

子ども子育て

予防接種等保健衛生事業は健康ガイドへ

子どもと読書に関する講座 親子で楽しむ 春の植物観察

時3月25日(土)午後2時～4時
所公民館緑分館講大石征夫さん(森林インストラクター)
対市内在住・在勤・在学の小学生以上の方(小学校3年生以下は保護者同伴)定20人(申込順)申3月2日から、電話または直接、図書館緑分室(☎042-387-7302)へ

ひがし子ども囲碁教室

時4月1日～令和6年3月30日の土曜日午前10時～正午(全50回)所公民館東分館講小金井つろの会対市内在住・在学の小学生定10人(多数抽選)他レベル別のクラス編成指導です申3月15日(必着)までに、往復はがきに住所・参加者と保護者の氏名(ふり

ひな人形を 展示しています

桃の節句ひな祭りの季節に伴い、小金井宮地楽器ホールで、ひな人形を展示しています。

市観光大使であり、和紙絵画・押絵作家の福田奈奈子さんの手作りによる作品です。

一足早い春の訪れを感じさせる、素敵なおひな人形をぜひご覧ください。

所 小金井 宮地楽器ホール1階入口
■ 展示期間 3月3日(金)まで
問 広報秘書課広報係(☎042-387-9803)



展示の様子

がな)・学校名・新学年・電話番号を明記し、公民館東分館「ひがし子ども囲碁教室係」(〒184-0011東町1-39-1 ☎042-384-4422)へ

子ども家庭支援センター

「講座保育ボランティア募集」
保育付き講座の保育(1～3歳)や多胎児のついででボランティアをしていただけると、子どもが好きな方を募集します。

時4月～令和6年2月午前10時～11時30分(月1～2回程度)ボランティア期間は相談可。事前ミーティングあり)申電話または直接、問合先へ

【エンジェル教室】

リズム遊び、離乳食の話、同じ地域の方との交流等を通じて育児を学びます。

時①4月13日・27日②5月11日・25日③6月8日・22日いずれも木曜日午前10時～11時30分※2日間コース対おむね5か月児と保護者申①3月1日②4月1日③5月2日か

ら、電話または直接、問合先へ
「1歳児のお母さんのグループワーク」
「いよいよだのどおとしごろ」をテーマに、ミーティング形式で子どもへのかかわりを考えます。

時4月～9月の第2金曜日午前10時～11時15分(8月を除く。全5回)対令和3年4月～4年1月生まれの子ともと保護者定6組(多数抽選)他保育あり申3月15日までに、電話または直接、問合先へ

「2歳児のお母さんのグループワーク」
「魔の2歳児と呼ばれる時期をどう過ごす?」をテーマに、ミーティング形式で子どもとの向き合い方を考えます。

時4月～9月の第3金曜日午前10時～11時15分(8月を除く。全5回)対令和2年4月～3年3月生まれの子ともと保護者定6組(多数抽選)他保育あり申3月15日までに、電話または直接、問合先へ

「カルガモ教室」
身体を動かす運動遊びや親子の交流・育児情報の提供を行います。
時4月26日(水)、5月24日(水)午前10時～11時30分(全2回)対令和4年2月～6月生まれの子ともと保護者定10組(多数抽選)申3月22日までに、電話または直接、問合先へ

健康課(保健センター)
☎042-321-1240
〒184-0015
貴井北町5-18-18

両親学級

時4月22日(土)午前9時15分～11時45分所保健センター
内妊娠、出産、育児の話、沐浴実習等対おむね16～27週の妊婦・パートナーの方(妊娠週数は目安です。初産婦の方のみ)定44人(各家庭2人可。申込順)申3月1日から、電話で健康課へ

「児童扶養手当の支給」
3月期分1～2月分
振込日3月10日(金)
振込日以降、通帳でお確かめください。金融機関によっては2・3日遅れる場合があります。

次のような場合には、ご連絡ください。▽振込日以降、7日を過ぎても振り込まれない場合▽氏名、住所、口座を変更した場合▽施設に入所した場合▽子育て支援課手当助成係(☎042-387-9839)

子どもの笑顔をみんなで守る
虐待かな?と思ったら
(通告・相談)
・連絡は匿名で行うことも可能です
・連絡者や連絡内容に関する秘密は守られます
▽子ども家庭支援センター(相談窓口)
☎042-321-3146(月曜～土曜)午前9時～午後5時
▽児童相談所虐待対応ダイヤル(緊急時)
☎1-800-1-8009
※お近くの児童相談所につながります
※☎1-800がつながらない場合は、☎0120-189-783へ

健康ガイド
健康課(保健センター)
☎042-321-1240
〒184-0015
貴井北町5-18-18

離乳食教室

「1回食への進め方」
時4月11日(火)午前10時30分～11時15分、11時30分～午後0時15分対おむね4～5か月児の保護者

「2回食への進め方」
時4月11日(火)午後2時30分～3時45分対おむね6～7か月児の保護者

「3回食への進め方」
時4月7日(金)午後1時30分～2時45分対おむね8～11か月児の保護者

「共通」
所保健センター内歯科衛生士による講義など定各回10人(申込順)他親子同室です申3月1日から、電話で健康課へ

7か月児の保護者

お腹が痛い

「お腹を開いて直接見れば、痛みの原因が100%わかる」と思いませんか?と、私が医師になったばかりのころに先輩の先生に問われたことがあります。みなさんはどう思いますか。

「お腹が痛い」の原因は非常にさまざまです。いつから、どこがどんな風に痛むのか、何をすると痛みが増すのか、といった問診を通して医師は痛みの原因が何かを大体絞り込むことができます。そのうえで胃カメラ、大腸カメラ、CT検査で痛みの原因を突き止めるわけです。

しかし、これらの検査でも痛みの原因が何も見つからない場合もあります。胃や腸の動きの異常で痛むことがあるのです。覚えにくい名前ですが「機能的ディスペプシア過敏性腸症候群」という診断をつけることができます。

お腹の痛みの診断は難しいことがたくさんあります。原因を探するために、痛みについてできるだけ詳細な情報を医師に伝えてください。そのうえで、正確な診断のためにはある程度の検査も必要です。困った痛みがある時には、かかりつけの医師にご相談ください。

小金井市医師会
小林 小の実