

PICK UP

# 思いがけない妊娠で悩んでいませんか？

「もしかして？」と思ったら先延ばしにしないで相談を！

この数年間、宮崎県は人工死産(妊娠12週以降の人工妊娠中絶)率が全国でワースト1位という状況が続いています。背景には、経済的に余裕がないというだけでなく、「最後の月経がわからない」というように自分の身体への関心が薄かったり、避妊の知識が伴っていない、などの状況があります。避妊方法一つをとっても、年齢や状況などによってさまざまな選択肢があります。「あいのて」は、妊娠に不安を持つ人、産みたいけれど何らかの問題で産むのをためらっている人など、その人に合ったアドバイスができるのが強みです。年齢や既婚・未婚、妊娠している・していないに関わらず、安心して新しい命と向き合うためにも先延ばしにせずにご相談ください。県助産師会の助産師がサポートします。

市では、思いがけない妊娠をした人や、妊娠に不安を持つ人(原則として宮崎市民)を対象に、妊娠や避妊に関する相談に応じるため、「思いがけない妊娠相談ルーム「あいのて」」を開設しました。



夜間と土曜日に相談に応じます。放課後や業務終了後、仕事がお休みの日などに利用しやすくなっています。



相談は匿名可能で、メールでも受け付けています。あなたの今と未来を大切にしてくださいね。ご相談、お待ちしております！

右) 健康支援課 主任技師 地田 良美  
左) 宮崎県助産師会 白池 晶さん

## 思いがけない妊娠相談ルーム「あいのて」

☎080-8553-1010 メール/ ainote1010@docomo.ne.jp

◎受け付け/火・木曜 17時30分～20時30分(受け付けは20時まで)、土曜 14時～18時(受け付けは17時30分まで)  
※8月13日～15日、12月29日～1月3日、ボンベルタ橋店休日は休み  
※電話、メール相談も相談日時のみ受け付けます。  
※メール相談は、返信に時間を要する場合があります。  
※専用メールアドレスからの返信が受信できるよう設定してください。

◎場所/中央東地域事務所内(ボンベルタ橋東館8階)  
◎料金/無料



[問]健康支援課 ☎29-5286

## 地域子育て支援センターの親子講座・発達相談

主催	講座名	日時	申し込み・定員など
おひさま保育園 地域子育て支援センター ☎26-5216	リボンアクセサリー(ストラップ作り)	8月20日(水) 10:00～11:30	当日15分前まで(材料費400円)15組
高岡 地域子育て支援センター ☎82-5294	ゆったり・やさしいベビーマッサージ	8月20日(水) 10:30～11:30	当日1時間前まで12組
平和ヶ丘保育園 地域子育て支援センター ☎39-3377	親子体操教室 ※2歳頃からが望ましいです	8月20日(水) 11:00～11:30	10組程度
加江田保育園 地域子育て支援センター ☎65-0067	ソーメン流し	8月20日(水) 11:00～12:00	当日90分前までなし
島之内保育園 地域子育て支援センター ☎39-0694	リズム遊び	8月21日(木) 10:50～11:10	なし
中央 地域子育て支援センター ☎27-2401	市政出前講座 「予防できる病気はワクチンで予防しよう」	8月22日(金) 10:30～11:00	8月21日(木)まで15組
田野 地域子育て支援センター ☎86-1390	おやこの健康相談日	8月22日(金) 10:15～12:00	なし
あおぞら保育園 地域子育て支援センター ☎65-5800	ベビーマッサージ	8月27日(水) 10:30～11:30	8月21日(木)まで10組
清武 地域子育て支援センター ☎84-2380	出前保育「ミニミニ運動会」	9月9日(火) 10:30～11:30	8月30日(土)までなし
佐土原 地域子育て支援センター ☎73-6755	ワイワイ学級 手遊び運動会	9月12日(金) 10:30～12:00	9月10日(水)まで20組
権現 地域子育て支援センター ☎29-0980	シニア交流企画「陶芸」	9月12日(金) 10:30～12:00	9月11日(木)まで(材料費1,000円)10人
大坪保育園 地域子育て支援センター ☎51-1478	敬老の日のフラワーアレンジ講座	9月12日(金) 10:00～12:00	8月22日(金)まで(材料費500円)20組

◎対象/未就学児と保護者 ◎料金/無料(材料費が必要な講座あり) ※このほか、専用サイト「宮崎市子育てナビ」をチェック！

## パパママ教室

妊娠中の生活や出産後の生活についての講話と実技、母子保健制度の話をを行います。  
※1回の参加に限ります。



開催日	時間	会場	締め切り日
9月7日(日)	9:30～12:00 (受付は9:15～9:30)	清武保健センター	9月1日(月)
9月21日(日)		佐土原保健センター	9月12日(金)

◎対象/妊娠18週以降の妊婦とその家族、各15人  
◎申し込み/電話で、締め切り日までに各会場へ。  
◎持参するもの/親子(母子)健康手帳、つぐみセット、筆記用具  
[問]清武保健センター ☎85-1144  
または佐土原保健センター ☎73-1115

## もぐもぐランド

離乳食の講話、調理実習、試食を行います。託児もあります。

日時	会場	締め切り日	定員
9月12日(金) 13:30～15:30	佐土原保健センター	8月29日(金)	15人
9月18日(木) 13:30～15:30	市保健所・中央保健センター	9月4日(木)	30人

◎対象/生後3か月～6か月の乳児を持つ保護者  
◎料金/無料  
◎持参するもの/親子(母子)健康手帳、筆記用具、エプロン、三角巾  
◎申し込み/電話で、締め切り日までに地域保健課へ。  
[問]地域保健課 ☎29-4102

### 声優・俳優 タレント大募集

ドラマ・映画・舞台・CM・声優など  
幅広いジャンルで活躍しながら勉強できます!

無料体験レッスン受付中!小学生以上なら誰でもOK!

サラが選ばれる4つの理由

宮崎県最大級のタレント養成スクール  
生徒の多くがテレビやラジオで大活躍中!  
便利なロケーション  
現役プロ講師陣による徹底したカリキュラム!

SALA サラエンタテインメント宮崎校 0985-83-0633 宮崎市島島1-4-4 鶴岡ビル3F http://salamiyazaki.com

### 夏までに、一気に合格圏内へ!!

第一志望校 合格なら

0120-89-7177

### 8月入学受付中!

夏を制する者は入試を制す!!

## 夏のスクーリング

小1～中3

8/17 高精度の合格判定! 全九州模試 中1～3  
9/6 西高附属中をめざすなら! 宮崎中高一貫校模試 小6

※この欄は、広告です。掲載されている広告の内容などの問い合わせは、直接広告主へお願いします。