



こんにちわ♪毎日、育児お疲れさまです。南風原町では、育児中のママ・パパを応援するサービスや制度がたくさんあります。そのサービスをもっと多くのママ・パパに知ってほしくて子育て通信を始めました。ぜひ、ご覧になって役立ててくれたら嬉しいです★

☆すくすく子育てコラム☆

Q. 新型コロナウイルスやインフルエンザなど流行していますが、感染症の予防方法がありますか？

A. 日頃からバランスのとれた食事や生活リズムを整えて、感染症対策をしっかり行いましょう！

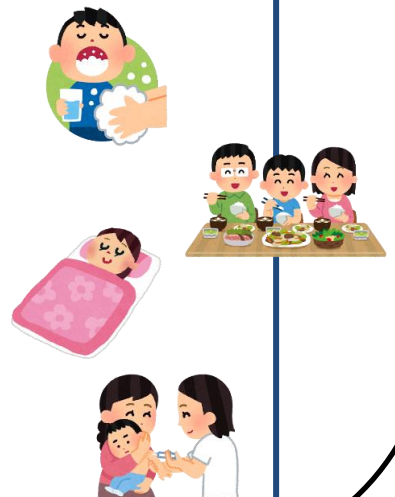
【子どもは免疫の学習をすることで、感染に強い体を作っていく】

子どもは生まれて6ヶ月頃までは、お母さんからもらった抗体で自分の体を守り、その後は、病気にかかることで、抗体をつくる『免疫の学習』をして、感染に強い体を作っていきます。そして、4歳頃には、大人並みの抗体を作る力『免疫力』を獲得します。



対策

- ・人混みは避ける
→くしゃみや咳のしぶきは2m飛ぶといわれています。人混みをできるだけ避けましょう。
- ・マスク着用、手洗い・うがいの徹底
→顔や口元を触れる機会が多い手はきれいにしましょう。
- ・保湿・水分補給
→粘膜が乾くと粘液がでないため、保湿・水分補給をして粘膜を保護します。
☆加湿器の使用や、ぬれたタオルを部屋に干すことも室内の乾燥を防ぎます。
- ・バランスのとれた食事をする
→粘膜をつくる材料になります。また血液中の白血球やリンパ球をどんどん作り出します。
- ・早寝早起きをして免疫力の回復へ
- ・体を温めて、保温する
→血液やリンパの流れをよくします。
- ・予防接種を受ける
→あらかじめ、予防接種で抗体をつくらせておくことで、感染症にかかりにくくなります。



☆3月乳幼児健診☆

3月に予定していました乳幼児健診（乳児健診、1歳6ヶ月児健診、2歳児健診、3歳児健診）は、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、延期または中止となりました。

今後の健診日程については、南風原町役場のホームページに掲載予定ですので、そちらをご確認ください。

健診に関するお問い合わせ先 南風原町役場 保健福祉課(ちむぐる館) : 098-889-7381



☆予防接種のこと☆

『定期予防接種』接種忘れありませんか？ 進級する前に接種忘れがないか確認しましょう♪



定期予防接種には、期限が決まっていますので、親子健康手帳を確認し、接種忘れがないか確認をお願いします。

まだ、接種していない定期予防接種がありましたら、予診票（予防接種を受ける際に必要な用紙）をちむぐる館で発行していますので、お問い合わせください◎

お問い合わせ先 ☎ 南風原町役場 保健福祉課（ちむぐる館）：098-889-7381

☆子育てサロン☆

子育てサロンは当面の間お休みします！

新型コロナウイルス感染拡大予防のため、利用者の安全が確保できるまで子育てサロンを当面の間お休みすることになりました。

再開する際は、南風原町社会福祉協議会のHPやブログにてお知らせします。

お問い合わせ先 ☎ 南風原町社会福祉協議会：098-889-3213



☆ファミリーサポート☆

ファミリーサポートセンターとは？

「子育ての応援をしてほしい人（おねがい会員）」と「子育てのお手伝いできるひと（サポート会員）」がそれぞれ会員登録し、相互援助により支え合い・助け合う会員組織です！

【ファミサポ会員】

おねがい会員：443名 サポート会員：100名

どっちも会員：62名 (2/27 現在の会員数)

お問い合わせ先 ☎ 南風原町社会福祉協議会：098-889-3327

【主なサポート内容】

- 1位：小学校からのお迎え
- 2位：保育園お迎え及び預かり
- 3位：子どもの習い事の場合の援助



☆相談窓口☆

～ひとりで抱えず相談しましょう～

育児や健康面、生活面、経済面で困っていることについて、様々な相談先があります。困ったときは相談しましょう。

・こども課（役場1階） 月～金曜日 8：30～12：00/13：00～17：15 TEL889-7028

☆子育てのいろいろな悩みに関すること

・保健福祉課（ちむぐる館） 月～金曜日 8：30～12：00/13：00～17：15 TEL889-7381

☆健康や病気、育児に関すること

・親子通園事業 ゆうな園 電話受付時間 13:00～16:00 TEL889-4902

☆発達の気になる未就学時のお子さんを対象に、お子さんの発達に応じた保育を行っています。

・社会福祉協議会（ちむぐる館） 月～金曜日 9：00～12：00/13：00～16：00 TEL889-6270

☆生活（経済的なこと、家族のこと、仕事のことなど）に関する心配事など

