

わくわく城東

平成30年
8月発行

がん検診・骨粗しょう症 検査を受けましょう!

検診	乳がん	子宮頸がん	骨粗しょう症
対象	30歳代の女性で市民の方	40歳以上の女性で市民の方(2年に1回)	20歳以上の市民の方(2年に1回)
検査内容	超音波	マンモグラフィ	細胞診
費用	1,000円	1,500円	400円
予約	無料	無料	無料
実施機関	保健福祉センター	保健福祉センター	保健福祉センター

※予約制
※窓口または電話でご予約ください
※問合せ 保健福祉センター-保健福祉課(保健)【城東区複合施設2階21番窓口】TEL.6930-9882 FAX.6930-9936

ピックアップ インフォメーション

平成30年度 子育てするなら城東区推進事業 「スキルアップママカフェ」
「自分のスキルを活かしたい」「何かをしてみたい!」と思っている子育て中のママさんたちを応援します。
一人ひとりが持っているスキルや情報を共有しながら、子育てのネットワークを広げてみませんか。3回の講座の後、実際にイベントを企画・開催してみましょう!!

- 第1回目 7月20日(金)「自分のスキルを上手にアピールする方法」
 - 第2回目 8月10日(金)「キャッチコピー&チラシ作りと写真の撮り方」
 - 第3回目 9月21日(金)「参加者同士でリハーサル」
- 時間 10:30~12:00(講座) 12:00~14:00(ランチ会:弁当持参&おしゃべり会)
定員 定員15名(要予約) ※城東区在住の方 ※定員になり次第、締め切り
場所 城東区民センター4階会議室(城東区中央3-5-45) ◆一時保育あり ※講座のみ 生後6か月~未就学児(申込要・無料)

申込方法
申込フォーム、メール、電話で申し込みください。
申込フォーム QRコードはこちら
メール mayuko@miyakojimaku.com
電話 担当直通:090-6873-8519(石井)
主催:城東区役所保健福祉課(子育て支援室) 実施団体:NPO法人mamaコム

子連れでの避難方法

もしも災害に遭遇したら…?

もしも、地震や洪水などの災害に遭遇してしまったら…。赤ちゃんや小さな子どもがいる家庭の場合、どうやって避難すれば良いのでしょうか?今回は、災害発生時の避難方法や、赤ちゃんの持ち物などについてまとめました。

子連れで避難するときの注意点

- 1 ベビーカーは使わない
エレベーターが停止するため階段を使用したり、道路にガレキがあったりとベビーカーでの移動は困難となります。
- 2 歩ける子どもでも基本抱っこで
緊急時は大人も余裕がなく、小さい子どもに気付かない場合があります。また、道路もガレキなどで危険な状態になり、小さな子どもは歩くのは困難です。抱っこで避難する場合、子どもに靴をはかせるのを忘れなく!
- 3 はぐれたときの準備を
子どもに持たせる避難バッグに、連絡先や名前、アレルギーなど書いたパーソナルカードと家族写真を入れておきましょう。

赤ちゃん避難するとき必要なもの

- 粉ミルク ● ベビーフード ● 赤ちゃんの着替え
- ミルク用の蒸留水 ● 離乳食用のスプーン ● パスタオル
- 哺乳瓶 ● 赤ちゃんの靴 ● 母子手帳・保険証・お薬手帳
- 紙オムツ ● 絵本、おもちゃ
- お尻ふき

上記のリストを参考にリリュックやマザーズバッグに入れておくと、緊急時にサッと持ち出せますよ。母子手帳などの大切なページは、スマホで写真に撮っておくと便利です。

避難するときの服装は、長そで・長ズボン・軍手、はきかきかいた靴が理想です。

普段からハザードマップを確認したり、防災活動に参加して、いざという時に慌てず行動できるようにしておくといいですね!

新刊よんでみて

どしゃぶり

文:おーなり 由子 絵:はた こうしろう
出版社:講談社 2018年6月発行 27x22cm 32ページ

「あついなあ!」と思ったら、真っ黒の雲。ぽつぽつ!雨だ!雨は見る間にひどくなってきて、「ぽつぽつぽつぽつ」さずああ!「はしゃーん!」いろいろな音が

どしゃぶりは、雨のふたつとしゃべったりい

あそんだりできる特別なとき!

子づれ DE どうぞ

ママにも、ベビー&キッズにもうれしい!
気軽にくつろげるオシャレなカフェ見つけた♪

昨年11月にOpenした、子ども大好きで気さくなご夫婦が経営されているカフェ。フードメニューはもちろん、スイーツも全て手作りなのでママも満足!中でもオススメなのがカレーライスとチーズケーキ。「お子様連れでぜひ来て欲しい」とおもちゃや絵本が用意されているのも嬉しいポイントです。ドリンクだけでも大歓迎!ふらっと立ち寄ってみてはいかがでしょうか?

おもちや絵本で退屈知らず(^_^)

店内広々ベビーカーも楽々♪

COB(コス)
城東区中央3-1-29 サンハイツ白井1F
TEL.06-7174-7747 11:30~22:00 日・祝定休
http://instagram.com/cob_coffee_bar

まちのお医者さん

【医療法人 本田整形外科内科】 整形外科 外科 内科 放射線科

1970年開業以来、長年診療を続けてきた本田整形外科内科。2代目となる本田泰郎院長は3児のパパです。「子どもはどこが痛いかわかるのが難しいので、必ず顔を見ながら診察をし、小さな反応も見逃さないようにしています。」と優しい笑顔で語る本田院長。休日は蒲生公園で息子さんと野球をしたり、趣味のテニスをしているそうです。

Doc + O. 本田 泰郎 先生
● 経歴 ● 1992年 日本大学医学部卒業 / 2001年から本田整形外科内科で勤め、2012年院長を継承。

城東区野江3-12-28
(地下鉄谷町線 野江駅南徒歩5分)
TEL.06-6931-5115

発行 ■■■ 「子育てするなら城東区推進委員会」06-6930-9857
編集 ■■■ 城東区.com
Text/石井麻優子、添田幸子 Design/maomao
協力 ■■■ 城東区子育て支援連絡会、医療法人 本田整形外科内科、COB

取材協力店募集

「わくわく城東」では、紙面に子育て情報を提供して下さるお店、病院を募集しています。詳しくは下記、問合せフォームまでご連絡ください。
https://ws.formzu.net/sfgen/S25077359/

子育て支援ボランティア講座

(ファミリー・サポート・センター事業提供会員講座)

あなたの空いている時間で、同じ地域に住む子どもや子育て世代を見守り、支える活動に参加してみませんか?あなたの力が大切です!

子育てを応援してほしい!(依頼会員)
子育てを応援したい!(提供会員)

ファミリー・サポートのコーディネーターが間に入ってお手伝いします。

日程 平成30年9月7日(金)~10月26日(金)【期間中全8回】13:00~16:15
対象 ボランティア活動や子育て支援に興味があり、城東区内もしくは近隣区にお住まいの19歳以上の方
受講料 無料 定員 30人(先着順) ※一時保育あり
会場 ①東成区在宅サービスセンター ②城東区在宅サービスセンター
申込 下記、問合せ先に来館もしくは電話にてお申込みください。

講座修了後は... 子育て支援ボランティア、ファミリー・サポート・センター事業提供会員(報酬あり/1時間 800~900円)として、登録できます!

問合せ 城東区在宅サービスセンター ☎06-6936-1153
城東区子ども・子育てプラザ ☎06-6933-2880