■はぐはぐくいただっ子事業

浦添市では、**生後4か月までの乳児のいる全ての家庭**を助産師・保健師・母子保健推進員が訪問しています。

新生児訪問

助産師による新生児訪問を希望される方は、親子健康手帳についている、はがきを市保健相談センターへ送付してください。訪問期間は生後2か月までとなっています。

赤ちゃんの体重測定、おっぱいの状態の確認、母子保健事業の紹介などを行います。

母子保健推進員による訪問

新生児訪問を受けていない家庭を対象に、母子保健推進員が訪問し子育て支援情報をお伝えしています。事情により、訪問を受けることが困難な方は、市保健相談センター保健係までご連絡をお願いします。

■ベビースクール

対象月齢	実施日時	内容
5か月～8か月の乳児を持つ保護者（浦添市民）	11／16（金） 受付時間 午後1時～1時30分 教室実施 午後1時30分～4時	離乳食についての講話・デモンストレーション。 試食（保護者のみ）

※ゆっくり講話を聞くためにお子さんは預けて来ていただくことをお勧めしています。

※予約受付期間は各スクール実施日の1か月前から3日前までとなります。市保健相談センターまで電話予約をお願いします。

■乳幼児健康診査のお知らせ

乳児一般健康診査		
通知対象者	受付時間	実施日
生後3か月～4か月	午後1時～3時	11／4（日）
生後9か月～10か月	午前9時～11時	

※乳児健診では事前に整理券の配布は行っていません。

※計測や診察はオムツのみで実施します。替えのオムツ、おくるみを持参してください。

※後期（9～10か月児のお子さんが対象）の健診終了後、絵本を介して親子のふれあいのきっかけとなるブックスタート事業を行っています。

1歳6か月児健康診査		
通知対象者	受付時間	実施日
1歳6か月～2歳	午後1時15分～2時15分	11／8（木） 11／15（木） 11／29（木）

3歳児健康診査		
通知対象者	受付時間	実施日
3歳6か月～4歳	午後1時15分～2時15分	11／7（水） 11／14（水） 11／28（水）

※1歳6か月児、3歳児健診の整理券交付は正午から市保健相談センター2階で行います。

※健康診査対象者には、事前に通知を行っています。

※健診予定日の都合が悪い場合は、市保健相談センターまでご連絡をお願いします。

●BCG集団予防接種のお知らせ

実施日　11／20（火）

対象年齢　生後3か月～6か月未満

受付時間　午後2時～4時

整理券交付時間　午後1時から

場所　市保健相談センター

※予防接種を受けるときは必ず、市から届いた予診票と親子（母子）健康手帳をご持参ください。

●4種（ジフテリア・百日せき・破傷風・ポリオ）混合ワクチン接種について

平成24年11月1日より、4種混合ワクチンが定期接種に導入されました。

そのため、本市では当ワクチンの接種費用を公費負担します。

接種は浦添市と契約している医療機関での個別接種となります。

次の対象者へは、11月上旬に予診票を同封した案内書を個別に送付しますので詳細をご確認ください。

【4種混合ワクチン対象者】

生後3か月～7歳半未満の者でDPTワクチン未接種者かつポリオワクチン未接種の者。

詳細は、市保健相談センターまでお問い合わせください。

■集団予防接種のお知らせ

■地域精神保健講演会のお知らせ

テーマ　「アルコール依存症について」

日時　11／21（水）　午後2時～4時

場所　市保健相談センター2階大ホール

講師　中井　美紀　精神科医（独立行政法人国立病院機構琉球病院　医師）

入場料　無料

〈健康シリーズ〉177　「子どものむし歯予防」

●**浦添市の現状**　沖縄県は、全国でも子どものむし歯が多い県です。平成21年度3歳児のむし歯有病率は、全国最下位（38.5%）となっています。年々むし歯有病率は下がってきていますが、平成23年度の浦添市のむし歯有病率は34.5%、3歳児の約3人に1人がむし歯がある状態で、県平均と同程度となっています。

●**講演会のご案内**　子ども達のお口の健康を保つため、むし歯予防を中心とした講演会を開催します。3歳児のむし歯が多いという現状を踏まえ、今年度は1～2歳児の保護者を対象とした内容です。「歯磨きを嫌がって困る」「指しゃぶりは様子を見ていていいの？」など、保護者の疑問にお答えできるような内容も取り入れています。むし歯予防を含めたお口の健康について、この機会に学んでみませんか？

