

みんなで

SDGs
Sustainable Development Goals

特集「中央区で安心して暮らす」

いつまでも、住み慣れたまちで、安心して暮らし続けていただくために「子育て」「安全・安心」「高齢福祉」「生涯学習」の情報をみなさんにお届けします。

たとえば、こんなお悩み事ありませんか??

あなたが悩んでいることは、みんなも悩んでいる!



ミルクの飲む量が減ってきたように思うけど大丈夫?

お子さんそれぞれミルクの飲むペースや生活リズムが異なります。まずは一度お電話で相談してみてください。なかなかお子さんの体重を図る機会がない場合には、ぜひ保健福祉センターにお越しください。保健師が体重、身長を測定し、アドバイスさせていただきますよ。

うちの子栄養は足りている?

ご家庭ごとに食事や生活スタイルが異なります。お電話をいただければ普段の食事の様子をお聴きして一緒に考えることができます。栄養士に詳しく相談することもできますよ。

お友達より言葉が少ない気がする...

お子さんの言葉の発達にはそれぞれ個人差があります。心配なことがあれば、保健福祉センターには心理士もいますのでぜひご相談ください。声掛けや遊び方について、一緒に考えていきましょう。

初めての育児で不安...みんなどうしてるんだろう?

保健福祉センターでは「フレッシュママの集い」や「ゆめまるっこ」という交流会を実施しています。他にも地域子育て情報についてのパンフレットをお配りしています。詳しくはお問い合わせください。

地域担当保健師が妊娠、出産、子育てまで切れ目なくサポートします

＼ご自由にご利用ください!／



お気軽にご相談ください!



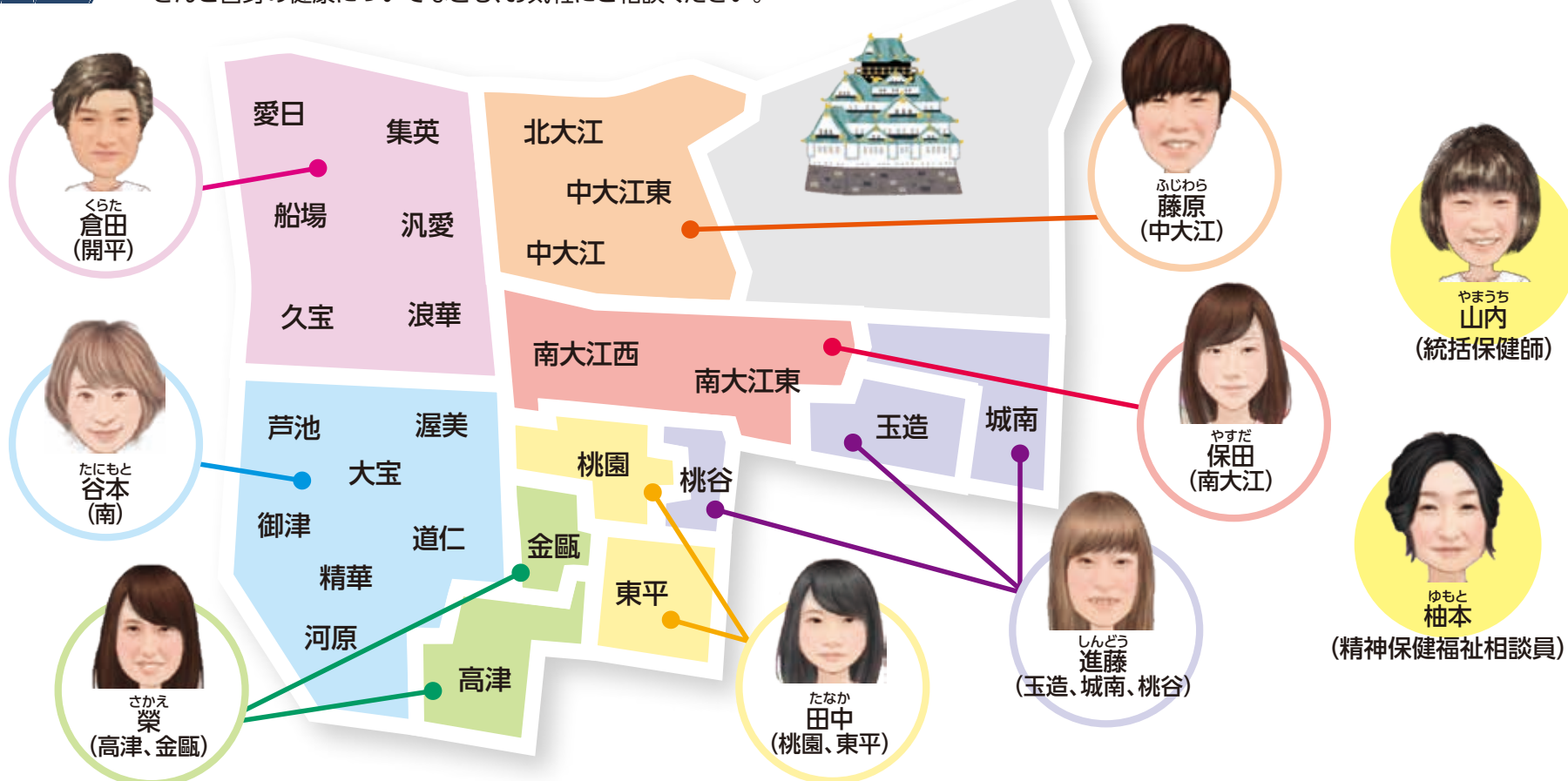
お住まいの地域を担当する保健師がいます!

中央区保健福祉センターでは、各地域を担当する保健師と子育て支援室が連携し、すべての子育て家族が安心して妊娠、出産、子育てができるよう、さまざまな相談に応じています。お子さんの発育・発達や子育ての心配事はもちろん、お母さんやお父さんご自身の健康についてなども、お気軽にご相談ください。

キッズスペース カンガルーポック

絵本やおもちゃがあり、授乳・オムツ交換もできます!ご自由にご利用ください。

ところ 中央区保健福祉センター1階西側出入口横



相談・問合せ 保健福祉課(地域活動)1階12番 ☎6267-9968 FAX 6267-0998 月～金 9時～17時30分(土日・祝・年末年始を除く)

◆熱中症対策 7月は熱中症による救急搬送が増加します。気温・湿度が高いときは、無理をせずに次の項目に注意しましょう! ●こまめに水分補給し、適度に塩分も補給しましょう。 ●炎天下だけでなく室内でも熱中症で救急搬送されています。体温が上がりすぎないようにエアコンや扇風機を活用しましょう。 ●負荷の高い運動や、作業をするときは積極的に休憩を取りましょう。 ●マスクの着用により、熱中症のリスクが高まります。人混みの多い場所でマスクを外すときは周りの人から十分な距離(2m以上)を確保しましょう。 ●命にかかわるような緊急時は、迷わず119番通報しましょう! 中央消防署(内本町2-1-6) ☎6947-0119 FAX 6942-5745 <5>