

## もぐもぐごっくん離乳食教室

母子保健班

離乳食の悩みが多くなる、離乳食中期のお子さんをお持ちの保護者を対象に教室を開催します。

**日時** 4月6日(月) 10:00～11:00

**場所** すこやかセンター 3階

**内容** 離乳食の量の確認・進め方・個別相談など

**対象** 離乳食が2回食になる頃の子どもと保護者

**定員** 各10組程度

※託児はありません。

**持ち物** 母子手帳・バスタオル・オムツなど

**申込み** 電話予約



## 带状疱疹ワクチン任意接種 一部助成の終了

感染症予防班

带状疱疹の予防接種が、令和7年度から『任意接種』から『定期接種』に変更され、接種費用の一部が公費負担となったことに伴い、今まで市が独自に実施していた『任意接種』費用の一部助成を令和8年3月31日で終了します。

助成を希望される人は、期限内に接種を受けましょう。

**対象** ○接種日時時点で市内に住民基本台帳に登録のある50歳以上の人

※带状疱疹ワクチンの定期接種者を除く

### 助成額

次の①または②のいずれか1種類を助成(生涯で1度)

①不活化ワクチン(2回分)

1回あたりの接種費用の1/2以内(上限額1万円)

※1回目と2回目の接種間隔を2カ月空ける必要があります。

助成券を使用して1回目の接種を受け、2回目の接種を令和8年4月1日以降に受けた場合、2回目の費用は全額自己負担となりますのでご注意ください。

②弱毒生水痘ワクチン(1回分)

1回あたりの接種費用の1/2以内(上限額4千円)

### 手続きの流れ

#### 【市内医療機関で接種の場合】

①健康推進課窓口で、助成券の発行を受ける。

②市内医療機関で、接種の予約をする。

③助成券と住所がわかるものを医療機関に提出して接種を受ける。

#### 【市外医療機関で接種の場合】※令和8年4月30日までに要申請

健康推進課窓口で必要書類を提出した後、償還払いとなります。

詳しくは、市公式ホームページをご覧ください。



## プレパパママ教室(平日コース)

母子保健班

初めてお父さん、お母さんになる人の教室です。

**日時・内容** 4回で1コース

①4月9日(木) 9:30～11:30

○オリエンテーション・妊娠中の生活

○ママと赤ちゃんのお口の手入れ&栄養

②4月16日(木) 9:30～11:30

○出産の経過と産後の身体の変化

○リラックスしよう! マタニティヨガ

○マタニティ食の試食(1食分)

③4月23日(木) 9:30～11:30

○お風呂の入れ方

○おっぱいとミルクの話

○パパの妊婦体験

④4月30日(木) 9:30～11:30

○産後の生活 ○子育て支援センターの紹介

**場所** ①～③: すこやかセンター 3階

④: 葉山キッズ・ランド

**対象** 令和8年7月～9月出産予定の初産婦の人

**定員** 8組

**持ち物** 母子手帳

**費用** 250円(テキスト代)

②: 500円(試食代)

**申込み** 4月1日(水) までに電話予約



### 3月は自殺予防強化月間です

## 「ひとりで悩まないで」

この時期は生活環境が大きく変化し、自殺者が増える傾向にあります。もし、あなたや周囲の人が、先の見えない不安や生きづらさを感じるなどのこころの悩みを抱えていたら、相談してみませんか？

### ■電話相談機関一覧

相談機関	電話番号	対応時間
よりそいホットライン	0120 (279) 338	24時間
千葉いのちの電話	043 (227) 3900	24時間
チャイルドライン ※18歳まで	0120 (99) 7777	16:00 ～21:00

### ■SNS相談窓口

LINE  
@yoriso-chat

X(旧Twitter)  
@yorisoichat

チャット  
https://yoriso-chat.jp/

