

# 名寄市子育て世代 包括支援センター事業が スタート

令和2年3月1日から名寄市子育て包括支援センター事業がスタートし、母子保健コーディネーター(保健師)が、妊娠・出産・子育てのことなどさまざまな相談にお応えする総合相談窓口を開設します。妊娠期から子育て期にわたり、関係機関と連携を図りながら、切れ目なくサポートします。一人で悩まないで、まずは保健センターにご相談ください。

はじめての妊娠で  
いろいろと不安…

赤ちゃんの体重が増え  
ているか心配…

身近に相談でき  
る人がいない…

子どもの発達に  
ついて心配…

子どもにどう関わっ  
ていいかわからない



子育て中のお母さん  
お父さんを応援します！



ゆったり相談できる個室も整備  
しました

## 感染症対策へのご協力をお願いします

この季節は、インフルエンザや感染性胃腸炎などの感染症が流行しやすいと言われています。手洗いの励行とともに、バランスのよい食事や十分な睡眠をとり、免疫力を低下させないように心掛けましょう。なお、新型コロナウイルス感染症に関する相談・問い合わせについては、管轄の保健所(名寄市は名寄保健所 ☎01654③3121)で受け付けています。

## 令和2年度の各種検診の 申し込みについて

申込みは名寄地区・風連地区ともに4月9日(木)から開始予定です。詳細は、広報なよろ4月号と同時配布の別紙チラシをご覧ください。

## 3月は自殺対策強化月間です

毎年3月は、自殺対策基本法第7条に定められた自殺対策強化月間です。進学や就職、昇進、退職、引っ越し、配置転換、転勤、転職など、自分や周囲の生活環境が大きく変わるこの時期は、ストレスも多くなると言われています。十分な休養をとり、ストレスをためないように心掛けましょう。なお、市立図書館名寄本館では強化月間に併せて、こころの健康につながる本などを集めた特設コーナーを設置し啓発を図っています。

# 健康 ガイド

## 申し込み・問い合わせ

保健センター(西2北5)

☎01654②1486

FAX 01654②7267

開館 8時45分~17時30分

休館 土・日・祝日・年末年始

ふうれん健康センター

(風連町本町76)

☎01655③2373

開館 9時~12時(月曜のみ)

## 休日当番医 急患に限ります

|      |   |
|------|---|
| 3月1日 | 吉田病院<br>☎01654③3381                           |
| 8日   | 名寄中央整形外科<br>☎01654③2006                       |
| 15日  | たに内科クリニック<br>☎01654③1223                      |
| 20日  | 市立総合病院<br>☎01654③3101<br>なよろ眼科<br>☎01654③0746 |
| 22日  | 名寄三愛病院<br>☎01654③3911                         |
| 29日  | 片平外科・脳神経外科<br>☎01654③3375                     |



…救急医療情報案内…

フリーダイヤル

☎0120(20)8699

## 子育て保健 ミニカレンダー



3月

- 12日(木) 4カ月児健診
- 13日(金) 親子ふれあいひろば
- 16日(月) 股関節脱臼検診
- 17日(火) 3歳児健診
- 18日(水) 7カ月児健診・BCG
- 23日(月) 赤ちゃん計測日
- 24日(火) 1歳6カ月児健診
- 25日(水) のびのび親子教室
- 26日(木) ぱくぱく離乳食教室
- 27日(金) 親子ふれあいひろば

※詳しくは母子保健カレンダーをご覧ください。