「お口の健康を考えよう　～家族みんなで、むし歯予防～」

■日時　11月22日（木）
午後1時30分～3時30分

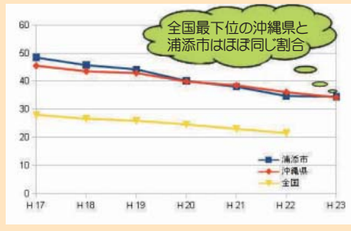
■場所　市保健相談センター
2階大ホール

■講師　座覇　周平　歯科医師
（経塚歯科クリニック）

※入場料無料、予約不要です。

※別室にプレイルームを用意していますので、同伴者がいる方はご利用ください。

むし歯有病率（3才半）



Ma~ri~s Corner
マーリーの物がたり

マリコ・クック　Mariko Cook
2012年8月から国際交流員として、浦添市役所国際交流課に配属される。
米国インディアナ州出身
原文・和訳：マリコ・クック

インディアナの紅葉

皆さんは紅葉を見たことがありますか？鮮やかな赤やオレンジや黄色が混じってすごくきれいですよね。私の出身地のインディアナ州には国有林や州立公園が至る所にあります。私が通っていたインディアナ大学の周りにも、自然がいっぱいのモンロー湖とブラウンカウンティー州立公園というところがありました。秋になると友達とよくモンロー湖のほとりで焚き火をしたり、ハイキングなどをしました。アメリカの中でインディアナはあまり人気のない州といわれていますが、自然は最高です！

この時期に私が思うのは「紅葉っていいなー！」ということです。日本では紅葉を見たいなら本土に行かないと見られないですよね。インディアナに住んでいた頃、秋になるといつも赤や黄色の葉に囲まれていましたが、今は紅葉を見ることができません。夏から秋になると空気や周りの見た目が変わっていくのは、私の中では当然のことなのです。沖縄も秋に入り、夏に比べるとだいぶ涼しくなりましたが、やっぱり何か物足りません。沖縄とインディアナとでは、気候が全然違うので、この季節に感じる気分が違うのも当たり前ですね。

2年前、沖縄に留学していたときも、この時期に同じことを思っていた記憶があります。私は夏日が大好きです！でも、秋のひんやりした空気の中で白い息を見るのも実は大好きです。あまりにも冷え込みすぎると、また違う話になりますけどね。とにかく、今はインディアナの秋がとても懐かしく思えます。もしも、毎年この時期にインディアナに帰ることができて、秋と紅葉を味わえるなら、帰りたいくらいです。沖縄にいる間は、直接紅葉を見られない代わりにインターネットで映像や動画を見て秋の雰囲気を楽しんでいます。皆さんも是非、秋のインディアナの紅葉を見に行ってください。時間があればキャンプなどもお勧めします！

Indiana´s Fall Foliage

Ladies and gentlemen, have you ever seen leaves change color in the fall? The mixture of vivid reds and oranges are quite beautiful. Where I come from in Indiana, there are National Forests and State Parks practically everywhere you go. Indiana University, the university I used to attend, was surrounded by nature-filled places such as Lake Monroe and Brown County State Park. Once fall would come along, I often went to Lake Monroe with friends to have bonfires and go hiking. It´s been said that Indiana isn´t a very popular state, but the nature is amazing!

Around this time of year I find myself thinking, "fall foliage is awesome!" In order to see fall foliage in Japan, one must go to the mainland. When I lived in Indiana and fall would roll around, I would constantly be surrounded by red and yellow leaves, but I am now unable to see the changing colors. As summer fades into fall I feel as though it´s natural for the air and appearance of your surroundings to begin to change. Okinawa has entered fall as well, and compared to summer it´s become considerably cooler, but something just isn´t right! Okinawa and Indiana´s climates are nothing alike, so it should be obvious that what I feel during this season will vary.

Even when I studied abroad in Okinawa two years ago, I remember thinking something similar this time of year. I absolutely love summer days! However, I also love the crisp air of the fall and seeing my own breath. If it gets too cold, though, that´s a whole different story. Anyhow, I am definitely feeling nostalgic of Indiana´s fall weather. If I could go back this time of year to soak up the fall season, I would go home every year. I´m not able to see fall foliage with my own eyes while living in Okinawa; instead, I look for pictures and videos online to enjoy the season´s atmosphere. Everyone, definitely visit Indiana during the fall to see its foliage. I also recommend camping if you have enough time!

てだっ子 STUDIO スタジオ

玉城 遙（はるか）ちゃん（2歳）伊祖在

渡嘉敷 琉菱（りあ）ちゃん（8歳）
琉心（るこ）ちゃん（4歳）宮城在
前田　琉花（りか）ちゃん（0歳）宮城在

本永 優姫（ゆめ）ちゃん（4歳）
優心（ゆうしん）ちゃん（1歳）内間在

「てだっ子Studio」写真募集

- 子どもの写真を郵送または画像データをメールで毎月12日までに送付してください。窓口へ直接提出も可。集合写真は不可。
- ※被写体の子どもの居住地区（安波茶・伊祖など）・氏名（ふりがな）年齢・一言コメントの記入を忘れずに！

〒901-2501　浦添市安波茶1−1−1
浦添市役所　国際交流課
☎876-1234（内線2613・2614）
E-mail:kokusai@city.urasoe.lg.jp