

健康づくり課母子保健担当 (☎ 594-5544)

※保健センター(栄市民活動交流センターB棟3階)
 ※こども商品券のお問合せは、子育て支援課子育て支援担当 (☎ 594-5537) へ
 ※東側とは高崎線から東側の地域、西側とは高崎線から西側の地域を指します

母子保健のご案内

事業名	内容・対象者	日時	場所	その他
乳児健診	内 心臓病や股関節の異常等の早期発見、運動発達の検査 対 令和7年11月生まれのお子さん	3月19日(木)	保健センター	時 13:10~14:10 持 母子健康手帳、健康診査票、バスタオル 申 対象児以外は健康づくり課へ。 他 離乳食講習を同時実施しています。
1歳6か月児健診	内 内科健診、歯科健診等 対 令和6年8月生まれのお子さん	東側 3月12日(木)	保健センター	時 13:10~14:10 持 母子健康手帳、健康診査票、バスタオル 申 対象児以外は健康づくり課へ。 他 対象児の保護者にこども商品券を配布
		西側 3月16日(月)		
3歳児健診	内 内科健診、歯科健診、尿検査 対 令和4年9月生まれのお子さん	東側 3月9日(月)	保健センター	時 13:10~14:10 持 母子健康手帳、健康診査票、バスタオル、目と耳のアンケート、早朝尿 申 対象児以外は健康づくり課へ。 他 対象児の保護者にこども商品券を配布
		西側 3月10日(火)		
9か月児育児相談	内 身長・体重測定、運動発達・離乳食・育児の心配ごとの相談等 対 令和7年6月生まれのお子さんがある母親または家族	4月6日(月) (予約制)	保健センター	時 10:00~10:30 持 母子健康手帳、バスタオル、9か月または10か月児健康相談票
乳幼児育児相談	内 身長・体重測定、運動発達・食事の相談、育児の心配ごとの相談等 対 0~3歳児健診前のお子さんがある母親または家族で希望する人	4月6日(月) (予約制)	保健センター	時 13:10~14:40 持 母子健康手帳、バスタオル 申 予約制。健康づくり課へ電話、直接またはQRコードから。
マタニティセミナー後期	内 出産の準備(呼吸法等)、あかちゃんのお風呂の入れ方(実習) 対 妊娠28週以降の妊婦と家族で希望する人	4月18日(土) (予約制)	保健センター	時 9:30~12:00 定 8組(先着順) 持 母子健康手帳 申 4月10日(金)までに健康づくり課へ電話または直接。

3月の乳幼児育児相談、9か月児育児相談は、広報きたもと2月号(QRコードから)に掲載してあります。

〈広告〉

北本みなみ幼稚園 あんぱんまん親子教室

園庭には、ヤギさんウサギさんも待っています。木陰で体操や親子のふれあい遊びをしたり、遊具や砂場に親しみます。絵本の読み聞かせもありますので遊びに来てください。

〈場所〉北本みなみ幼稚園 園庭またはホール(猛暑時) 〈時間〉10:30~12:00
 〈対象〉1~3歳のお子さんと保護者 〈持ち物〉水筒・上履き(音楽ホール使用日)
 〈日程〉全5回 5/27(水)、6/3(水)、6/17(水)、7/8(水)、10/15(木) ※雨天中止
 〈申し込み方法〉直接幼稚園窓口またはお電話にて ☎ 048-591-2280

あなたのこころ、疲れていませんか

健康づくり課母子保健担当 (☎ 594-5544)

ストレスや悩みは誰にでもあり、それが重なった結果、自殺に追い込まれるという危機は誰にでも起こりうることです。自分や身近な人のこころのサインに目を向けてみませんか。身近な人の様子がいつもと違うと感じたときは、声をかけてみてください。悩みがある人、困っている人は、1人で抱えずに誰かに相談してみましょう。悩みや不安を少しでもやわらげることができるかもしれません。

悩みや不安に寄り添う催し

① 自殺予防街頭キャンペーン

時 3月6日(金) 17:00~18:00
 場 北本駅前
 内 とまちゃんと一緒に啓発品などを配布します。



② ゲートキーパー養成講座

時 3月13日(金) 14:00~15:30
 内 悩んでいる人に気づき、声をかけてあげられるゲートキーパーになってみませんか。

③ こころの健康講座

がんばりすぎなあなたへ。脳とこころを休ませる「攻めの休息」のススメ
 時 3月18日(水) 14:00~15:30
 内 「休息の技術」を学びましょう。

②③共通

主催 NPO法人メンタルレスキュー協会、産業カウンセラー、うつ・惨事専門カウンセラー 香川武久さん
 場 市役所 定 30人(先着順)
 申込②は3月11日(水)、③は16日(月)までに健康づくり課母子保健担当(☎ 594-5544)へ電話または直接。

相談先

すぐには解決できないかもしれませんが、でも、まずは相談してみてください。一緒に考えていきましょう。

※相談は無料です。別途通話料がかかる場合があります。
 ※曜日や時間帯によっては、電話が繋がりにくい場合があります。

相談窓口	対応する悩み	電話番号等	開設時間
埼玉いのちの電話	こころの悩み	048-645-4343	24時間 365日
よりそいホットライン	悩み全般	0120-279-338 ※050から始まるIP電話は050-3655-0279におかけください	24時間 365日
こころのさぽーと@埼玉	悩み全般	LINE相談	毎日 19:00~23:00 受付は 22:30まで
さいたまチャイルドライン	18歳までの相談	0120-99-7777 18歳までの子ども専用電話	毎日 16:00~21:00
県立精神保健福祉センター	こころの悩み、大切な人を自死で亡くされた方の悩み	・来所相談予約 048-723-6811 ・電話相談「こころの電話」 048-723-1447	月~金曜日(祝日除く) 9:00~17:00
北本市健康づくり課母子保健担当	悩み全般	048-594-5544	月~金曜日(祝日除く) 8:30~17:00
鴻巣保健所精神保健担当	悩み全般	048-541-0249	月~金曜日(祝日除く) 8:30~17:00

〈広告〉

創業30年の信頼と実績

外壁・屋根 塗装

ニチエー塗装
0120-137-156

営業時間: 8:00-17:00 定休日: 日曜日・祝日

〒363-0025 埼玉県桶川市下日出谷943-228
TEL: 048-786-0004 FAX: 048-591-5613
https://nichiee-tosou.com

外壁塗装は直接依頼が断然お得で安心
 地域密着 直接取引 良心的価格

専門店

小川家具

since 1945

北本市北本2-137 公式 WEB

☎ 048-591-3517