

新型コロナウイルス感染症予防対策のため、発熱や咳症状などがある人の参加はご遠慮ください。また、イベントや健診の開催状況など詳細は区役所HPをご確認ください。

とっかこ 広場



雨ふりの合い間に外あそびを楽しもう

市立保育園では、園庭開放や水あそびなどの交流保育を実施しています。



思い切り体を動かすチャンス!

開放的な気分



いろいろな発見ができるチャンス!

あそびの工夫が無限大!

水あそびは子どもの感覚を育みます!



新しい刺激や驚きを体験できるかも?!

簡単に作れる水あそび用おもちゃ

- ◎ペットボトルの上部を切り落とし、ひもをつける
- ◎切り口には安全のためビニールテープなどを巻く
- ◎下の方に穴を開ければじょうろになる
- ◎穴の位置や開け方で水の出し方も変化する



外遊びをする時は熱中症に注意し、事故防止のため、必ず大人がついて見てみましょう

園庭開放などの日程や詳細はこちら▶



問 区役所子ども家庭支援担当 (☎866-8485 fax 866-8473)

毎日子育てを頑張っている皆さん!

親子のコミュニケーション講座

ついつい言いすぎていませんか?

「子どもが言うことを聞いてくれない」「感情的になり、つい言い過ぎてしまう」など、子どもの成長は嬉しいけれど、子育ての悩みは尽きないですね。イヤイヤ期の子育てを少し楽にしてみませんか。親子のコミュニケーションのヒントを学びましょう。



- ☎ 7月12日(火) 10時~12時 (9時30分受付開始)
- 📍 区役所5階健康診査室
- 👤 概ね2歳以上の未就学児の保護者: 先着30人
- 📌 原則2歳以上の未就学児: 先着10人
- 📅 6月21日~7月5日に📞で区役所子ども家庭支援担当へ (☎866-8469)

講師: 前之園 由紀子氏 (ヘルスカウンセラー、精神保健福祉士)

講座では...

- ☑ 子どもに伝わる声のかけ方
- ☑ 親自身の気持ちを落ち着かせるヒント
- ☑ 脳科学の知識も交え紹介

昨年度の受講者の声

脳科学の視点からの話で理解が深まった

親のアンガーマネジメントがとても参考になった

問 区役所子ども家庭支援担当 (☎866-8469 fax 866-8473)

子どもの相談・教室

申問 6月11日から ☎ か ☎ (必要事項と相談内容を記入) で区役所健康づくり係へ (☎866-8426~7 fax 865-3963)

- 乳幼児食生活相談(予約制)** 区内在住の0歳~未就学児の食生活などの個別相談
 - ☎ 7月6日・20日(水) 9時~11時 📍 区役所5階栄養相談室 📄 母子健康手帳
- 「離乳食教室」** 離乳食(2回食)に関する講話、実演(試食は無し)
 - ☎ 7月20日(水) ①13時30分②14時45分 📍 区役所5階栄養相談室
 - 👤 区内在住の7~8か月児と保護者: 先着各10組 📄 だっこひも
- 「幼児の食育教室」** 幼児食についての講話、実演(試食は無し)
 - ☎ 6月29日(水) ①13時30分②14時45分 📍 区役所5階栄養相談室
 - 👤 区内在住の1歳6か月~2歳児と保護者: 先着各10組

- 「はじめての歯びか教室」** はじめての歯みがきと離乳食のお話
 - ☎ 7月22日(金) 10時~11時15分 📍 区役所5階
 - 👤 区内在住の4~6か月児と保護者: 先着15組
 - 📄 母子健康手帳、バスタオル(おむつ交換の際に使用)
- 「おいしいおはなしよみかせ」** 食べもの歯みがきの絵本の読み聞かせ
 - ☎ 6月30日(木) 10時30分~11時
 - 📍 戸塚地区センターA会議室
 - 👤 区内在住の1歳6か月~3歳児と保護者: 先着13組



健診・相談のお知らせ(要予約) 📍 区役所5階

- 肺がん(エックス線検査)** 費用が無料になる場合あり(要問合せ)
- ・受診は年度1回 ・医療機関でも受診可
- ☎ 7月28日(木) 午前中受付(後日案内を送付) 📅 2023年4月1日時点で40歳以上の市民: 先着30人 費用 680円 申問 6月28日から ☎ で区役所健康づくり係へ (☎866-8426~7 fax 865-3963)

個別健康相談

- ・健康相談: 高血圧、脂質異常症、糖尿病、肥満などの予防法をアドバイス
- ・禁煙相談: たばこをやめたい人へ個別に支援
- ☎ 6月14日(火) 午後・24日(金) 午前、7月1日(金) 午前
- 📍 市内在住 申問 ☎ か 直接、区役所健康づくり係へ (☎866-8426~7 fax 865-3963)
- ※電話申込ができない人は、☎可(必要事項と相談内容を記入) ※1人当たりの相談時間は1時間以内

デジタルを使って、もっと便利に!!

第3回
二次元コードを読み取り、「横浜市避難ナビ(アプリ)」を入れてみよう

スマートフォン(スマホ)は、アプリケーション(アプリ)というソフトウェアを入れることで、さまざまな機能を追加できます。カメラ機能を使って、右の二次元コードを読み取り、「横浜市避難ナビ」をスマホに入れてみましょう!
※ご利用のスマホの種類(iPhoneかAndroid)によって異なります



ラインやツイッターもアプリなんだね!!



横浜市避難ナビ



▲iPhoneの場合 ▲Androidの場合

編集後記

これからの季節、急な大雨や水害への対策を確認しましょう!

編集・発行 区役所広報相談係 (☎866-8321 fax 862-3054)

避難ナビについて、詳細は、本紙3ページ