

スポーツに興味のある子どもたち & 保護者の皆さん

スポーツ教室を開催します

【申詳】〒780-8031 大原町158 日本トーター総合体育館 ☎833-4061
〒781-8125 五台山1736-1 くろしおアリーナ ☎878-1150

会場や定員、その他の教室など詳しくは、市スポーツ振興事業団 HP をご覧ください。

対象	教室名	日程
①2歳・3歳のお子さんと保護者(2人1組)	親子ふれあいスイミング	5月24日(日) 14時～15時
②③新年少児～新小学3年生と保護者(1組3人まで)	ふれあいサッカー体験DAY	4月26日(日)②10時～11時(土佐山運動広場) ③14時半～15時半(ミタニグリーンパーク針木) ※いずれも雨天中止
④泳ぎの苦手な新小学1～6年生	小学生水泳教室「水泳を楽しもう」	4月30日(木)～5月25日(月)毎週月・木曜日17時～18時半 ※5月4日(月・祝)休み 全7回
⑤新小学1・2年生 ⑥新小学3～6年生	小学生走り方教室	4月29日(水)⑤9時～10時15分⑥10時45分～12時15分

※①～③は4月3日(金)14時から市スポーツ振興事業団HPの申し込みフォームで受け付け。定員になり次第受け付け終了。④～⑥は往復はがきに希望する教室名・住所・氏名・生年月日・性別(任意)・電話番号・保護者名・学校名・新学年を明記し、4月15日(水)21時必着で直接または郵送。希望者多数の場合は抽選。

自転車通学を考えている児童・生徒の皆さん

自転車通学用ヘルメット 購入費助成

助成対象校の児童生徒の皆さんは、学校に申請すると助成券が届きますので、指定を受けた自転車販売店などで渡すと、最大2,000円引きでヘルメットを購入できます。詳しくは、新学期に学校のお知らせをご覧ください。※助成券を使用しなかった場合は助成対象になりません。

【対象】久重小、市立中学校・義務教育学校(後期)、特別支援学校(中・高等部)、高知商業高等学校で自転車通学を認められた児童生徒
【詳】学校環境整備課 ☎823-9480

妊娠中の皆さん

RSワクチン予防接種 (妊娠中の方)

4月からRSウイルス母子免疫ワクチン定期接種を実施します。RSウイルス感染症は、多くの赤ちゃんが2歳までに感染すると言われている呼吸器の感染症で、その発症や重症化を予防する効果が期待できます。効果と副反応等のリスクをご理解いただいた上で、接種をご検討ください。接種場所など、詳しくは地域保健課HPをご覧ください。

【対象】接種日時時点で市に住居登録があり、妊娠28週0日～36週6日の方
【ほか】接種は1度の妊娠につき1回。里帰り出産など、県外の医療機関で接種を希望する方は、接種前に申請が必要です。

【詳】地域保健課 予防接種感染症対策室 ☎821-6514

子育てコラム ひよこ豆 知識

学校の食育 おうちの食育

市の学校給食に納豆が初めて登場したのは、今から30年くらい前のことです。その頃は、まだ食育という言葉もなく、家庭で納豆を食べたことがない、味や食べ方を知らない子どもがたくさんいたことを思い出します。それから約10年後の平成17年、食育基本法が制定されました。食育は、知育・徳育・体育の基礎基本になるものとして、学校や保育所、地域、お店などがそれぞれの視点から取り組みを行うようになりました。学校では、教科や総合的な学習の時間等で野菜の栽培や調理などの体験を交えながら食に関する指導を実施しています。小さいお子さんがいるご家庭では、食育に取り組む時間をとることは難しいと考える方もいらっしゃるかもしれません。例えば初めにお話した納豆のように、食べた経験のない食品に挑戦してみることや、ごはんやパンだけの朝食に納豆やトマト、バナナ、ヨーグルトなどを足してみることも、また毎日決まった時間に食べることで、家族そろって会話をしながら食べる機会を作ることなども食育です。身近なところから、おうちの食育を始めてみませんか。

(教育政策課 食育担当)

いきもの発見 in 鏡川!



鏡川で生き物の採集や観察をします。

【対象】市内小・義務教育学校の新3～6年生

【日時】5月17日(日)8時半～15時半 ※小雨決行

【場所】鏡川源流憩いの広場(土佐山高川)

土佐山公民館(土佐山122-1)

【定員】15人程度

【料金】400円(資料代・保険代等)

【申込】4月18日(土)～5月3日(日)8時半～

16時に申し込みフォームから。希望者多数の場合は抽選。

【ほか】昼食や着替え、保険証などを持参。JR高知駅南側に集合し、バスで移動します。

【詳】工石山青少年の家 ☎895-2016

カブトムシ飼育教室



飼育方を学んで、カブトムシを大きく育ててみませんか。教室の後、参加者にはカブトムシの幼虫(持ち帰り用の容器入り)をプレゼントします。申し込み不要。

【対象】12歳以下のお子さん

【日時】4月29日(水・祝)①9時10分②9時40分③10時10分(いずれも20分間)

【場所】和の森わんぱく

こうち展示学習室

(棧橋通6-9-1)

【定員】各回先着30人

【ほか】当日9時から、アニマルランド入り口で整理券を配布します。

【詳】アニマルランド ☎832-0189

コースターを作ろう!



コルクコースターにガラススタイルやジュエリーシールで飾りをつけます。クイズラリーも同時開催。

【対象】どなたでも

【日時】4月18日(土)①10時～12時②14時～16時

【場所】自由民権記念館 1階研修室(棧橋通4-14-3)

【定員】各回先着15人

【料金】500円

【申込】4月7日(火)9時から電話で。月曜日は休館。

【申詳】自由民権記念館 ☎831-3336

すくすく健康ひろば

市に転入した子どもの
予防接種



市へ転入した日から、転入前市区町村の予診票は使用できません。予診票が必要な場合は、交付申請手続きが必要です。地域保健課 HP から電子申請を行うか、母子健康手帳をご持参の上、地域保健課へお越しください。詳しくは、地域保健課 HP をご覧ください。



県外で予防接種
を受ける方へ



里帰り出産などで県外に長期滞在し、滞在地の医療機関でお子さんの定期予防接種を希望される方は、事前にご相談ください。必要と認められた方には「予防接種依頼書」を発行します。なお、依頼書を発行した方で、接種をした日から1年以内であれば払い戻しができます。詳しくは、地域保健課 HP をご覧ください。

ご活用ください
母子手帳アプリ



妊娠中の健診や子どもの成長の記録、予防接種のスケジュール管理、行政からのお知らせ等を受け取ることができるアプリ「母子モ」で、「高知市子育てアプリみらい」が利用できます。登録・利用は無料です。ぜひ紙の母子健康手帳と併せてお使いください。詳しくは、母子保健課 HP または電話(☎855-7795)で。

内容	日時	場所	申し込み
離乳食教室	4月10日(金) 10時半～11時半 4月24日(金) 10時半～11時半	総合あんしんセンター 西部健康福祉センター	不要
妊産婦・育児相談	4月13日(月) 10時～11時半	西部健康福祉センター	不要
パパママ教室	4月20日(月) 10時～12時	西部健康福祉センター	4月6日(月)～10日(金)9時～17時、市コールセンターに電話(☎822-8111)で。