

妊娠



出産



乳幼児期



### ネウボラって？

フィンランド語で「相談する場所」が日本語に近い意味。フィンランドでは、「ネウボラ」として、かかりつけの担当者や専門職が、妊娠期から就学期まで切れ目なくサポートしています。

【電話相談／仙北市保健課】《固定電話》 ☎ 55-1112 《携帯電話》 📞 080-2813-0835



## 「ママと赤ちゃんのふれあい講座」をご紹介します

### 内容

- ベビーマッサージと交流会／毎月1回  
「ベビーマッサージ」【講師】黒丸寿美子氏
- 赤ちゃんの救急法、ベビーヨガと交流会／年3回  
「赤ちゃんの救急法」  
【講師】稲岡一枝氏・根田めぐみ氏（日本赤十字社秋田県支部）  
「ベビーヨガ」【講師】黒丸寿美子氏
- 交流会  
参加しているママたちが育児の情報共有や仲間づくりができるような工夫がされています。「管理栄養士・保健師との離乳食の情報交換」や「在宅保育士から育児のポイント」の時間を新たに設けました。

**対象児** 2か月後半から12か月程度

**日時** 日時は毎月1日号広報に掲載しています。

**個人通知** 赤ちゃん訪問時、対象となる月、4か月児健診時

### 4月10日に参加した9組のママにお話を伺いました

① ママと赤ちゃんのふれあい講座を申し込んだきっかけは？

▶お知らせをもらって、楽しそうだなと思って ▶お知らせがきたから ▶マッサージに興味があったから ▶4か月児健診での紹介 ▶お手紙（個別のお知らせ） ▶広報を見て ▶気分転換（母子とも）になると思って ▶子どもともっとふれあいたいと思ったか

ら ▶家ではなかなかできない遊びやマッサージをしてみたいと思ったから ▶他の方々と接する機会がないと思ったから

### ② 講座の感想

▶あつという間で楽しく過ごすことができた ▶歌を歌いながらマッサージはとても楽しかった。また参加したいと思う ▶普段お兄ちゃんがいる、赤ちゃんとゆっくり向き合うことが難しいのでとてもよい機会になった ▶オイルを使ったりしてリラックスできて、楽しかった ▶何度か参加しているが、少しずつ変わるので、大変勉強になる ▶寝返りしながらもマッサージした。ゆっくりしたかったあ～（途中でミルクを飲ませたので） ▶便秘に効くマッサージ等を教えてもらってとても参考になった ▶家でもやりたいと思った



ママの声かけに楽しそうな笑顔。



赤ちゃんも気持ちよさそうにふれあいのひととき。

参加していただいた赤ちゃんが笑顔になるとママも自然と笑顔になるのがとても印象的でした。赤ちゃんを育てているママだけでなく家族の皆さんの見学や参加をお待ちしています。

## 麻しん（はしか）の感染に注意！

沖縄県では、3月20日に海外渡航者が麻しん（はしか）と診断されてから5月7日まで計91人と感染が広がっています。また、愛知県でも4月12日から5月7日までに17人の発症例が報告されています。ゴールデンウィークを機会に全国で麻しん（はしか）発症増加が予測されています。

麻しん（はしか）の予防接種をしていない場合は、早めに接種されることをお勧めします。

● 症状／感染約10日後に発熱や咳、鼻水といった風邪のような症状が現れます。2～3日続いたあと、39度以上の高熱と発熱と発疹が出現します。

### ● 定期予防接種

▽ 1期／1回、2期／1回（1期1回、2期1回）

▽ 1期／1歳から2歳未満の間

▽ 2期／小学校就学前の1年間（1期終了していること）