

講座・公演

「特別支援教育の視点から考える身近な支援」

お子さんの困り感に寄り添うために特別支援教育の視点から家庭の中でできる支援の方法について、具体例やポイントを交えてお話しします。

日 2月3日(金)午前10時～11時30分

場 市民センター 2階

講 植村芳美氏(東村山市特別支援教育専門家チーム委員)

問 子ども・教育支援課

市民公開講座 ママとパパ、そして、おじいちゃん、おばあちゃんも知っておきたい「身近な感染症とその予防ー最新のワクチンの事情ー」

予防接種について皆さんはどのくらいご存知ですか。

どのような病気を予防しているか、接種すれば一生病気にはかからないのか、赤ちゃんの頃からお付き合いの予防接種について、この機会に家族で学んでみませんか。

日 2月4日(土)午後2時～4時(午後1時30分受付開始)

場 いきいきプラザ3階「マルチメディアホール」

人 市内在住のかた、70名程度

講 岡部信彦氏(川崎市健康安全研究所所長)

申 不要、直接会場へ

主催 東村山市医師会、東村山市

問 子育て支援課

多文化共生 市民講座 「熊本多言語支援センターの活動を通じてー情報作成から発信までの体験談とワークショップー」

熊本地震の際に多言語支援センターで実際に活動した講師の経験談を聞き、その後のワークショップで事例を用いながら災害時の多言語情報発信について学びます。

日 2月18日(土)午後2時～4時

場 市民センター 2階

人 先着25名

講 中西健一郎氏(多文化共生マネージャー)

申 問 1月18日(水)～2月10日(金)に電子申請又は電話で市民相談・交流課へ

単発講座 「声を磨こう パート2」

腹式呼吸を使い、正しい発音と自分らしい魅力ある声を身につける講座です。

深い呼吸で心身の健康を目指すボイストレーニングを体験してみましょう。

日 2月16日(木)・23日(木)午後1時30分～3時30分(全2回)

場 中央公民館

人 市内在住・在勤・在学のかた、40名 ※応募者多数の場合は抽選

講 三好草平氏(東京都合唱連盟事務局長)

持 室内履き

託 1歳～就学前の幼児、4名(要予約、おやつ・飲み物持参)

申 電子申請又は往復はがきに必要事項と特記事項を明記し、2月8日(必着)までに中央公民館(〒189-0014本町2-33-2)へ

特記事項 年齢、託児希望のかたは幼児名(ふりがな)・年齢(月齢)

問 中央公民館(☎395-7511)

笑顔あふれるまち 東村山土曜寄席 in 富士見

公民館では「笑顔あふれるまち」を目指して土曜寄席を開催しています。ご来場をお待ちしています。

日 3月4日(土)午後2時開演(午後1時30分開場)

場 富士見公民館(富士見町5-4-51)

費 1,000円(全席自由)

出演 柳家蝠丸ほか

チケット販売 1月18日(水)午前9時から各公民館で販売

電話予約 1月18日(水)午前9時から中央公民館で受付

託 1歳～就学前の幼児、先着4名(要予約、おやつ・飲み物持参)

主催 文化庁

制作 公益社団法人落語芸術協会

共催 東村山市教育委員会



柳家蝠丸

問 中央公民館(☎395-7511)

子育て支援課から

子育て支援課(いきいきプラザ3階)

2月の乳幼児健康診査

Table with 4 columns: 健診名, 対象生年月日, 日程, 受付時間. Rows include 3~4か月児健康診査, 1歳6か月児健康診査, 3歳児健康診査.

場 いきいきプラザ2階

※対象者にはすでに通知しました。通知のないかたはお問い合わせください。

平日版ハローベビークラス(全3回)

Table with 4 columns: プログラム, 内容, 日時, 講師. Rows include 栄養ばっちり&交流編, いい歯でニコニコ&育児の練習編, 出産準備編.

