

3月の大人の健診・相談

項目	期日	時間	会場	問い合わせ・申し込み
総合健康相談(心や健康のこと)の忘れ相談	5日(木)、19日(木)	9:00~11:00	相良保健センター	予約制 健康推進課 ☎0024
	12日(木)、26日(木)		さざんか	
体組成測定会	5日(木)	10:00~11:00	相良保健センター	予約制 健康推進課 ☎0024
	12日(木)		さざんか	
こころとねむりの相談会	20日(木)	①9:00~ ②10:00~	さざんか	予約制 健康推進課 ☎0024
HIV抗体検査	7日(木)	18:00~19:40	中部健康福祉センター(藤枝市)	予約制 中部健康福祉センター地域医療課 054(644)9273
	14日(木)	9:15~11:00		
肝炎ウイルス検査	7日(木)	17:30~	中部健康福祉センター(藤枝市)	予約制 中部健康福祉センター地域医療課 054(644)9273
	14日(木)	11:20~		
精神保健福祉総合相談	5日(木)	13:30~	中部健康福祉センター(藤枝市)	費用無料、予約制 中部健康福祉センター福祉課 054(644)9281
不妊・不育専門電話相談	毎週(木)(金)(祝日休み)	10:00~15:00	県総合健康センター(三島市)	県不妊・不育専門相談センター 055(991)2006

3月の休日当番医

診療時間 午前9時~午後5時

*都合により、休日当番医が変更となる場合があります。榛原医師会のホームページからも情報を確認できます。
(http://www.haibara-med.or.jp/)

*榛原総合病院の救急外来については、直接問い合わせてください。 ☎1131

期日	開業医(榛南西部地区)	開業医(榛南東地区)
3日(木)	サガラ眼科 ☎2222	岡野内科医院 ☎1266
10日(木)	御前崎市家庭医療センターしろわクリニック ☎3211	佐故医院 ☎7010
17日(木)	酒井内科医院 ☎1100	田崎クリニック ☎8585
21日(木)	堀口外科医院 ☎5858	さかい耳鼻咽喉科医院 ☎1818
24日(木)	廣瀬医院 ☎0006	かわしりこどもクリニック ☎0555
31日(木)	藤本クリニック ☎1200	こどもクリニックおおかわ小児科 ☎6789

幼いころから親が常に先回りをして、それに従ってきた子どもは、感情やストレスを自分の力で克服した

この時期の子どもの未知の世界を冒険・探索しながら、自分にとって楽しいこと、心地良いことを探している「自分探し」の状況です。それは、もともと非常に時間がかかるものですが、周囲の大人、特に母親は、四六時中それに付き合わされるため、とてもしんどく感じてしまいます。

この時期の子どもの問題は、この時期は子ども自身がまだ自分の希望や欲求をはっきり認識できていないということです。

この時期の子どもの問題は、この時期は子ども自身がまだ自分の希望や欲求をはっきり認識できていないということです。

多くの親が直面する子育ての悩みの一つです。しかしこの時期は、子どもにとって重要な発達過程の一つで、多くの専門家が、正しく認識し適切に対応する大切さを指摘しています。

「イヤイヤ期」は、多くの親が直面する子育ての悩みの一つです。しかしこの時期は、子どもにとって重要な発達過程の一つで、多くの専門家が、正しく認識し適切に対応する大切さを指摘しています。

家族みんなで「イヤイヤ期」の大切さを理解し、お互いに息抜きの時間をつくるなど、協力して前向きに対応していきましょう。

子どもが何かに取り組み、一歩でも進歩が見えた時は、しっかりと認めて褒めてあげてください。

子どもが「自分探し」をしながら成長していくことは、「本当の自分」を獲得する基盤として、非常に重要なことである。それは、生涯にわたって自分らしく生きていく、心のたくましさにつながっていきます。

「イヤイヤ期」の対応法としては、そうした状況を踏まえ、子どもに辛抱強く向き合うことが大切です。

このころから、対処法を学んでいってほしい。そのため、思春期になって自分自身で解決すべき課題に直面したとき、対処できず困り果ててしまっています。

保健師 増田洋美

Message お知らせ

厳しい寒さが続きますね。寒い冬こそ脂肪は燃えやすいです。外に出て体を温める運動をしてみましょう(´0´)

