

すこやかちゃん



山本 つくもちゃん
(南新木・1歳2か月)

いたずらばかりのボク
だけど、ママのごはんと
パパとガタンゴトン電車
を見るのが大好きです♡



石川 蘭ちゃん
(本町・1歳2か月)

天真爛漫な蘭ちゃん
◎得意のダンスで皆を楽し
ませてくれるよ♡笑顔
いっぱい大きくなーれ!

子育て支援センター プレパママ講習会

イクメンへの道しるべ ～子育てのヒント～

お腹の赤ちゃんの成長の話や育児体験などをしな
がら、未来のパパ友と交流しませんか？

日時 10月17日(土) 午前10時30分～11時30分

場所 子育て支援センター「にこにこ広場」(アビ
クオーレ2階)

講師 あびこ助産師専門学校の学生

対象・定員 市内在住のこれからお子さんが産まれるパパやママ(母子手帳
をお持ちの方)、先着20人(要予約)※お子さん連れや夫婦での参加可

費用 無料

申込・問い合わせ 電話・窓口で、にこにこ広場 ☎7185-8882 (火曜日を除く午前10
時～午後5時)



アビコでなんでも学び隊

我孫子市公民館主催講座

～英語でハロウィン～

日時・場所 10月24日(土) 午前10時～正午 アビスタ

内容 英語を使ったゲームをしてハロウィンを楽しみます。

講師 増田千佳さん(英会話講師)

対象 小学1～3年生、24人(応募者多数の場合は抽選)

費用 100円

申込・問い合わせ ハガキまたはファクスで、講座名、住所、氏名、性別、学年、日中
連絡のつく電話番号を明記し、10月5日(月)必着で、〒270-1147若松26の
4 我孫子地区公民館 ☎7165-6088、☎7182-0511※連名不可、市内在住
者優先※応募者少数の場合、実施しないことがあります。



祝45 第41回 チャレンジスポーツフェスタ (市民体力づくり大会)

市民の体力・健康づくりの機会として、幼
児からシニア・障害のある方まで一緒にい
ろいろなスポーツにチャレンジして、楽しく
体を動かしましょう。抽選もあります!

日時 10月3日(土)◎午前の部…午前10時～
11時45分 ◎午後の部…午後1時～2時30分
(最終受付)※午後0時15分～55分市民大会

総合開会式・市民の功労賞、優秀選手賞などの表彰

場所・種目 ※雨天時は市民体育館内のみ、種目を限定して実施します。

市民体育館施設(体育館・野球場・テニスコート・武道場) ◎チャレンジコー
ナー…ストラックアウト(野球)、キックターゲット(サッカー)など ◎体験
コーナー…卓球・テニス・ソフトテニス・バドミントンなど ◎新体力テス
トコーナー…年齢別体力測定

※トレーニングルーム…無料開放(インストラクター指導あり)

市営ゲートボール場 ◎体験コーナー…グラウンドゴルフ

※申込不要。体育館内は、上履きをご用意ください。

問い合わせ チャレンジスポーツフェスタ実行委員会 ☎7187-7110

※大会終了後、午後4時から体育館施設を無料開放(屋外施設照明料は有料)し
ます。施設予約は10月1日(木)から受け付けます。



祝45 第3回 手賀の丘 ふれあい宿泊通学

放課後にほかの学校の友だちと、県
立手賀の丘少年自然の家で活動したり、
寝泊まりしてみませんか？

日時 11月11日(水)の放課後～13日(金)の
登校まで※期間中、塾や部活動は行え
ません。学校と手賀の丘少年自然の家
間はバスなどで送迎。悪天候時は中止
する場合があります。

内容 野外炊飯・ナイトウォーク、レクリエーションなど(予定)

対象・定員 湖北小・湖北台西小・高野山小・根戸小学校の5・6年生、
合計32人(応募多数の場合は抽選)※参加条件など詳しくは対象校に配
布するチラシをご覧ください。

費用 3000円(食事代、保険料、シーツ代など)

◎参加者事前研修会 ※参加者と保護者は、必ず参加してください。

日時 10月31日(土) 午前9時45分～11時45分

場所 我孫子南近隣センターホール(けやきプラザ9階)

申込・問い合わせ 9月25日(金)必着で、ハガキ・Eメール。「第3回 宿泊通学参加
希望」、学校名、学年、組、郵便番号、住所、氏名、性別、電話番号、
保護者氏名を明記し、〒270-1192(住所省略可)市役所子ども支援課・
内線832、✉seishou-smile@city.abiko.chiba.jp



産後ケア ～産後の生活を支援します!!～

出産後、家族などから十分な家事、育児などの援助が受けられず、育
児支援を特に要する家庭に対して、母子への心身のケアや育児のサポ
ートなどを行い、産後の生活を支援します。

対象 市内在住で、産後に家事や育児などを手伝ってくれる人がおらず、
心身の不調や育児不安などがある、産後2か月未満のお母さんと赤ちゃん

◎種類・利用料

種類	内容	利用日数	自己負担額(一般世帯)
産後 ショートステイ	施設への 宿泊	原則7日以内	1泊2日6000円(2泊以降 は1日毎に3000円追加)
産後デイケア (個別)	施設への 通所	原則7日以内	1回 1900円
ママヘルプ サービス	ママヘルパー の派遣	原則28日以内 (1日1回、1～2時間)	1時間 500円

※非課税世帯・生活保護世帯等の方は、減免制度があります。

申込・問い合わせ 出産予定日の1か月前までに電話、来所でお申し込みください。
急な利用希望の場合は、ご相談ください。健康づくり支援課(保健セ
ンター) ☎7185-1126

誤飲(台所用洗剤)

子育てQ&A



1歳2か月の子どもが台所用洗剤の容
器を握っていて、なめてしまったみたい
です。どう対処したらいいでしょうか？



対処方法は、飲んだ量などで変わります。

①薄めた液を少量なめたり、一口程度飲んだ場合…毒性の問題はほとんど
ありませんが、水で口をすすいでください。誤飲したものを薄めたり、食
道や胃粘膜を保護するために、念のためコップ1杯程度の水または牛乳を
飲ませます。機嫌や表情などがいつもと違う場合は受診しましょう。

②原液や、多量の薄めた液を飲んだ場合…すぐにコップ1～2杯の水または牛乳を飲
ませてください。嘔吐物や泡が気管に入ると肺炎をおこす可能性があるため、無理
に吐かせないでください。自然に嘔吐した場合は、飲み込まないように注意してく
ださい。嘔吐や下痢症状が激しかったり、普段と様子が違う場合は
受診しましょう。多量の原液を飲んだ場合は、症状の有無にかかわ
らず、早急に受診しましょう。※誤飲してしまい、応急処置がわか
らない時は、かかりつけの医療機関を受診するか、つくば中毒110番
(☎029-852-9999、午前9時～午後9時)へご相談ください。



健康づくり支援課 ☎7185-1126