

# すこやかちゃん



ほらげ たかひろ  
洞毛 貴大ちゃん  
(柴崎台・1歳3カ月)

元気でニコニコ貴ちゃん♡君の笑顔でパパもママも毎日が幸せです◎まっすぐに大きくなってね!



まきやま なると  
牧山 為劉ちゃん  
(我孫子・1歳2カ月)

歳の離れたお兄ちゃんが大好き!大きくなってますます仲良しでいてね☆

## 楽 あびこ パパを楽しもう!! enjoy パパ応援プロジェクト

### くぼたまさと工作教室!! ~かざぐるまをつくろう~

“わくわくさん”でお馴染みのくぼたまさとさんによる工作教室です。

日時 2月27日(出)午前10時30分~11時30分(受付10時10分~)

場所 アビスタホール

対象・定員 市内在住・在園・在勤のパパと平成21年4月2日~23年4月1日生まれの子ども、50組(応募者多数の場合抽選) 費用 無料

持ち物(子ども1人分) トイレットペーパーの芯2本、色画用紙1枚(B5サイズ、明るめの色)、ハサミ、セロハンテープ、のり、クレヨンなど描くもの

■ 2月1日(月)消印有効で往復ハガキ(1家族1枚、兄弟姉妹2人以上は連名可)。イベント名・住所・パパの氏名・電話番号・子どもの氏名と生年月日を明記し、〒270-1192市役所保育課(住所省略可)※記入漏れ、重複申込は無効。申込者以外は入場できません。結果は2月8日(月)以降に返信します。

☎ 保育課・内線572



## 我孫子市公民館主催学級

### 楽 プチのびのび親子学級(3回コース)

日時 2月9日・16日・23日いずれも(火)午前10時~11時30分

場所 布佐小学校地域交流教室

内容 作ろう!遊ぼう!・リトミック・親子ふれあい体操

対象・定員 2歳~3歳児とその保護者10組(応募者多数の場合は抽選。のびのび親子学級・プチのびのび親子学級を初めて受講する方、市内在住の方優先)

費用 300円

申込方法 1月21日(休)必着でハガキ、ファクス。講座名、住所、子どもと保護者の氏名、子どもの生年月日・性別、電話番号を明記。

### 楽 プチ家庭教室学級(3回コース)

日時 2月18日・25日、3月3日いずれも(休)午前9時50分~11時30分

場所 湖北地区公民館

内容 みんなで考えよう、子育てのこと、こころと体の大事な話、調理実習

対象 小学6年生までのお子さんをお持ちの保護者

定員 15人(応募者多数の場合抽選、市内在住の方優先)

※託児あり(要電話申込。2歳以上就学前までの幼児5人まで)

費用 300円(別途食材費)

申込方法 2月4日(休)必着でハガキ、ファクス。講座名、住所、氏名、電話番号を明記。

〈共通〉☎・☎ 〒270-1147若松26の4我孫子地区公民館、☎7165-6088、☎7182-0511

## 健康づくり推進員による栄養教室

### カルシウムたっぷりの乳和食



乳和食は高血圧、糖尿病、メタボリックシンドロームはもちろん、骨粗しょう症やロコモティブシンドロームを防ぎ、高齢者の低栄養も防ぐ調理法として今大変注目されています。

日時 2月5日(金)・10日(火)午前10時~午後1時(受付9時45分~)

場所 保健センター

内容 乳清ご飯、かぼちゃのミルクそば煮、ヨーグルトみそ汁、プチトマトのごまあえ、高野豆腐のミルク煮

対象・定員 市民の方、各回先着20人(要事前申込) 費用 500円

持ち物 エプロン、三角巾、手をふくタオル、筆記用具

☎・☎ 電話で健康づくり支援課 ☎7185-1126

## 春の先取り野菜を採り入れた料理教室

日時 2月6日(出)午後0時45分~3時(受付0時30分~)

場所 川村学園女子大学14号館1階

内容 地元春野菜を使った和食料理(玄米味噌の焼きおにぎり、菜の花汁、さわらの漬け焼き、春霞和え、イチゴ大福)

講師 福永淑子教授(川村学園女子大学生生活文化学科 前学科長)

費用 無料 定員 先着30人(親子・シニアの参加も歓迎)

持ち物 エプロン、ふきん、三角巾、筆記用具

☎・☎ あびこ農力発見プロジェクト事務局・白澤 ☎090-6569-2745 (午前9時~午後5時)



## さかさまつ毛

## 子育て Q&A

83

Q

3カ月の赤ちゃんですが、まつ毛が目に入っているように見えます。このままにしておいて良いのでしょうか。

A

まつ毛が内向きになって、眼球に触れてしまう状態を「さかさまつ毛(睫毛内反症)」と言います。目にトラブルがなければ、自然に治るのを待ちます。赤ちゃんのまつ毛はやわらかいので角膜を傷つけることは少ないですが、目やに、目の充血、ひどくまぶしがる等の症状がある場合は早めに受診をしましょう。さかさまつ毛は、赤ちゃんのまぶたに脂肪が多いために起こる症状で、上まぶたよりも下まぶたによく見られます。まぶたの脂肪が取れてくる4~5歳ごろには、自然に外向きになって治ることが多いです。

乳児期に、目の充血等のトラブルがあり、視力の発達が阻害された場合、その後視力を伸ばすことが難しいこともあります。日ごろからお子さんの目の状態に注意を向け、おかしいと感じたら早めに眼科を受診しましょう。

☎ 健康づくり支援課 ☎7185-1126



## 松戸健康福祉センター 各種無料相談 2月

相談名 ☎は予約制	日時	予約・問	
不妊相談	電話(予約不要)	8日(月)9時~11時30分	
	来所☎	8日(月)13時~15時	
思春期相談☎	23日(火)13時30分~15時30分	047-361-2138	
精神保健福祉相談☎	2日(火)、15日(月)14時~16時		
酒害相談☎	18日(木)14時~16時30分	047-361-2139	
エイズ検査	即日検査☎		2日(火)、16日(火)13時30分~14時30分
	夜間検査☎		16日(火)17時30分~19時
DV相談	電話(予約不要)	月~金曜日 9時~17時	
	来所☎	金曜日 9時~17時	047-361-6651

松戸保健所我孫子連絡所(保健センター3階)9時~17時  
専門職員出張日 食品☎ 10・24日(火) 環境☎ 16日(火) ☎ 047-361-2139