

ふれあい Information



ほっとママで子育て交流タイム



ほっとママとは？

2か月から1歳までの子どもと保護者を対象にした親子の集まりです。グループトークやベビーマッサージなどを通して、子どもとのふれあい方を学んだり、同じ年齢の子どもをもつお母さんたちの交流の機会にもなっています。



子どもの睡眠の大切さ、ご存知ですか？

朝6～7時起床、
夜8～9時就寝が理想です♪

早寝・早起

心と体のバ
ランス良い発達

健康的に
成長します。

早寝早起
のコツ

- ・夜は暗く静かな環境にする。
- ・朝は起きてすぐ日光を浴びる。

やる気や感情・行動をコントロールする力が育ちます。

エキノコックス症検診

沼田町では、エキノコックス症の早期発見を目的に、エキノコックス症検診を実施しています。感染から発症までに10年～15年かかるため、**小学校3年生以上の町民**に検診をお勧めしております。

下記に該当される方は是非受診をご検討ください。



- ① **小学校3年生以上で過去5年間検査を受けていない町民**（高校生以下の方は保護者同伴でお願いします。）
- ② **市内2、市内3、市内4、南町、仲町東、仲町西地区住民の町民**（5年前に受診を勧めた地区です。）

◆日 時 平成26年7月31日（木）13時15分～16時

◆場 所 沼田厚生クリニック（※申込みは不要です。当日直接来院してください。）

◆検査内容 血液検査（採血検査）

◆検査料金 無料

保健福祉課健康グループ

TEL：35-2120 担当：三田・佐藤