

●会場：市保健センター
●問い合わせ：子ども課 (☎402268)

項目	期日・受付時間	対象年齢・内容
マタニティクラス ※要予約	14日(火) 午後1時20分～1時30分	栄養指導・妊婦体操など (先着12組)
股関節健診	9日(木) 午後1時15分～2時	令和2年4月生まれ
4カ月児健康診査・ ブックスタート	28日(火) 午後1時15分～2時	令和2年3月生まれ
前期離乳食教室	2日(木) 午前10時～10時10分	令和2年1月生まれ
後期離乳食教室 ※要予約	3日(金) 午前10時～10時10分	令和元年10月生まれ
1歳児健康診査	15日(水) 午後1時15分～1時45分	令和元年7月生まれ ※フッ素塗布券配布
1歳6カ月児 健康診査	30日(木) 午後1時15分～1時45分	平成30年12月生まれ
わくわく相談 (2歳児相談)	17日(金) 午前9時30分～9時40分	平成30年3月生まれ
3歳児健康診査	16日(木) 午後1時15分～1時45分	平成29年3月生まれ
5歳児健康診査	7日(火)・8日(水) 午前8時50分～9時	平成27年7月生まれ ※集団遊びがあります

こども医療電話相談 ☎#8000

休日や夜間に子どもの体調変化について対処方法などの相談ができます。

【受付時間】 月～土曜日/午後6時～翌朝午前8時
日曜日・祝日・年末年始/午前8時～翌朝午前8時(24時間)

子育てSTYLE

いろいろ気になる 子どもの生活

Q 家事などのときに子どもにスマホを持たせてしまいます。視力や発達に影響が出ないか心配です。

A 今や生活に欠かせないスマホ。正しく付き合う方法を考えていきたいと思えます。

①スマホを使う時間や使用するアプリを保護者がしっかりと管理しましょう。子どもは「目が疲れた」「目がぼやける」といった症状を感じにくく、いつまでも遊び続けてしまいます。「1日何分」「夜は何時まで」という家族のルールを決めておきましょう。

②スマホから出るブルーライトにも注意が必要です。ブルーライトによって睡眠の質が落ちるともいわれています。就寝前は、絵本の読み聞かせなどを通して親子で触れ合いながら過ごしましょう。

③言葉の発達は、赤ちゃんの時期から始まっています。この時期に家族や周囲の人からの言葉のシャワーをたくさん浴びることが大切です。そのため幼児期くらいまではスマホやテレビなどを長時間見せることは控えましょう。

キラリ★わたしの学校

東中学校

～心の寄り添う生き方を学ぶ～

東中学校では、昨年度「慮る」をテーマに人権学習を行いました。「慮る」とは思いを巡らし、深く考えることです。人の心を計り知ることは簡単ではありませんが、「理解しようとする心」はできると考えます。生徒たちに「わかり合おうとする心」を育んでほしいと思い、1年間学習を進めました。

年2回の人権集中学習期間では、人権に関わる校長講話に始まり、「地域でふれあう」あいさつ運動、各専門委員会による人権を意識した活動を実践しました。そして、人権集中学習の活動を記録したり、振り返ったりする「人権ノート」で考えを共有し、「思いやり」いっぱいの中を目指しました。

また「相手への思いやりの心は、自分自身を大切にすることから始まる」という考えの下、前期には



↑「みんながゲートキーパー講座」の様子。

「心のSOSの出し方」を学び、後期には日本ゲートキーパー協会理事長の大小原利信さんの「みんながゲートキーパー講座」を開催しました。講座では、ストレスを感じたときの対処の仕方や悩みの打ち明け方、さらに友だちから相談を受けたときの対応を学びました。特にペアワークや体を動かす活動を中心に実習しました。生徒は相手の目を見て話を聞く「アイ・メッセージ」や、温かい言葉掛けをする「ハート・メッセージ」などを体験的に学習し、人に思いを伝えることや味方になることの大切さを学びました。

今年度も人権教育をより一層充実させ、「慮る」心があふれ、生徒が安心して楽しく過ごすことのできる学校づくりをしていきます。



↑「地域でふれあう」あいさつ運動

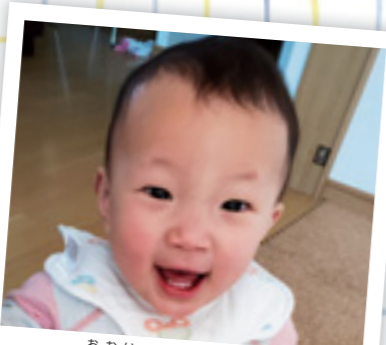
問い合わせ 学校教育課(☎8212)
東中学校(☎0761)

集まれ! ふじおガキッズ



ほぎはら ゆあ
萩原 雪愛ちゃん
(4歳・中島)

ゆあちゃん、4歳おめでとう♡これからもありすねーねと仲良くしてね!



おおい まお
大井 麻緒ちゃん
(1歳4カ月・上大塚)

お姉ちゃんお兄ちゃんと仲良く、笑顔で元気いっぱい大きく育ててね!



ちば ことほ
千葉 琴巴ちゃん
(4歳・中)

いつも笑顔をありがとう♡これからたくさん思い出作ろうね☆

■対象 市内在住の4歳未満(受付時点)で過去に掲載のない子ども
■応募方法 任意の用紙に保護者の氏名・住所・電話番号・子どもの名前・性別・生年月日・子どもへのメッセージ(32字以内)を明記し、子どもの写真1枚を郵送・メール・持参のいずれかの方法
■応募先 秘書課広報広聴係(☎402208・✉hisyo@city.fujioka.gunma.jp)

本との出会い

図書館司書がセレクトした
新刊情報

開館時間 午前9時～午後8時(土・日曜日、祝日は午後5時まで)
休館日 月曜日
問い合わせ 図書館☎21669

心にいつも猫をかかえて



著者▷村山 早紀
4匹の猫たちと暮らしてきた著者がつづる、賢くかわいい猫たちとの日々のエッセイ。そして猫にまつわる短編小説を収録。猫の持つ不思議な力によって、物語は意外な方向へ…

人は、なぜ他人を許せないのか?



著者▷中野 信子
炎上、不謹慎狩り、不倫たたき…。世の中に渦巻く「許せない」感情はなぜ生まれるのか? ゆがんだ正義感の裏に潜む脳の構造に迫り、心穏やかに生きるためのヒントを提示する。

何度でも泣ける「沁みる夜汽車」の物語



編者▷NHK沁みる夜汽車製作チーム
生きる勇気を与えてくれた伝言板、子どもたちの背中を押す卒業へのメッセージボード、夫婦で守り続けた駅弁…。鉄道にまつわる10の温かい物語を収録する。