

竜崎温泉温水プール指導日  
(8月21日～9月20日)

実施日	
8月	24日(木)、30日(水)、31日(木)
9月	6日(水)、7日(木)、13日(水)、14日(木)、20日(水)

※ 65歳以上の方の介護予防や健康づくりを目的とした水中運動の指導を行っています。  
指導時間は午前10時～午後3時30分です。  
実施日等は事情により変更することがあります。

◆お問い合わせ

介護保険課 地域包括支援センター  
☎0820 (73) 5506

で検索)

※当日、市販の飲食物の持ち込みは出来ません。(水筒の持ち込みは可能です。)

■問い合わせ  
担当・あいら

☎090 (3590) 8113

周防大島町生改連研修会  
「防災・減災を学ぼう」

■日時

9月11日(月)午後2時～4時

■会場 東和総合センター

■内容 日本赤十字社から講師をお招きし、災害の基礎知識と備えの講習、避難所等で

役立つ技能の実習を行います。

※動きやすい服装でお越しください。

■定員 40名程度

■参加費 無料

■申し込み 8月25日(金)までに事務局へお申し込みください。

■主催 周防大島町生活改善実行グループ連絡協議会

■参加申込

周防大島町生改連事務局  
(農林課内)

☎0820 (79) 1002

お元気で  
すか？

こちらは  
保健師です

子育て中のお母さんたちへ

みなさんこんにちは。育児休業から復帰し、4月から再び母子保健担当として毎日忙しく町内を走り回っています。

母子保健担当の保健師は、安心して出産できるよう妊婦さんからの関わりを大切にしています。出産後もご自宅を訪問し、赤ちゃんの体重の増えは良いか、育児不安はないか、お母さんからゆっくり話を聞かせてもらっています。私自身、育児の大変さや楽しさ、子どもの成長の喜びなど、子育て中だからこそ共感できることも多く、職場復帰して何カ月か経ちますが、毎日どこかで、かわいい赤ちゃんの顔を見ることができて、幸せな仕事だなあと改めて実感しています。

その他、育児相談や幼児健診の場で、たくさんのお母さんたちとお会いする機会があります。子ども

周防大島町保健師

中本 奈美

(健康増進課 健康づくり班)

の発育・発達は、一人一人違います。子育てに悩んだ時は、どうか一人で抱えず、保健師に声をかけてください。まずはゆっくりお話しを聞かせてもらいたいと思います。

平成28年度に周防大島町で生まれた赤ちゃんは、43人。とても少なく、びっくりしてしまつたのですが、だからこそ、保健師は、頑張っているお母さんたちの身近な子育て応援団として、これからも、人と人とのつながりを大事にしながら、地域で活動していきたいと思ひます。



◆お問い合わせ

健康増進課 健康づくり班  
☎0820 (73) 5504