人 妊娠16~32週の安定期のかた

場 いきいきプラザ2階 ※3/7はいきいきプラザ1階「運動指導室」(動きやすい服装でお越しください)

持 2/3母子手帳・お箸・マタニティ食事レッスンの冊子(母子手帳交付時に配布) 2/14母子手帳・歯ブラシ・コップ・手鏡 3/7母子手帳

申 不要、直接会場へ(1回のみ参加可)

土曜日版ハローベビークラス(両親学級)

Table with 3 columns: 対象, 日時, 講師. Row: 妊娠16~32週の安定期のかたとパートナー、先着20組, 2月18日(土)午前9時30分~正午(15分前から受付開始), 助産師 保健師

内 お産の進み方など助産師の話、沐浴実習、妊婦体験など

場 いきいきプラザ2階

持 母子手帳、平日版に参加されたかたは「ママパパ学級」の冊子

申 1月23日(月)~2月10日(必着)(下段申し込み方法参照)

特記事項 2人の氏名(ふりがな)・出産予定日・出産回数(初産/経産)

パパママ講座(ハローベビークラス特別版)

Table with 2 columns: 対象, 日時. Row: 妊娠16~32週の安定期のかたとパートナー又は第1子(3~5か月頃)のお子さんとパパママ, 2月4日(土)午前10時~正午(10分前から受付開始)

場 子育て総合支援センター「ころころの森」(野口町1-25-15)

内 親子の触れ合い遊びを学ぶあやうた講座(臨床心理士)、子育て中のパパママとこれからパパママになる方々の語り合い

申 電話又は直接ころころの森(☎395-7280)へ

2月の乳児学級(栄養編)

Table with 3 columns: 学級名, 対象, 日時. Row: 乳児学級, 生後8か月~1歳2か月未満のお子さんと保護者、先着30組, 21日(火)午後1時30分~2時45分(15分前から受付開始)

内 月齢に応じた離乳食の進めかたの話、大人メニューからの取り分け方法(保護者向け試食あり)

場 いきいきプラザ2階 持 母子手帳

講 管理栄養士、保健師

申 1月23日(月)~2月10日(必着)(下段申し込み方法参照)

特記事項 お子さんの生年月日・離乳食の回数・アレルギーの有無(食品名)

ぱくぱく離乳食

Table with 3 columns: 対象, 日時, 講師. Row: 離乳食を始める親子・始めたばかりの親子、先着20組, 2月24日(金) 午前10時30分~11時45分(15分前から受付開始), 管理栄養士 保健師

内 離乳食の始め方・進め方の話、離乳食の調理方法(保護者向け試食あり)、乳児期の特徴と事故防止について

場 いきいきプラザ2階 持 母子手帳

申 1月23日(月)~2月10日(必着)(下段申し込み方法参照)

特記事項 お子さんの生年月日・離乳食の回数

申し込み方法 教室名・住所・氏名(ふりがな)・電話番号と特記事項を明記し、電子申請、往復はがき又は、直接子育て支援課(いきいきプラザ3階)へ

必要事項「講座名(検診名など)・住所・氏名(ふりがな)・電話番号」・特記事項(詳細は最終面参照) ※消せるボールペンは使わないでください。

コラム

医師会

子どもの切れ痔

切れ痔は大人の病気だと思われがちですが、実は子どもにも多くみられ、お母さんがたが子どもの排便時に便の表面やティッシュに血液が付着することを心配してよく来院されます。便秘による硬い排便が切れ痔の原因です。子どもは肛門周辺の皮膚粘膜が弱いため、力を入れて硬い排便をすると皮膚粘膜が裂け、この状態を裂肛ともいいます。切れ痔は特に女兒に多く発症し、部位は時計でいう12時方向に多くみられます。

切れ痔が長引くと切れた部位の傷が盛り上がり肛門の縁にしこり(skin tag)ができる場合があります。このしこりを心配して受診されるお母さんがたも少なくありません。切れ痔はつらい痛みを伴いますが、子ども(特に乳幼児)は自分で痛みを訴

えることが困難です。切れ痔を繰り返し肛門の裂傷が深くなると、さらに排便痛が強くなり、排便を我慢することにより便秘が助長されるという悪循環となります。おむつの交換の際に便とおしりの状態をよく確認し、大人が気付いてあげることが重要です。

自然に治癒することもあります。頑固な切れ痔の治療法としてはまず肛門部を清潔に保ち、繊維質を含む食事を多くとることや、緩下剤の服用で便性を柔らかく維持することが大切です。場合によっては痛みを緩和する塗り薬を使用することもあります。子どもの切れ痔に伴う排便痛や便秘が疑われる際は早めに医療機関を受診し、医師に相談しましょう。 東村山市医師会