3月の子どもの相談・健診・予防接種・講座

項目	期日	時間	会場	対象	持ち物など	問
母子健康手帳の交付(妊婦健康相談)	4日(木)、18日(木)	9:00~11:00	☎	妊婦	妊娠届出書、個人番号カードまたは通知カード 都合がつかない人は連絡してください	健
	11日(木)、25日(木)		☎			
赤ちゃん相談	8日(木)	9:00~10:30	☎	生後2カ月~7カ月未満	母子健康手帳、アンケート	健
7か月児健康相談	5日(木)	9:00~9:30	☎	平成30年7月生まれ	母子健康手帳、アンケート	健
1歳児健康相談	19日(木)	9:00~9:30	☎	平成30年2月生まれ	母子健康手帳、アンケート	健
1歳6か月児健診(満年齢)	1日(木)	13:00~13:30	☎	平成29年7月、8月生まれ	母子健康手帳、アンケート	健
2歳児歯科健診	12日(木)	13:00~13:30	☎	平成29年2月、3月生まれ	母子健康手帳、アンケート	健
2歳6か月児歯科健診	4日(木)	13:00~13:30	☎	平成28年8月、9月生まれ	母子健康手帳、アンケート	健
3歳児健診(満年齢)	14日(木)	13:00~13:30	☎	平成28年1月、2月生まれ	母子健康手帳、アンケート	健
3歳6か月児歯科相談	20日(木)	8:30~10:00	☎	平成27年8月、9月生まれ	母子健康手帳、アンケート	健
4歳児歯科相談	20日(木)	8:30~10:00	☎	平成27年2月、3月生まれ	母子健康手帳、アンケート	健
予防接種説明会	1日(木)	10:00集合	☎	平成31年1月生まれの子の保護者	母子健康手帳 出生時の配布資料	健
	11日(木)	13:00~13:30	☎	平成30年9月生まれ	母子健康手帳 予診票、体温計	健
18日(木)	☎					
BCG予防接種	11日(木)	13:00~13:30	☎	平成30年9月生まれ	母子健康手帳 予診票、体温計	健
日本脳炎	「日本脳炎1期」予防接種は個別接種となります。各医療機関に予約してお出掛けください。					健
離乳食教室(要予約)	15日(木)	9:50集合	☎	4~6カ月児の保護者	母子健康手帳、アンケート	健
家庭児童相談室	月~金曜日 *祝日は休み	9:00~16:00	☎	18歳未満の子の保護者など	事前に電話連絡	子
ブックスタート	19日(木)	13:00~13:30 受付	☎☎	平成30年11月生まれ	母子健康手帳、パスポート、 参加費:100円(本代)	子様

*1歳6か月健康診査および3歳児健康診査は、対象年齢に達してから受診してください。

会場/☎:健康福祉センターさざんか ☎:相良総合センターい〜ら ☎:相良保健センター ☎☎:相良B&G海洋センター
☎☎☎:子育て支援センター榛原(さざんか) ☎☎☎:子育て支援センター相良(い〜ら) ☎☎☎:榛原文化センター
問い合わせ/健:健康推進課 ☎0024 子:子ども子育て課 ☎0071 子様:子育て支援センター榛原 ☎0174
社:社会福祉協議会 ☎3500

静岡こども救急電話相談

子どもが急な病気で心配なとき、看護師や小児科医が電話でアドバイスします。毎日午後6時から翌朝8時まで。(年中無休)
▶#8000……ブッシュ回線の固定電話、携帯電話
▶054(247)9910……ダイヤル回線の固定電話、IP電話

志太榛原地域救急医療センター

▶所在地 藤枝市瀬戸新屋362-1(静岡県藤枝総合庁舎横)
▶診療時間(年中無休) 午後7時30分~午後10時
*金・土・日曜日は翌日午前7時まで。
▶診療科目 内科(3月の土曜日は午後10時まで)、小児科
▶持ち物 保険証、各受給者証、服用中の薬 ▶問い合わせ 054(644)0099