

とき 11日(金)①10時～10時40分
②11時～11時40分

離乳食教室

とき	とき	医療機関
1日(火)	8時30分～17時30分	三原市医師会休日夜間急患診療所(宮浦一丁目) ☎0848・67・7040
2日(水)	9時～12時、13時～16時	三原赤十字病院(東町二丁目) ☎0848・64・8111
3日(木)	9時～12時、14時～16時30分	興生総合病院(円一町二丁目) ☎0848・63・5500
14日(月)	8時30分～17時30分	三原市医師会休日夜間急患診療所(宮浦一丁目) ☎0848・67・7040

年始・祝日の小児科救急当番医院



対象 7～11カ月児と保護者

●ベビーサロン

とき 24日(木)10時30分～11時40分
ところ サン・シープラザ4階
内容 ふれあい遊びなど

母子保健推進委員さんと遊ぼう
対象 乳幼児と保護者
用意する物 母子健康手帳
※希望者は直接、会場へ。
問い合わせ先 保健福祉課 ☎0848・67・6061



子育て支援センターでの相談
とき・ところ ①10日(木)・紅梅認定こども園②18日(金)・大和保健福祉センター③29日(火)・久井認定こども園
※受け付けは①③10時～11時②9時30分～11時。
内容 身体測定、育児・栄養・歯科相談、遊びの広場

対象 乳房ケアの話、卒乳の相談

●母乳相談

とき 9日(水)・23日(水)10時～12時、13時～15時のうち1時間
ところ サン・シープラザ3階

ハッピーランド
とき 10日(木)・17日(木)10時～11時45分、13時～14時45分
ところ サン・シープラザ4階
内容 子育ての相談、親子遊びの紹介など
対象 おおむね2歳までの子と保護者
※希望者は直接、会場へ。



子育て世代包括支援センター
すくすくは子育て世代の悩みを解決する身近な相談窓口です。
対象 未就園児と保護者
※希望者は直接、会場へ。
問い合わせ先 久井保健福祉センター ☎0847・32・8551

こんにちは 保健師です
子どもが変わる対応のコツ

わが子の困った行動にイライラしてつい叱ってしまったことはありませんか。こうした出来事が繰り返されると、子どもは自信喪失、親は自己嫌悪、困った行動は収まらないという「負の循環」に陥ることがあります。

子どもの好ましい行動に注目し、褒めるなどの肯定的な接し方で、子どもの困った行動を減らす「ペアレント・トレーニング」という方法があります。その一部を紹介します。

まず、子どもの行動をよく観察し、好ましい行動を見つけて褒めます。タイミングは、始め・途中・終わった時です。子どもと視線を合わせて、笑顔で、穏やかに、短い言葉で褒めましょう。その子がどんな褒められ方が好きかをあらかじめ知っておくことも大切です。コツは「結果」ではなく、あくまで「行動」を褒めることです。また、困った行動には過剰に反応しないことも大切です。

市ではペアレント・トレーニングの詳しい内容を紹介しています。興味のある人は保健福祉課 ☎0848・67・6359)までご連絡ください。

三原市保健師 なかもときょうこ 中元恭子

対象 出産前後の人
定員 各4人(申し込み先着順)
用意する物 母子健康手帳
申込期限 相談日の前日まで
●産後セルフケア教室
とき 16日(水)10時～12時
ところ サン・シープラザ4階
対象 産後5カ月までの人
定員 5人(申し込み先着順)
用意する物 母子健康手帳
申込期限 開催日の前日まで
●マタニティスクール
とき 17日(木)10時～12時
ところ サン・シープラザ3階
内容 妊娠中の生活や出産の話、栄養講座

対象 妊娠5カ月以降の人
定員 15人(申し込み先着順)
用意する物 母子健康手帳
申込期限 開催日の前日まで
申し込み・問い合わせ先 すくすく ☎0848・67・6217)
ひとり親家庭への修学資金・就学支度資金の貸し付け
対象 来年度、高校や大学などへ進学する子がいるひとり親家庭または父母のいない家庭
※他団体から同種の貸し付けを受けている場合は対象外です。
申し込み・問い合わせ先 子育て支援課 ☎0848・67・6045)