

# 磯っ子レポート

NO.78

## 大磯海水浴場

私は8月の中頃に大磯海水浴場に行きました。初めての海は冷たくて塩からかったです。

気持ち良かったのですが、残念なことがありました。砂浜にタバコのすいがらや食べ残した物やビニールぶくろが落ちていたことです。

海に限らず、色々な所でごみをおとさないように気をつけて、自然を守っていかねければならないと感じました。

(高橋 愛美)

## 櫛魂まつり

9月5日の櫛魂まつりで私は「浦安の舞」を奉納しました。浦安の舞は小学校5年生からやっており、櫛魂まつりで奉納するのは初めてでした。

いつも奉納するときは、日頃の練習を発揮するだけでなく、神様の前で舞うので、ていねいに優雅に舞えるようにがんばっています。

私は日本の古くからあるものが好きなので、浦安の舞ができてうれしいです。

昔からあるものを引き継いで

いくことは大変だけど、これからも伝統を守っていきたいです。

(内海 七夕美)



▲櫛魂まつり

## 普通救命講習会

9月11日、保健センターで普通救命講習会がありました。

当日は、心肺蘇生法とAEDの使い方についてやりました。心肺蘇生法で一番重要なのは胸骨圧迫(心臓マッサージ)です。人口呼吸よりも効果があります。AEDは初めて使いました。音声案内に従ってやるので初めてでも分かりました。その他にもいろいろ学びました。

人を救うので一番大切なのは私たちの勇気です。勇気を持って救命活動を行うことが大切です。周りの人との協力も必要です。救急車がくるまでに私たちが

できることはたくさんあることがわかりました。もし、倒れている人にあったら、適切に判断して救命のリレーをつなげたいです。

(内海 七夕美)

## 国中フラインデー

9月26日(日)は、国府中中フラインデーでした。

国中フラインデーとは、授業参観と同じようなもので、中学生が授業をしている所を、家人が見に来たりする事が出来る日です。

私は、来年から中学生なので、国中フラインデーに行きました。国府中学校は、国府小学校とちがって、オープンスペースではないので不思議に思うことがありました。

勉強も難しそうで、中学生になつたら、授業に追いついて行けないかな：と不安に思ったりもしました。

国中フラインデーに行つて、中学生の事について色々知る事が出来て良かった、と思いましたが、中学生になつたら、勉強や部かつで忙しくなりそうだけれど、楽しい毎日になりたいなあと思いました。

(内海 帆奈美)

## ◎問い合わせ

政策課 内線207

# こんにちはは保健師です

176

すこやかな妊娠と出産のために  
妊婦健診を受けましょう

## 妊婦健康診査って、何をやるの？

妊婦さんの健康具合や、お腹の赤ちゃんの育ち具合をみるため、身体測定や血液・血圧・尿などの検査をします。特に、貧血、妊娠高血圧症候群、妊娠糖尿病などの病気は、お腹の赤ちゃんの発育に影響し、母体の健康を損なうことがあります。より健やかに過ごすために、妊婦健診をぜひ活用してください。健診費用には、公費による補助制度(町は一人4万6千円)があります。

## 妊婦健診は、基本的には、いつ、何回くらい受ければよいの？

少なくとも毎月1回(妊娠24週以降には2回以上、さらに妊娠36週以降は毎週1回)の受診をおすすめしています。1回目が妊娠8週頃とした場合、受診回数は合計14回くらいになります。

妊婦健診を受けていなくても、産科の病院へ行けば出産できますか。

妊婦健診を受けず、陣痛が始まってから救急車で病院に運ばれる方がいます。病院側では、これまでの妊娠経過が分からないため、赤ちゃんが順調に育っているのかなど、本来なら数か月かけて調べたことが全く分からない状態です。妊婦さんと赤ちゃんにとって、非常に危険な出産になりますし、このような妊婦さんを受け入れられる病院は限られてしまいます。必ず、妊婦健診は定期的に行きましょう。

## 妊娠したら誰に相談すればよいの？

妊娠がわかったら、保健センター窓口にてできるだけ早く妊娠の届出を行ってください。窓口では、母子健康手帳の交付とともに、妊婦健康診査費用補助券や、保健師による相談、マタニティスクール等の紹介等が受けられます。子育てが始まってからも引き続き相談できるので、心配なことがあれば遠慮なく声をかけてください。

## ◎問い合わせ

市野 内線309

