

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)	17日(金)	9:30～10:00 要予約	離乳食指導と歯の話
2歳児ののびのび教室	平成30年4～6月生まれ	8・22日(水)	9:30～10:00 要予約	むし歯チェック、育児と栄養の相談など
1歳児親子	令和元年5月～6月生まれ	16日(木)	9:30～ 要予約	親子歯科検診と栄養の話
2歳6カ月児	平成29年10月～12月生まれ			
3歳6カ月児	平成28年10月～12月生まれ			
4歳児	平成28年4月～6月生まれ	2・9日(木)	13:30～ 要予約	歯科健診(9日は栄養相談あり)
5歳児	平成27年4月～6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 伊丹市昆陽池2-10	小児科 ☎(770)9988 電話相談 ☎(770)9981	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 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	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
こども・若者ステーション ☎(740)1152	☎(756)6633	☎(759)7799

— ダンスや歌遊び、手遊びなどの動画を配信 —
おうちで親子あそび

自宅で子どもと楽しめる、ダンスや歌遊び、手遊びなどの動画を公開中。市ホームページ(下記2次元コードからアクセス可)に掲載しています。



お問い合わせ こども・若者ステーション ☎(740)1248

子育て
再開した子育て支援事業
現在の実施事業は次の通り。なお、市立保育所と市立認定こども園で行う事業の再開時期は未定です。詳しくは市ホームページで確認してください。
【こども・若者ステーション】
プレイルーム開放と出張プレイルーム、子育て相談。
☎(740)1248
【アステ市民プラザ子育て支援ルーム】
プレイルーム開放と子育て相談。

【川西児童館】
1125
遊戯室開放と子育て相談。
☎(758)8398
【久代児童センター】
プレイルーム開放と子育て相談。
☎(756)1321
指定難病・小児慢性特定疾病医療費受給者証の更新
令和2年度の更新申請は不要です。現在の有効期限が1年間延長されます。
対象者には、有効期限が延長された新しい受給者証を、5月下旬に郵送しています。届いていない人は伊丹健康

福祉事務所へ。
☎(785)7462
【キオラ親子】
7月21日(火)午前10時～11時
▽未就園児と保護者▽親子で水遊びと誕生会▽定10組
▽申込日7月1日(水)午前10時から同園へ▽☎(744)0425
【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。母子健康手帳持参)。
生後12カ月から接種可。体調の良い時に早めに接種してください。
接種回数は初回は接種する月齢・年齢により異なります。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9日(木)午前10時半～11時10分▽妊婦16週以上の妊婦や夫▽ウェブ会議システムのZoomを利用した離乳食の基本と展開の話▽定20人▽☎☎7月6日(月)までに同センターへ

だらだら食べは要注意

飲食回数の増加は歯の健康に悪影響
回数を減らすなど工夫が必要

おうちにいる時間が長くなりました。食べたり飲んだりする回数が増えていませんか？

歯垢という歯の汚れは細菌のすみか、口の中に入ってくる、糖質を栄養源にして「酸」を作り出します。その酸が、歯の成分であるカルシウムやリンを溶かして歯をもろくしてしまいます。間食が多い人や甘い飲み物をよく取る人は、むし歯になりやすくなります。また、飲食回数が増え、満腹中枢を刺激して食事が取れなくなったり、砂糖の余分な摂取により体内のカルシウムを大量に消費したりするなど健康に影響を及ぼします。

これからの季節はジュースなどの冷たい飲み物も要注意です。「100%果汁」や「糖分控えめ」など、糖分があまり入ってなさそうな飲み物でも子どもには過剰な摂取になる場合があります。2歳児の1日の必要目安砂糖量は5gです。ジュースなどに含まれる砂糖量をスティックシュガ



ー(1本3g、約12kcal)に換算すると、乳酸菌飲料1本65mlで4本分、100%果汁や幼児用果実野菜ミックス100mlで3.5本分、スポーツドリンクでも2本分になります。

ジュースの買い置きは控え、アイスキャンディーの代わりに、果物を凍らせて自然な甘みを楽しむなどの工夫をしたり、飲んだり食べた後は、歯磨きやブクブクうがいをしてください。飲食の回数や時間を減らすなど工夫して間食を楽しみましょう。

お問い合わせ こども支援課 ☎(740)1246

かわにし子育てNavi

あなた仕様にカスタマイズ
必要な時に必要な子育て支援情報を
スマホにお届けします

ダウンロード
無料

かわにし
子育てNavi

川西市子育て支援アプリ

▼詳しくはアプリダウンロードページへ

Google Play
で手に入れよう

App Store
からダウンロード